



PERTANIAN, KELAUTAN, DAN BIOSAINS TROPIKA

Vol. 5 No. 2 Tahun 2023

Upaya Perlindungan Konsumen melalui
Pencantuman Informasi Gula, Garam,
dan Lemak (GGL) pada Label Kemasan
Pangan

Penulis

Megawati Simanjuntak¹, Anna Maria Tri Anggraini²

¹ Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University

² Badan Perlindungan Konsumen Nasional RI (BPKN-RI)

Ringkasan

Isu Kunci

Policy Brief ini memuat poin-poin penting sebagai berikut :

- (a) Konsumsi Gula, Garam, dan Lemak (GGL) berlebihan dapat menimbulkan Penyakit Tidak Menular (PTM).
- (b) Informasi Nilai Gizi (ING) dan pesan kesehatan pada label kemasan masih belum banyak dilakukan oleh pelaku usaha.
- (c) Kementerian Kesehatan dan BPOM perlu melakukan upaya regulasi dan edukasi.

Rekomendasi

Untuk melindungi konsumen melalui pencantuman Informasi Nilai Gizi (ING) GGL (Gula, Garam, Lemak), BPOM dan Kementerian Kesehatan dapat memperkuat pembinaan melalui sosialisasi/edukasi kepada masyarakat terkait ING GGL, menentukan prioritas pemberlakuan kewajiban pencantuman ING GGL dengan melakukan updating studi paparan GGL, mengeluarkan peraturan menteri berikut sanksi apabila pelaku usaha tidak mencantumkan informasi GGL dan pesan kesehatan mengenai bahaya konsumsi GGL secara berlebihan, melakukan kegiatan pembinaan dan monitoring label ING, pencantuman P-IRT, takaran GGL dan pesan kesehatan, dan pada Pelaku Usaha IKM baik pada kemasan.

Upaya Perlindungan Konsumen melalui Pencantuman Informasi Gula, Garam, dan Lemak (GGL) pada Label Kemasan Pangan

Pendahuluan

Sebagian besar orang Indonesia mengonsumsi Gula, Garam, dan Lemak (GGL) setiap hari. Konsumsi makanan berbahaya, termasuk makanan yang mengandung banyak GGL, meningkatkan kemungkinan munculnya penyakit tidak menular (Fadhilah 2019). Faktor penyebabnya adalah ketidakseimbangan asupan gizi sehari-hari.

Konsumsi berlebihan GGL meningkatkan risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti gangguan ginjal, diabetes, obesitas, stroke dan serangan jantung. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, PTM adalah penyebab kematian yang tertinggi di Indonesia, meskipun tidak menular. Karena itu, untuk menangani PTM, semua *stakeholder* terkait harus bertanggung jawab.

Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan penyakit tidak menular (kanker, diabetes, penyakit kardiovaskular, dan lainnya) menyumbang lebih dari 70% dari semua kematian dan membunuh 41 juta orang setiap tahunnya. Perjanjian dengan WHO pada tahun 2014 ditandatangani oleh *International Development Law Organization* (IDLO) untuk membangun kapasitas hukum untuk mengatasi masalah kesehatan masyarakat.

Pada tahun 2019, International Diabetes Federation melaporkan bahwa terdapat 10 negara dengan paling banyak penderita diabetes. Indonesia mempunyai 10,7 juta orang penderita diabetes, dan wilayah Asia Tenggara, termasuk Indonesia, menempati peringkat ke-3 dengan 11,3 juta. IDF juga memperkirakan jumlah penderita diabetes pada orang-orang di beberapa negara di

dunia antara usia 20 dan 79 tahun. Karena itu, kita dapat memperkirakan seberapa besar kontribusi Indonesia terhadap prevalensi diabetes di Asia Tenggara.

Survei Diet Total 2014 menunjukkan bahwa orang Indonesia ternyata mengonsumsi gula yang lebih dari 50 gr/hari (5,5%) tertinggi di DI Yogyakarta (16,9%), serta garam lebih dari 2000 mg/hari (53,5%) tertinggi di DKI Jakarta (65,4%), dan lemak lebih dari 67 mg/hari (24%) tertinggi di DKI Jakarta (48,2%).

Karena masih banyaknya perusahaan yang tidak mencantumkan Informasi Nilai Gizi (ING) dan Pesan Kesehatan pada label kemasan produk makanan dan minuman, GGL perlu menjadi perhatian. Selain itu, bentuk pengawasan pencantuman ING dalam kemasan masih kurang yang menghasilkan makanan dan minuman tanpa nilai gizi dan pesan kesehatan. Regulasi yang diterapkan oleh BPOM dan Kemenkes terkait dengan kasus GGL ini. Selain itu, ada masalah sosialisasi masyarakat tentang gula, garam, dan lemak. Untuk memberikan informasi tentang pencantuman kandungan GGL, masyarakat harus dididik bahaya konsumsi GGL yang berlebihan.

Mengacu pada *World Health Organization* (WHO) tentang ketentuan konsumsi GGL dalam sehari, konsumsi gula sesuai usia adalah dewasa adalah 7 sendok teh atau tidak lebih dari 30 gr/hari), anak-anak 7 hingga 10 tahun sebanyak 6 sendok teh tidak lebih dari 24 gr/hari, dan anak-anak 2 hingga 6 tahun sebanyak 4 sendok teh atau tidak lebih dari 19 gr/hari. Selanjutnya, batasan maksimal dari asupan garam pada kelompok usia lebih dari 1 tahun sebesar 1 gr/hari, 1 hingga 3 tahun sebesar 2 gr/hari, 4 hingga 6 tahun sebesar 1/2 sendok teh

atau 3 gr/hari, 7 hingga 10 tahun sebanyak 5 gr/hari, dan 11 tahun ke atas sebanyak 1 sendok teh atau 6 gr/hari. Terakhir, acuan dari konsumsi lemak harian adalah sebanyak 5 sendok makan atau 67 gram untuk usia anak-anak dan usia dewasa.

Dampak dari mengonsumsi gula, garam, dan lemak tidak sesuai anjuran sebagai berikut :

1. Konsumsi natrium yang tinggi (>2 gr/hari, setara dengan 5 gr/hari garam) dan konsumsi kalium yang tidak memadai (<3,5 gr/hari) menyebabkan tekanan darah tinggi dan memperbesar terjadinya risiko penyakit jantung ataupun stroke
2. Mengonsumsi dua kali lipat dari 5 gr, asupan garam harian yang direkomendasikan WHO, menyebabkan risiko terjadinya penyakit jantung maupun stroke lebih tinggi, yang menyebabkan kematian sekitar 3 juta orang setiap tahun.
3. Mengonsumsi gula bebas memperbesar risiko terjadinya kerusakan gigi.
4. Lemak trans meningkatkan kadar kolesterol LDL, biomarker risiko penyakit kardiovaskular, dan menurunkan kadar kolesterol HDL, yang membawa kolesterol dari arteri dan mengangkutnya ke hati, yang kemudian akan disekresi ke dalam empedu.

Pembahasan

Hasil FGD yang dilakukan dengan Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI), Gabungan Produsen Makanan dan Minuman Indonesia (GAPMMI), Kementerian Kesehatan, Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), dan Kementerian Perdagangan serta menghasilkan beberapa simpulan, yakni :

1. Kementerian Kesehatan sudah menerbitkan Permenkes Nomor 30 Tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, dan Lemak Serta Pesan Kesehatan Untuk Pangan Olahan Dan Pangan Siap Saji khususnya Pasal 9 yang menetapkan sanksi untuk produk yang tidak mencantumkan

Informasi GGL pada kemasan. Penerapan sanksi dalam Pasal 9 Permenkes Nomor 30 Tahun 2013 tersebut belum dilakukan oleh dinas-dinas di daerah seperti di Kota Tangerang Selatan dan Semarang. Masih banyak pelaku usaha UMK yang tidak mencantumkan takaran GGL dan Informasi Nilai Gizi (ING) pada kemasan produknya, karena pada umumnya pelaku usaha UMK tidak mengetahui adanya kewajiban pencantuman GGL dan ING.

2. BPOM telah menerbitkan Peraturan BPOM Nomor 26 Tahun 2021 tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan, pada Pasal 2 Pelaku Usaha yang memproduksi dan/atau mengedarkan Pangan Olahan Wajib mencantumkan ING (daftar kandungan zat gizi dan non gizi) pada label. Penerapan Pasal 2 belum dilakukan oleh Pelaku Usaha UMK baik di daerah maupun pusat dalam kemasan produk makanan dan minumannya.
3. Kementerian Perdagangan tidak menerbitkan izin penjualan makanan dan minuman secara umum dan tidak memerlukan izin khusus, namun diatur melalui mekanisme Surat Usaha Perdagangan secara global melalui NIB (Nomor Induk Berusaha) yang sudah diserahkan kepada Pemda.
4. GAPMMI menyatakan siap untuk mencantumkan ING GGL dalam kemasan pangan olahan meskipun konsumen Indonesia dinilai masih memiliki tingkat literasi dan pemahaman membaca informasi nilai gizi GGL yang masih rendah dan mendukung adanya *Total Diet Study* (TDS) yang akan diperbaharui oleh Kemenkes untuk membuat kategori makanan pangan olahan apa saja yang mencantumkan Pesan Kesehatan pada label kemasan.
5. Komunitas Konsumen Indonesia (KKI) menghimbau agar pemerintah mewajibkan pencantuman informasi tentang kandungan ING dan GGL pada setiap kemasan produk pangan, ditetapkan seperti bahaya merokok.

Implikasi dan Rekomendasi

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) dan Kementerian Kesehatan harus memperbanyak sosialisasi dan edukasi kepada konsumen terkait konsumsi GGL yang baik dan benar, pencantuman Pilihan Lebih Sehat (PLS), memperkuat pengawasan dan pembinaan kepada pelaku usaha, serta melakukan pembaharuan data Total Diet Study (TDS).

Pelaku Usaha juga perlu terlibat dalam mengedukasi konsumen, supaya masyarakat Indonesia paham batasan konsumsi gula, garam, dan lemak (GGL) perharinya agar terhindar dari terjadinya penyakit tidak menular. Selain itu, perlu disesuaikan dengan situasi sekarang dan mengikuti peraturan BPOM. Pelaku usaha IKM perlu menerapkan label kemasan dengan mencantumkan ING dan komposisi makanan tetapi belum mencantumkan takaran GGL dan pesan kesehatan dalam kemasan produk.

Kementerian Kesehatan perlu mengeluarkan peraturan menteri berikut sanksi terkait pencantuman informasi GGL dan pesan kesehatan mengenai bahaya konsumsi GGL secara berlebihan pada produk makanan/minuman sebagaimana peringatan bahaya merokok, tidak hanya pencantuman Pilihan Lebih Sehat (PLS).

Selanjutnya, Kementerian Kesehatan perlu mendorong Dinas Kesehatan untuk melaksanakan kegiatan pembinaan, monitoring pencantuman label ING dalam mendukung P-IRT melalui aplikasi OSS, Takaran GGL, dan Pesan Kesehatan pada pelaku usaha mikro, kecil, dan menengah pada kemasan produk makanan/minuman.

Kementerian Kesehatan harus meningkatkan koordinasi dengan BPOM untuk melakukan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat termasuk pelaku usaha UMK yang terdaftar PIRT terkait ING guna meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat akan resiko penyakit tidak menular akibat konsumsi GGL yang berlebihan.

Kementerian Kesehatan juga perlu bersinergi dengan BPOM mengeluarkan redaksi pembatasan GGL terkait dampak konsumsi berlebihan dengan tulisan serta bahasa yang jelas dan terlihat oleh konsumen, seperti pada himbauan peringatan rokok dan ketentuan sanksi yang jelas jika terdapat pelanggaran. Selain itu, perlunya peningkatan sinergi antar pemerintah pusat dan daerah untuk melakukan sosialisasi dan pembinaan kepada UMK terkait pencantuman ING GGL dan pesan kesehatan pada kemasan produk.

BPOM Daerah perlu meningkatkan koordinasi dengan Dinas Kesehatan, Dinas Perdagangan, dan Dinas Koperasi UMKM terkait pengawasan industri menengah dan kecil untuk mencantumkan takaran ING GGL serta pesan kesehatan dalam kemasan produk. Selanjutnya, perlu peningkatan pengawasan dan pemberian sanksi kepada pelaku usaha yang melanggar Peraturan BPOM Nomor. 26 Tahun 2021 tentang Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan Olahan pada Pasal 2. Selain itu, sinergi antar pemerintah pusat dan daerah perlu untuk melakukan sosialisasi dan pembinaan kepada UMK terkait pencantuman ING GGL dan pesan kesehatan pada kemasan produk.

Daftar Pustaka

[BPOM] Badan Pengawas Obat dan Makanan. 2018. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan.

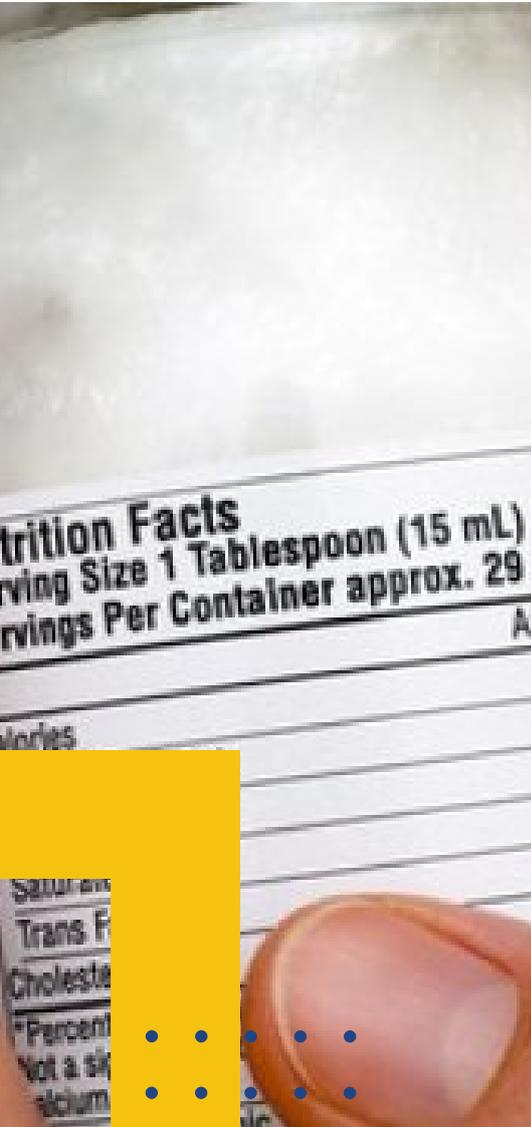
Fadhilah N. 2019. Konsumsi makanan berisiko faktor penyebab penyakit tidak menular. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 8(2): 102-107.

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan. 2018. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018.

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan. 2013. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 30 Tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, Dan Lemak Serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji.

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan. 2015. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 63 Tahun 2015 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 30 Tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, dan Lemak serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji.

[UU] Undang-Undang Nomor 8 Tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen (UUPK). 1999



Policy Brief Pertanian, Kelautan, dan Biosains Tropika merupakan upaya mengantarmukakan sains dan kebijakan (science-policy interface) untuk mendukung pembangunan berkelanjutan yang inklusif. Media ini dikelola oleh Direktorat Kajian Strategis dan Reputasi Akademik (D-KASRA) IPB University. Substansi policy brief menjadi tanggung jawab penulis sepenuhnya dan tidak mewakili pandangan IPB University.

Author Profile



Megawati Simanjuntak, merupakan Dosen di Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, IPB University dan pernah menjadi Komisioner di Badan Perlindungan Konsumen Nasional RI. Aktif dalam kegiatan pemberdayaan konsumen dengan area penelitian di bidang perilaku konsumen dan perlindungan konsumen. (*Corresponding Author*)

mega_juntak@apps.ipb.ac.id



Anna Maria Tri Anggraini, merupakan Komisioner di Badan Perlindungan Konsumen Nasional RI (BPKN-RI)

ISSN 2828-285X



Telepon

+62 813 8875 4005



Email

dkasra@apps.ipb.ac.id



Alamat

Gedung LSI Lt. 1
Jl. Kamper Kampus IPB Dramaga
Bogor - Indonesia 16680