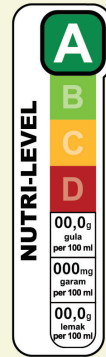


FAQ

Frequently Asked Questions:

Nutri-Level





Daftar Isi

Ringkasan

- | | |
|---|---|
| 1. Apa itu Nutri-Level? | 2 |
| 2. Apakah Nutri-Level cukup untuk menurunkan konsumsi gula, garam, dan lemak masyarakat? | 3 |
| 3. Jika Nutri-Level belum mengacu pada praktik terbaik, sistem seperti apa yang sebaiknya diterapkan? | 6 |
| 4. Apa saja keunggulan label peringatan dibanding sistem yang lain? | 7 |
| 5. Apa manfaat dan urgensi penerapan label peringatan di Indonesia? | 8 |

Daftar Pustaka

9

Diterbitkan di Indonesia

Oktober 2025

Oleh Center for Indonesia's Strategic Development Initiatives (CISDI)

Probo Office Park

Jl. Probolinggo No. 40C Menteng, Jakarta Pusat 10350

(+6221) 391 7590

cisdi.org

secretariat@cisdi.org

Sitasi yang disarankan:

Center for Indonesia's Strategic Development Initiatives. (2025).

Frequently Asked Question Nutri-Level. Jakarta: CISDI

Layout designer : Afif Fachrurrozi

Illustrator : M. Naufal Randhika

Kunjungi media sosial kami



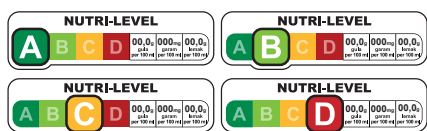
@fyinitiatives @cisdi_id



@fyinitiatives @cisdi_id

1. Apa itu Nutri-Level?

Label Depan Kemasan (*Front-of-Pack Labeling*, FOPL) adalah informasi gizi yang ditempatkan di bagian depan kemasan pangan yang bertujuan agar konsumen lebih mudah melihat dan memahaminya [1]. FOPL yang efektif harus sederhana, mudah dipahami, dan mampu memandu konsumen menuju pilihan yang lebih sehat. **Nutri-Level adalah salah satu jenis FOPL yang baru diperkenalkan di Indonesia dan saat ini hanya diterapkan pada minuman.** Nutri-Level mengklasifikasikan produk ke dalam empat level, yaitu A, B, C, dan D, menggunakan warna mulai dari hijau tua untuk Level A hingga merah untuk Level D. Level A menunjukkan kandungan gula, garam, dan lemak (GGL) yang paling rendah, sedangkan Level D menunjukkan kandungan GGL yang paling tinggi. Nutri-Level diatur melalui dua instrumen, yaitu Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/MENKES/301/2026 untuk minuman siap saji dan Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 10 Tahun 2026 untuk minuman kemasan.



Desain dari Kementerian Kesehatan



Desain dari BPOM

Walaupun FOPL dengan sistem serupa (*Nutri-Grade*) diterapkan di Singapura, tidak ada negara lain yang menggunakan model ini. Sistem lampu lalu lintas ganda (*multiple traffic light*) seperti Nutri-Grade dan Nutri-Level, bukanlah satu-satunya bentuk FOPL. **Bukti global menunjukkan bahwa label peringatan, seperti "Tinggi Gula", "Tinggi Garam", atau "Tinggi Lemak", adalah jenis label yang paling efektif untuk mendorong konsumen memilih produk dengan kandungan gula, garam, dan lemak yang lebih rendah.** Hal ini lebih mudah dipahami oleh konsumen karena mereka dapat langsung mengidentifikasi produk mana yang harus dibatasi. Inilah mengapa desain, ambang batas, cakupan, dan implementasi Nutri-Level masih perlu dinilai dengan cermat untuk memastikan bahwa sistem ini benar-benar melindungi konsumen.



Label Peringatan (*Warning Label*) di negara-negara Amerika Latin

2. Apakah Nutri-Level cukup untuk menurunkan konsumsi gula, garam, dan lemak masyarakat?

Tidak. Implementasi FOPL saat ini hanya bersifat sukarela untuk minuman siap saji.

Sebaliknya, sistem FOPL terbaik yang menjawab kebutuhan Indonesia adalah label peringatan depan kemasan (*warning label*) karena mengatur semua produk, menggunakan Model Profil Gizi (*Nutrient Profile Model/ NPM*) berbasis bukti, dan memiliki sistem desain yang mudah dipahami. Bukti dari negara lain menunjukkan bahwa penerapan label peringatan secara komprehensif dan wajib dapat mengubah perilaku konsumen serta mendorong pilihan pangan yang lebih sehat [2]. Studi Model Profil Gizi (NPM) oleh CISDI dan Universitas Airlangga menemukan bahwa lebih dari 90% produk di pasaran tergolong tidak sehat. Temuan ini menunjukkan perlunya regulasi yang menyeluruh terhadap produk pangan tersebut [3]. **Terlebih lagi, Nutri-Level membingungkan** karena memberikan kesan bahwa minuman pada label A atau B lebih sehat, padahal sebenarnya minuman tersebut masih termasuk pangan ultra-proses dan karenanya berisiko. Implementasi logo Pilihan Lebih Sehat (label depan kemasan yang sudah ada terlebih dahulu) pada makanan kemasan juga menambah kebingungan, karena konsumen harus melihat dua jenis label yang berbeda.

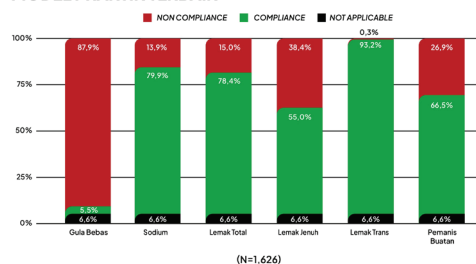
● Mengapa tidak?

● Nutri-Level menyesatkan konsumen

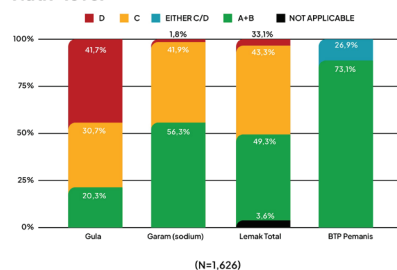
Sistem peringkat ringkasan (*summary rating*) seperti Nutri-Level berisiko menciptakan bias positif atau "*health halo effect*", yaitu membuat produk dengan peringkat lebih tinggi terlihat lebih sehat, meskipun masih mengandung gula, garam, dan lemak tinggi [2]. **Produk yang diklasifikasikan sebagai B atau C tidak secara otomatis berarti sehat untuk dikonsumsi kapan saja.**

Selain itu, berdasarkan Studi Model Profil Gizi (NPM) oleh CISDI dan Universitas Airlangga, sekitar >87% minuman manis siap saji melebihi ambang batas gula berdasarkan NPM praktik terbaik, sedangkan hanya >41% yang memenuhi ambang batas Nutri-Level D. Pola serupa juga ditemukan untuk kriteria garam, lemak total, dan bahan tambahan pangan pemanis (baik alami maupun buatan). Hal ini menunjukkan adanya potensi kesenjangan antara ambang batas Nutri-Level dan standar praktik terbaik global [3]. **Temuan ini menyoroti pentingnya menilai kembali ambang batas Nutri-Level** secara keseluruhan dan mempertimbangkan adopsi NPM berbasis bukti dan diakui secara internasional, khususnya model praktik terbaik.

MODEL PRAKTIK TERBAIK



Nutri-level



● Nutri-Level diatur oleh dua standar regulasi.

Adanya dua standar regulasi ini membuat ambang batas tidak konsisten karena ada perbedaan dalam komponen gizi dan ambang batas yang digunakan untuk menentukan kategori di Nutri-Level. **Kementerian Kesehatan** mengategorikannya berdasarkan gula, garam, dan **lemak jenuh**, sedangkan **BPOM** mengategorikannya berdasarkan gula, garam, dan **total lemak**. Dasar ilmiah ambang batas gizi yang digunakan dalam Nutri-Level belum jelas dan belum selaras dengan praktik terbaik global. Ambang batas tersebut seharusnya mengacu pada batas asupan harian berdasarkan rekomendasi gizi dari WHO. **Ambang batas zat gizi pada Nutri-Level terlalu longgar**, memungkinkan produk yang tinggi gula, garam, atau lemak tampak sehat dan berpotensi menerima skor A atau B.

Tabel 1. Ambang Batas Nutri-Level per 100 ml minuman berdasarkan KMK Nomor HK.01.07/MENKES/301/2026

Zat Gizi*	A	B	C	D
Gula (g)	≤ 1	> 1 - 5	> 5 - 10	> 10
Garam (mg)	≤ 5	> 5 - ≤ 120	> 120 - ≤ 500	> 500
Lemak jenuh (g)	≤ 0.7	> 0.7 - 1.2	> 1.2 - 2.8	> 2.8
Bahan Tambahan Pangan Pemanis	Tanpa tambahan pemanis	Mengandung pemanis alami	Mengandung pemanis alami dan/atau pemanis buatan sebagai bahan tambahan makanan.	

*Toppings atau tambahan sajian seperti boba, sirup, krim, foam keju, atau whipped cream tidak termasuk dalam perhitungan.

Tabel 2. Ambang Batas Nutri-Level per 100 ml minuman berdasarkan Peraturan BPOM Nomor 10 Tahun 2026

Zat Gizi	A	B	C	D
Gula (g)	≤ 0.5	> 0.5 - ≤ 6	> 6 - ≤ 12.5	> 12.5
Garam (mg)	≤ 5	> 5 - ≤ 120	> 120 - ≤ 500	> 500
Lemak jenuh (g)	≤ 0.5	> 0.5 - ≤ 3.0	> 3 - ≤ 17	> 17
Bahan Tambahan Pangan Pemanis	Tanpa tambahan pemanis	Mengandung pemanis alami	Mengandung pemanis alami dan/atau pemanis buatan sebagai bahan tambahan makanan.	

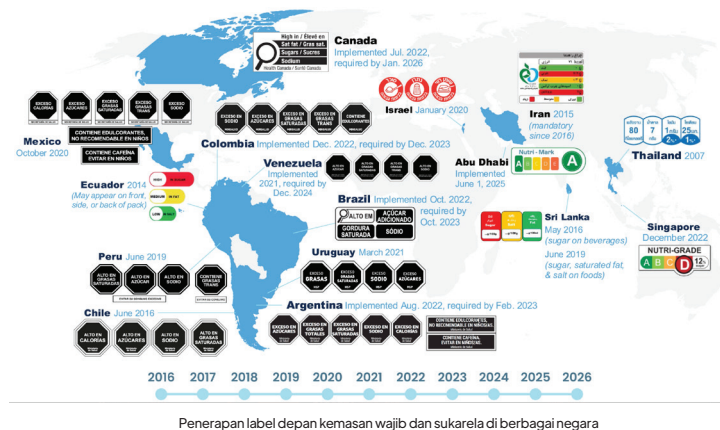
- **Praktik terbaik menunjukkan bahwa FOPL yang berbasis bukti seharusnya diterapkan secara wajib**, sementara FOPL yang berlaku saat ini, yaitu Nutri-Level, masih bersifat sukarela. Kebijakan berbasis bukti perlu diterapkan secara wajib agar memberikan dampak yang merata pada seluruh produk pangan dan mencapai hasil yang optimal.

3. Jika Nutri-Level belum mengacu pada praktik terbaik, sistem seperti apa yang sebaiknya diterapkan?

Salah satu sistem yang efektif dalam praktik global adalah **label peringatan wajib yang disertai dengan NPM yang kuat**. Label peringatan menggunakan pesan sederhana, dengan label segi delapan (oktagonal) berwarna hitam seperti "Tinggi Gula", "Tinggi Garam", atau "Tinggi Lemak Jenuh". Beberapa negara Amerika Latin, seperti Chili, Meksiko, Peru, Uruguay, dan Argentina, telah menerapkan label peringatan pada produk makanan dan minuman yang melebihi ambang batas gizi tertentu (berdasarkan standar praktik terbaik). Berbagai studi mengenai penerapan label peringatan di negara-negara Amerika Latin telah menunjukkan dampak signifikan dalam mengurangi konsumsi makanan tidak sehat di negara-negara yang telah menerapkannya [4-7].



Label peringatan pada kemasan mie instan di negara Amerika Latin



4. Apa saja keunggulan label peringatan dibanding sistem yang lain?

Label peringatan lebih sederhana, lebih jelas, dan lebih mudah dipahami oleh berbagai kalangan. Jika suatu produk memiliki kandungan gizi tertentu yang tinggi, label tersebut langsung menyatakan "Tinggi Gula/Garam/Lemak". Berbagai penelitian menunjukkan bahwa label peringatan lebih efektif membantu konsumen **mengidentifikasi produk yang tidak sehat dan mendorong pilihan pangan yang lebih sehat** dibandingkan dengan FOPL berbasis penilaian lainnya seperti lampu lalu lintas (Nutri-Level), *Health Star Rating* dan *Guideline Dietary Amount* (GDA) [2]. Label peringatan terbukti dapat **mengurangi persepsi konsumen tentang "anggapan sehat" suatu produk** yang sebenarnya tinggi kandungan zat gizi yang perlu dibatasi (gula, garam, atau lemak), dibandingkan dengan FOPL lain [8,9]. Selain itu, beberapa studi menunjukkan bahwa label peringatan **menurunkan konsumsi makanan tinggi GGL**, yang sejalan dengan tujuan kebijakan untuk mengurangi konsumsi GGL di masyarakat [10-13].



Ilustrasi label depan kemasan yang direkomendasikan untuk diterapkan di Indonesia.

Dalam konteks Indonesia, desain label juga perlu mempertimbangkan tingkat literasi gizi masyarakat yang beragam. Tidak semua orang memiliki waktu, pengetahuan, atau kemampuan untuk memahami arti warna, persentase, dan huruf pada label. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa label peringatan **lebih mudah dipahami oleh orang-orang dengan berbagai tingkat literasi gizi**, termasuk mereka yang memiliki literasi rendah, karena label tersebut menyajikan informasi secara sederhana dan jelas, dengan cara yang mudah dan cepat dikenali tanpa perlu menghitung atau menafsirkan label gizi yang kompleks [14-22]. Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menilai efektivitasnya di berbagai kelompok populasi dan tingkat literasi gizi di Indonesia.

5. Apa manfaat dan urgensi penerapan label peringatan di Indonesia?

Label peringatan dapat membantu konsumen membatasi konsumsi gula, garam, dan lemak, yang berkontribusi pada peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular. Selain memberikan informasi, label ini juga membantu konsumen dengan cepat mengidentifikasi produk yang perlu dibatasi. **Label peringatan mudah dibaca, sederhana, jelas, dan tidak menimbulkan banyak interpretasi.** Label peringatan yang didasarkan pada model profil gizi yang kuat terbukti lebih efektif daripada skor ringkasan dalam membantu konsumen dengan cepat mengidentifikasi produk yang memiliki kandungan gizi tinggi yang perlu dibatasi.

Agar efektif, cakupan label juga harus diperluas dari minuman ke makanan untuk memastikan perlindungan konsumen bersifat menyeluruh dan bukan parsial. Penerapan label depan kemasan harus dipantau secara ketat dan menjadi bagian dari kebijakan pangan sehat yang lebih luas, seperti pembatasan pemasaran pangan tidak sehat, cukai minuman berpemanis dalam kemasan (MBDK) dan/atau produk ultra-proses, peraturan pangan di sekolah dan fasilitas umum lainnya, serta edukasi masyarakat yang konsisten.

Peraturan Pemerintah No. 28 Tahun 2024 telah membuka jalan bagi beberapa langkah pelengkap, termasuk pelabelan, pembatasan pemasaran, zona makanan sehat, dan potensi penerapan cukai pada produk berisiko kesehatan (tinggi gula, garam, lemak, serta pemanis tambahan). Dengan pendekatan komprehensif ini, label peringatan tidak hanya dapat membantu konsumen dengan cepat memahami kapan suatu produk mengandung zat gizi yang perlu dibatasi (gula, garam, lemak, serta pemanis tambahan), tetapi juga mendukung pilihan pangan yang lebih sehat, mendorong ketersediaan produk yang lebih sehat, dan membantu menciptakan lingkungan pangan yang lebih sehat.

Daftar Pustaka

- Center for Indonesia's Strategic Development Initiatives. Front-of-Package Label FAQ. Jakarta: CISDI; 2025.
- Global Food Research Program. Front-of-package labeling. Chapel Hill: University of North Carolina; 2025
- Center for Indonesia's Strategic Development Initiatives. Nine out of ten packaged food products in Indonesia are high in sugar, salt, or fat: evidence from the application of nutrient profile models . Jakarta: CISDI; 2025.
- Draper AK, Adamson AJ, Clegg S, Malam S, Rigg M, Duncan S. Front-of-pack nutrition labelling: are multiple formats a problem for consumers? *Eur J Public Health* . 2013;23(3):517–521.
- Paraje G, Montes de Oca D, Wlasiuk JM, Canales M, Popkin BM. Front-of-Pack Labeling in Chile: Effects on Employment, Real Wages, and Firms' Profits after Three Years of Its Implementation. *Nutrients* . 2022;14(2):295.
- Díaz JJ, Sánchez A, Díez-Canseco F, Jaime Miranda J, Popkin BM. Employment and wage effects of sugar-sweetened beverage taxes and front-of-package warning label regulations on the food and beverage industry: Evidence from Peru. *Food Policy* . 2023;115:102412.
- Ares G, Antúnez L, Curutchet MR, et al. Immediate effects of the implementation of nutritional warnings in Uruguay: awareness, self-reported use and increased understanding. *Public Health Nutr* . 2021;24(2):364–375.
- Hall MG, Lazard AJ, Grummon AH, Mendel JR, Taillie LS. The impact of front-of-package claims, fruit images, and health warnings on consumers' perceptions of sugar-sweetened fruit drinks: Three randomized experiments. *Prev Med*. 2020;132:105998.
- Nobrega L, Ares G, Deliza R. Are nutritional warnings more effective than claims in shaping consumers' healthfulness perception? *Food Quality and Preference*. 2020;79:103749.
- An R, Liu J, Liu R, Barker AR, Figueroa RB, McBride TD. Impact of Sugar-Sweetened Beverage Warning Labels on Consumer Behaviors: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Am J Prev Med*. 2020;60(1):115–26.
- Christina A Roberto DW, Aviva Musicus, David Hammond. The Influence of Sugar-Sweetened Beverage Health Warning Labels on Parents' Choices. *Pediatrics*. 2016.
- Bollard T, Maubach N, Walker N, Ni Mhurchu C. Effects of Plain Packaging, Warning Labels, and Taxes on Young People's Predicted Sugar-Sweetened Beverage Preferences: An Experimental Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2016;13(1):95.
- Song J, Brown MK, Tan M, MacGregor GA, Webster J, Campbell NR, et al. Impact of Color-Coded and Warning Nutrition Labelling Schemes: A Systematic Review and Network Meta-Analysis. *PLoS medicine*. 2021;18(10):e1003765.
- PAHO. Front-of-Package Labeling as a Policy Tool for the Prevention of Noncommunicable Diseases in the Americas – PAHO/WHO Pan American Health Organization.; 2020.

15. Mansfield ED, Ibanez D, Chen F, Chen E, de Grandpré E. Efficacy of “High in” Nutrient Specific Front of Package Labels—A Retail Experiment with Canadians of Varying Health Literacy Levels. *Nutrients*. 2020;12(10):3199. doi:10.3390/nu12103199.
16. Vanderlee L, Franco-Arellano B, Ahmed M, Oh A, Lou W, L'Abbé MR. The efficacy of 'high in' warning labels, health stars and traffic light front-of-package labeling: an online randomized control trial. *Public Health Nutrition*. 2021;24(1):62–74. doi:10.1017/S1368980020003213.
17. Vargas-Meza J, Jáuregui A, Pacheco-Miranda S, Contreras-Manzano A, Barquera S. Front-of-pack nutritional labels: Understanding by low- and middle-income Mexican consumers. *PLOS ONE*. 2019;14(11):e0225268. doi:10.1371/journal.pone.0225268.
18. Bopape M, Taillie LS, Frank T, Murukutla N, Cotter T, Majija L, et al. South African Consumers' Perceptions of Front-of-Package Warning Labels on Unhealthy Foods and Drinks. *PLoS one*. 2021;16(9):e0257626.
19. Cowburn G, Stockley L. Consumer Understanding and Use of Nutrition Labeling: A Systematic Review. *Public Health Nutrition*. 2005;8(1):21–8.
20. Institute of Medicine (US) Committee on Examination of Front-of-Package Nutrition Rating Systems and Symbols. *Front-of-Package Nutrition Rating Systems and Symbols: Phase I Report*. 2010.
21. Mandle J, Tugendhaft A, Michalow J, Hofman K. Nutrition Labeling: A Review of Research on Consumer and Industry Response in the Global South. *Global Health Action*. 2015;8:25912.
22. Product Development: A Quantitative Analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2010;7:65.