



# Label Pangan



DASAR ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI

Agus Riawan, M.Gz



# 1. PERATURAN

- ❖ **UU No. 36 Tahun 2009** tentang **Kesehatan**
- ❖ **UU No. 8 Tahun 1999** tentang **Perlindungan Konsumen**
- ❖ **UU No. 18 Tahun 2012** tentang **Pangan**
- ❖ **PP No. 69 Tahun 1999** tentang **Label dan Iklan Pangan**
- ❖ **PP No. 28 Tahun 2004** tentang **Keamanan, Mutu, dan Gizi Pangan**
- ❖ **Permenkes No. 75 Thn 2013** tentang **AKG**
- ❖ **PerMenkes No. 30 thn 2013** tentang **Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, dan Lemak serta Pesan Kesehatan untuk pangan Olahan Siap Saji**
- ❖ **PerkaBPOM No. 9 Tahun 2016** tentang **Acuan Label Gizi**
- ❖ **Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Republik Indonesia nomor 13 Tahun 2016** tentang **Pengawasan Klaim dalam Label dan Iklan Pangan Olahan**

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

(1) Setiap Orang yang memproduksi Pangan Olahan yang mengandung Gula, Garam, dan/atau Lemak untuk diperdagangkan wajib memuat informasi kandungan Gula, Garam, dan Lemak, serta pesan kesehatan pada Label Pangan.

(2) Pesan kesehatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 ayat (1) berbunyi “Konsumsi Gula lebih dari 50 gram, Natrium lebih dari 2000 miligram, atau Lemak total lebih dari 67 gram per orang per hari berisiko hipertensi, stroke, diabetes, dan serangan jantung”.

(3) Informasi kandungan Gula, Garam, dan Lemak, serta pesan kesehatan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dan ayat (2) harus mudah dibaca dengan jelas oleh konsumen.

(1) Setiap orang yang memproduksi Pangan Siap Saji yang mengandung Gula, Garam, dan/atau Lemak wajib memberikan informasi kandungan Gula, Garam, dan Lemak, serta pesan kesehatan melalui Media Informasi dan Promosi.

(2) Pangan Siap Saji sebagaimana dimaksud pada ayat (1) yang diproduksi oleh Usaha Waralaba sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan yang memiliki lebih dari 250 (dua ratus lima puluh) *outlet/gerai*.

# 10

## PESAN GIZI

## SEIMBANG

- 1 Syukuri dan Nikmati Anekaragam Jenis Makanan
- 2 Banyak Makan Sayuran dan Cukup Buah-buahan
- 3 Konsumsi Lauk-pauk Berprotein Tinggi
- 4 Konsumsi Aneka Ragam Makanan Pokok
- 5 Batasi Konsumsi Makanan Manis, Asin dan Berlemak
- 6 Biasakan Sarapan Pagi Sebelum Beraktivitas
- 7 Minum Air Putih Yang Cukup dan Aman
- 8 Biasakan Baca Label Pada Kemasan Makanan
- 9 Biasakan Cuci Tangan Dengan Sabun dan Air Mengalir
- 10 Berolahraga Secara Teratur dan Jaga Berat Badan Normal



DALAM KEMASA

### INFORMASI NILAI GIZI (Nutrition Fact)

Takaran saji 1 bungkus (81g)

Jumlah Sajian per Kemasan : 1

**Energi Total 390 kkal**

**Energi dari Lemak 180 kkal**

Jumlah per sajian %AKG*			Jumlah per sajian %AKG*		
Lemak Total	20g	33%	Karbohidrat Total	45g	15%
Lemak Jenuh	12g	65%	Serat Pangan	3g	10%
Kolesterol	0mg	0%	Gula	1g	2%
Protein	7g	12%	<b>Natrium</b>	<b>1480mg</b>	<b>65%</b>
Vitamin A		60%	Niasin		40%
Vitamin B1		55%	Asam Folat		25%
Vitamin B5		10%	Kalsium		4%
Vitamin B6		30%	Zat Besi		20%
Vitamin B12		30%			

\*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2000kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah

# RASA SOTO

Takaran Saji 1 Bungkus (75 g)  
Energi Total 350 kkal

Jumlah Sajian per kemasan : 1  
Energi dari lemak 140 kkal

Jumlah per sajian		%AKG*	
Lemak Total	15 g	25%	
Lemak Jenuh	8 g	45%	
Kolesterol	0 mg	0%	
Protein	9 g	14%	
Karbohidrat Total	46 g	15%	
Serat Pangan	2 g	9%	
Gula	3 g		
Natrium	1030 mg	45%	
Vitamin A	55%	Niasin	45%
Vitamin B1	60%	Asam Folat	30%
Vitamin B5	10%	Kalsium	3%
Vitamin B6	30%	Zat Besi	25%
Vitamin B12	30%		

- Label adalah media komunikasi produsen-konsumen
- Label merupakan bentuk penghormatan terhadap hak konsumen atas informasi dan hak konsumen untuk memilih
- Manfaat label untuk konsumen :
  - ✓ Memberikan informasi dan edukasi
  - ✓ Mengevaluasi produk
  - ✓ Mengambil keputusan
- Tanggungjawab pelaku usaha adalah menyediakan informasi yang lengkap
- Tanggungjawab konsumen adalah membaca informasi pada label (Butir ke-8 dari 10 Pesan Gizi Seimbang)



- Memberikan nilai tambah pada produk dan menjadi bagian dari strategi pemasaran





# Ayo Jadi KONsumen CERdas!



Teliti  
sebelum  
membeli



Perhatikan  
label dan  
masa kadaluwarsa



Pastikan  
produk bertanda  
jaminan mutu SNI



Beli  
sesuai kebutuhan,  
bukan keinginan



Dengan mengetahui label pangan diharapkan konsumen dapat menjadi bijak dalam memilih pangan.

- Untuk melindungi masyarakat dari produk pangan olahan yang membahayakan kesehatan konsumen, pemerintah Indonesia telah mengeluarkan berbagai peraturan perundang-undangan yang berkaitan dengan keamanan pangan.
- Untuk melindungi masyarakat dari produk pangan olahan yang membahayakan kesehatan konsumen, pemerintah Indonesia telah mengeluarkan berbagai peraturan perundang-undangan yang berkaitan dengan keamanan pangan.

- **Pangan** adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan/atau pembuatan makanan atau minuman.
- **Pangan olahan** adalah makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu dengan atau tanpa bahan tambahan.

➤ **Label pangan**

pangan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan, dimasukkan ke dalam, ditempelkan pada, atau merupakan bagian kemasan pangan, yang selanjutnya dalam Peraturan Pemerintah ini disebut Label.

➤ **Iklan pangan** adalah setiap keterangan atau pernyataan mengenai pangan dalam bentuk gambar, tulisan, atau bentuk lain yang dilakukan dengan berbagai cara untuk pemasaran dan atau perdagangan pangan, yang selanjutnya dalam Peraturan Pemerintah ini disebut Iklan..

- **Gizi pangan** adalah zat atau senyawa yang terdapat dalam pangan yang terdiri atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral serta turunannya yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan kesehatan manusia.
- **Kemasan pangan** adalah bahan yang digunakan untuk mewadahi dan atau membungkus pangan, baik yang bersentuhan langsung dengan pangan maupun tidak.

Di USA & Kanada : Berdasarkan aturan maka label harus mengurutkan daftar bahan penyusun (ingredient), dan Nutrition Facts panel (informasi nilai gizi) harus mencantumkan komposisi zat gizi secara rinci.

1) Setiap orang yang memproduksi atau memasukkan pangan yang dikemas ke dalam wilayah Indonesia untuk diperdagangkan wajib mencantumkan Label pada, di dalam, dan atau di kemasan pangan.



# Pasal 3 : Label berisikan keterangan mengenai pangan yang bersangkutan

Sekurang-kurangnya :

- ✓ Nama produk;
- ✓ Daftar bahan yang digunakan;
- ✓ Berat bersih atau isi bersih;
- ✓ Nama dan alamat pihak yang memproduksi atau memasukkan pangan ke dalam wilayah Indonesia.
- ✓ Tanggal, bulan dan tahun kedaluwarsa.



1) Pencantuman pernyataan tentang manfaat pangan bagi kesehatan dalam Label hanya dapat dilakukan apabila didukung oleh fakta ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan

## **Bagian kedua : Bagian Utama Label ; pasal 12**

- a. Nama produk;
- b. Berat bersih atau isi bersih;
- c. Nama dan alamat pihak yang memproduksi atau memasukkan pangan ke dalam wilayah Indonesia

## **Bagian Kelima : Keterangan tentang Bahan Yang Digunakan ; Pasal 19**

- 1) Keterangan tentang bahan yang digunakan dalam kegiatan atau proses produksi pangan dicantumkan pada Label sebagai daftar bahan secara berurutan dimulai dari bagian yang terbanyak, kecuali vitamin, mineral dan zat penambah gizi lainnya.

- Pasal 20 : (1) Air yang ditambahkan harus dicantumkan sebagai komposisi pangan, kecuali apabila air itu merupakan bagian dari bahan yang digunakan.
- Pasal 21 : Pencantuman pernyataan pada Label bahwa pangan telah ditambah, diperkaya atau difortifikasi dengan vitamin, mineral, atau zat penambah gizi lain tidak dilarang, sepanjang hal tersebut benar dilakukan pada saat pengolahan pangan tersebut, dan tidak menyesatkan.
- Pasal 22 : (1) Untuk pangan yang mengandung Bahan Tambahan Pangan, pada Label wajib dicantumkan golongan Bahan Tambahan Pangan.

## **Bagian Keenam : Keterangan tentang Berat Bersih atau Isi Bersih Pangan**

**Pasal 23** : Berat bersih atau isi bersih harus dicantumkan dalam satuan metrik :

- ✓ Dengan ukuran isi untuk makanan cair;
- ✓ Dengan ukuran berat untuk makanan padat;
- ✓ Dengan ukuran isi atau berat untuk makanan semi padat atau kental.

**Pasal 25** : Label yang memuat keterangan jumlah takaran saji harus memuat keterangan tentang berat bersih atau isi bersih tiap takaran saji.

# Bagian Kedelapan : Tanggal Kedaluwarsa

## Pasal 27

- 1) Tanggal, bulan dan tahun kedaluwarsa sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 ayat (2) wajib dicantumkan secara jelas pada Label.
- 2) Pencantuman tanggal, bulan dan tahun kedaluwarsa sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) dilakukan setelah pencantuman tulisan “Baik Digunakan Sebelum”, sesuai dengan jenis dan daya tahan pangan yang bersangkutan.
- 3) Dalam hal produk pangan yang kedaluwarsanya lebih dari 3 (tiga) bulan, diperbolehkan untuk hanya mencantumkan bulan dan tahun kedaluwarsa saja.

# Bagian Kesebelas

## Keterangan tentang Kandungan Gizi

### Pasal 32

- 1) Pencantuman keterangan tentang kandungan gizi pangan pada Label wajib dilakukan bagi pangan yang :
  - a) Disertai pernyataan bahwa pangan mengandung vitamin, mineral, dan atau zat gizi lainnya yang ditambahkan ;atau
  - b) Dipersyaratkan berdasarkan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku di bidang mutu dan gizi pangan, wajib ditambahkan vitamin, mineral, dan atau zat gizi lainnya.

- 2) Keterangan tentang kandungan gizi pangan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dicantumkan dengan urutan :
- a) Jumlah keseluruhan energi, dengan perincian berdasarkan jumlah energi yang berasal dari lemak, protein dan karbohidrat;
  - b) Jumlah keseluruhan lemak, lemak jenuh, kolesterol, jumlah keseluruhan karbohidrat, serat, gula, protein, vitamin, dan mineral.



- 3) Jika pelabelan kandungan gizi digunakan pada suatu pangan, maka pada Label untuk pangan tersebut wajib memuat hal-hal berikut :
- a) Ukuran takaran saji;
  - b) Jumlah sajian per kemasan;
  - c) Kandungan energi per takaran saji;
  - d) Kandungan protein per sajian (dalam gram);
  - e) Kandungan karbohidrat per sajian (dalam gram)
  - f) Kandungan lemak per sajian (dalam gram)
  - g) Persentase dari angka kecukupan gizi yang dianjurkan.

# Pasal 33

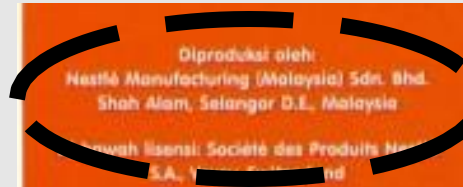
- a) Pencantuman pernyataan pada Label bahwa pangan merupakan sumber suatu zat gizi tidak dilarang sepanjang jumlah zat gizi dalam pangan tersebut sekurang-kurangnya 10% lebih banyak dari jumlah kecukupan zat gizi sehari yang dianjurkan dalam satu takaran saji bagi pangan tersebut.
- b) Pencantuman pernyataan pada Label bahwa pangan mengandung suatu zat gizi lebih unggul dari pada produk pangan yang lain, dilarang.

- Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 69 tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan ditetapkan bahwa sejumlah informasi tertentu merupakan keterangan minimal yang wajib dicantumkan pada setiap label pangan misal nama produk, berat bersih, nama dan alamat, dan lain-lain.
- Informasi Nilai Gizi yang dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *Nutrition Panel* atau *Nutrition Fact* adalah contoh informasi yang wajib dicantumkan apabila label pangan memuat sejumlah keterangan tertentu.

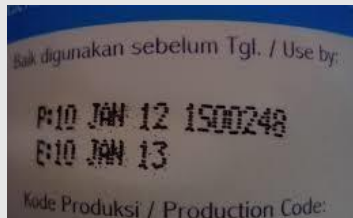
**□ PerkaBPOM No. 9 Tahun 2016 tentang  
Acuan Label Gizi**

# LABEL PANGAN DAN GIZI

Label Pangan sekurang-kurangnya terdapat:



**Nama  
Produsen**



**Kadaluarsa**

**Berat Bersih**



**Nama Produk**

**Daftar Bahan  
yang  
Digunakan**

# Informasi Nilai Gizi

- Dari sisi kesehatan pencantuman informasi nilai gizi sangat bermanfaat bagi konsumen, khususnya konsumen dengan kondisi medis tertentu yang memerlukan pengendalian zat gizi tertentu.
- Di Indonesia pencantuman informasi nilai gizi secara sukarela, namun diwajibkan jika pada label mencantumkan keterangan tertentu :
  - a) Adanya pernyataan bahwa pangan mengandung vitamin, mineral atau zat gizi lainnya yang ditambahkan, misalnya pangan yang memuat klaim, pangan untuk diet khusus atau
  - b) Dipersyaratkan berdasarkan perundang-undangan, pangan wajib fortifikasi.

Keputusan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan RI nomor 9 tahun 2016, Acuan Label Gizi dibagi dalam beberapa kelompok konsumen seperti berikut :

- 1) Acuan Label Gizi untuk makanan bayi usia 0-6 bulan.
- 2) Acuan Label Gizi untuk makanan bayi usia 7-11 bulan.
- 3) Acuan Label Gizi untuk makanan balita usia 1-3 tahun.
- 4) Acuan Label Gizi untuk makanan yang dikonsumsi umum
- 5) Acuan Label Gizi untuk makanan ibu hamil.
- 6) Acuan Label Gizi untuk makanan ibu menyusui.

# 1. Informasi yang wajib dicantumkan

- Takaran saji adalah jumlah produk pangan yang biasa dikonsumsi dalam satu kali makan, dinyatakan dalam ukuran rumah tangga yang sesuai untuk produk pangan tersebut. Ukuran rumah tangga meliputi antara lain sendok teh, sendok makan, sendok takar, gelas, botol, kaleng, sachet, keeping, buah, biji, potong, iris dan harus diikuti dengan jumlah dalam satuan metrik (mg, g, ml).
- Jumlah sajian per kemasan menunjukkan jumlah takaran saji yang terdapat dalam satu kemasan pangan.



## 2. Zat Gizi yang Wajib dicantumkan

1. Energi total, dinyatakan dalam gram dan presentase AKG/ALG
2. Lemak total, dinyatakan dalam gram dan presentase AKG/ALG
3. Protein, dinyatakan dalam gram dan presentase AKG/ALG
4. Karbohidrat total, dinyatakan dalam gram dan presentase AKG/ALG
5. Natrium, dinyatakan dalam mg dan presentase AKG/ALG

### 3. Zat gizi yang wajib dicantumkan dengan persyaratan tertentu.

Sejumlah zat gizi wajib dicantumkan dalam Informasi Nilai Gizi berkenaan dengan beberapa kondisi berikut :

- a) Produk pangan mengandung zat gizi tersebut dalam jumlah tertentu, atau
- b) Zat gizi tersebut dipersyaratkan untuk ditambah atau difortifikasi pada pangan, atau
- c) Pangan yang bersangkutan memuat klaim yang berkenaan dengan zat gizi tersebut.

Beberapa zat gizi tersebut antara lain : energi dari lemak, lemak jenuh, lemak trans, kolesterol, serat pangan, gula, vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi.

## 4. Zat gizi lain yang dapat dicantumkan (sukarela).

Beberapa zat gizi tidak wajib dicantumkan dalam Informasi Nilai Gizi, namun jika akan dicantumkan, maka harus memenuhi ketentuan antara lain : energi dari lemak jenuh, MUFA, PUFA, kalium, sera pangan larut, gula alkohol, karbohidrat lain, vitamin, mineral dan zat gizi lain.

5. Format Informasi Nilai Gizi pada label pangan meliputi antara lain bentuk, susunan informasi dan cara pencantuman.

# Isi Wajib Informasi Nilai Gizi

Keterangan tentang kandungan gizi pangan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dicantumkan dengan urutan:

- a. jumlah keseluruhan energi, dengan perincian berdasarkan jumlah energi yang berasal dari lemak, protein dan karbohidrat;
  - b. jumlah keseluruhan lemak, lemak jenuh, kolesterol, jumlah keseluruhan karbohidrat, serat, gula, protein, vitamin, dan mineral.
- Jika pelabelan kandungan gizi digunakan pada suatu pangan, maka pada label untuk pangan tersebut wajib memuat hal-hal berikut:
- a. ukuran takaran saji;
  - b. jumlah sajian per kemasan;
  - c. kandungan energi per takaran saji;
  - d. kandungan protein per sajian (dalam gram);
  - e. kandungan karbohidrat per sajian (dalam gram);
  - f. kandungan lemak per sajian (dalam gram);
  - g. persentase dari angka kecukupan gizi yang dianjurkan.

**Takaran Saji dan Jumlah Takaran Saji per Kemasan**

**Energi Total**

**Lemak Total**

**Karbohidrat Total**

**Keterangan/  
Catatan Kaki**

## INFORMASI NILAI GIZI (NUTRITION FACTS)

Takaran Saji (Serving Size)	35 g
Jumlah Sajian per Kemasan (Serving Size per Container)	6

### JUMLAH PER SAJIAN (AMOUNT PER SERVING)

Energi Total (Calories)	140 kkal
Energi dari Lemak (Calories from Fat)	18 kkal

		%AKG*
Lemak Total (Total Fat)	2 g	3 %
Lemak Jenuh (Saturated Fat)	0 g	0 %
Lemak Trans (Trans Fat)	0 g	
Kolesterol (Cholesterol)	0 mg	0 %
Protein	6 g	10 %
Karbohidrat Total (Total Carbohydrate)	25 g	8 %
Gula (Sugars)	10 g	
Serat Makanan (Dietary Fiber)	5 g	20 %

Natrium (Sodium)	236 mg	10 %
Kalium (Potassium)	275 mg	6 %

Vitamin A	1250 IU	60 %
Vitamin B1 (Thiamin)	0.4 mg	40 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	0.45 mg	35 %
Vitamin B3 (Niacin)	5 mg	35 %
Vitamin B6	0.5 mg	40 %
Vitamin C	15 mg	15 %
Vitamin D	100 IU	25 %
Vitamin E	5 mg	35 %
Magnesium	20 mg	8 %

\* Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2000 kkal.  
Kebutuhan energi Anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.  
\* Percent Daily Value are based on 2000 calorie diet.  
Your daily values maybe higher or lower.

**Protein**

**Natrium**

**% ALG**

**Perka BPOM NO 13/2016 TENTANG  
PENGAWASAN KLAIM PADA LABEL  
DAN IKLAN PANGAN OLAHAN**

# KLAIM

Segala bentuk uraian yang menyatakan, menyarankan atau secara tidak langsung menyatakan perihal karakteristik tertentu suatu pangan yang berkenaan dengan asal usul, kandungan gizi, sifat, produksi, pengolahan, komposisi atau faktor mutu lainnya.

## Klasifikasi Klaim



**Klaim Gizi**



**Klaim Kesehatan**



Klaim lain  
(selain dua klaim di atas)

# Klaim Gizi

Pernyataan yang menyatakan atau menyiratkan bahwa produk pangan memiliki kandungan zat gizi tertentu meliputi energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral serta turunannya yang telah ditetapkan dalam ALG (Acuan Label Gizi).

1. Penyebutan/pencantuman **zat gizi pada daftar bahan**
2. Penyebutan/pencantuman **kandungan zat gizi yang merupakan bagian wajib** dalam label pangan.
3. Penyebutan/pencantuman kuantitatif atau kualitatif **kandungan zat gizi atau bahan tertentu pada label yang ditambahkan oleh undang-undang.**



# Klaim Gizi

```
graph TD; A(Klaim Gizi) --- B(Klaim Kandungan Zat Gizi); A --- C(Klaim Perbandingan Zat Gizi);
```

Klaim Kandungan  
Zat Gizi

Klaim Perbandingan  
Zat Gizi

# Klaim Kandungan Gizi

- Klaim yang menyatakan/menggambarkan kandungan zat gizi dalam pangan
  - Contoh : “Sumber protein”, “Tinggi Kalsium”

Klaim ”rendah ... (nama komponen pangan)” atau ”bebas ... (nama komponen pangan)” hanya boleh digunakan pada Pangan Olahan yang telah mengalami proses tertentu sehingga kandungan zat gizi atau komponen pangan tersebut menjadi rendah atau bebas dan harus sesuai dengan persyaratan sebagaimana diatur dalam Peraturan ini.

Pangan Olahan yang secara alami rendah atau bebas mengandung komponen tertentu, dilarang memuat klaim kandungan zat gizi rendah atau bebas yang terkait dengan komponen tersebut.

# Klaim Perbandingan Zat Gizi

- Klaim yang membandingkan kandungan zat gizi dan/atau kandungan energi antara dua atau lebih pangan
- Contoh : “Kurang dari”, “Sedikit”, “Lebih dari”

Klaim perbandingan zat gizi hanya dapat digunakan untuk Pangan Olahan yang memenuhi persyaratan sebagai berikut:

- a. Pangan Olahan yang dibandingkan adalah pangan sejenis, tetapi dengan varian yang berbeda dari produsen yang sama;
- b. perbedaan kandungan dinyatakan dalam persentase, pecahan atau dalam angka mutlak terhadap pangan sejenis;
- c. perbedaan relatif kandungan zat gizi yang dibandingkan sekurang-kurangnya 10 % ALG (lebih tinggi atau lebih rendah) untuk zat gizi mikro, sedangkan untuk energi dan zat gizi lain sekurang-kurangnya 25 % (lebih tinggi atau lebih rendah); dan
- d. perbedaan mutlak sekurang-kurangnya memenuhi persyaratan “rendah” atau “sumber” sebagaimana ditetapkan dalam klaim kandungan zat gizi.

# Klaim Kesehatan

Pernyataan yang menyatakan atau menyiratkan bahwa ada hubungan antara produk pangan dengan kesehatan.

Klaim Fungsi Zat Gizi

Klaim Fungsi Lain

Klaim Penurunan  
Risiko Penyakit

Pangan  
Fungsional

# Klaim Fungsi Zat Gizi

- Klaim yang menggambarkan peran fisiologis zat gizi untuk pertumbuhan, perkembangan dan fungsi normal tubuh.
- Contoh : “Kalsium diperlukan dalam perkembangan tulang dan gigi”

Pangan Olahan yang mencantumkan klaim fungsi zat gizi sekurang-kurangnya harus memenuhi persyaratan “sumber”.

## Klaim Fungsi Lain

- Klaim yang berkaitan dengan efek khusus yang menguntungkan dari pangan atau komponen pangan dalam diet total terhadap fungsi atau aktifitas biologis normal dalam tubuh, klaim tersebut berkaitan dengan efek positif untuk memperbaiki fungsi tubuh atau memelihara kesehatan.
- Contoh : “Serat pangan dapat berkontribusi untuk pemeliharaan kesehatan saluran pencernaan”

# Klaim Penurunan Risiko Penyakit

- Klaim yang menghubungkan konsumsi pangan atau komponen pangan dalam diet total dengan penurunan risiko terjadinya suatu penyakit atau kondisi kesehatan tertentu.
- Contoh : “Asam Folat- Diet seimbang dengan asupan cukup asam folat dapat mengurangi risiko cacat tabung saraf pada bayi”

# Klaim Lain

- a. Klaim isotonik;
- b. Klaim tanpa penambahan gula;
- c. Klaim laktosa; dan
- d. Klaim gluten.



Klaim harus tetap memperhatikan :

- a. jenis, jumlah dan fungsi Zat Gizi atau Komponen Pangan;
- b. jumlah pangan yang wajar dikonsumsi sehari;
- c. pola konsumsi gizi seimbang;
- d. keadaan kesehatan masyarakat secara umum; dan
- e. kelayakan pangan sebagai pembawa Zat Gizi atau Komponen Pangan.

# Persyaratan Klaim :

Pangan Olahan yang mencantumkan Klaim pada Label harus memenuhi persyaratan asupan per saji tidak lebih dari:

- a. 18 g lemak total;
- b. 4 g lemak jenuh;
- c. 60 mg kolesterol; dan
- d. 300 mg natrium.

Pangan Olahan yang mencantumkan Klaim wajib mencantumkan Informasi Nilai Gizi.

# LARANGAN

Pada Label dan Iklan Pangan Olahan dilarang:

- a. mencantumkan Klaim untuk Pangan Olahan yang diperuntukkan bagi Bayi, kecuali diatur secara khusus dalam peraturan perundang-undangan;
- b. mencantumkan Klaim Fungsi Lain, Klaim Penurunan Risiko Penyakit, dan Klaim Tanpa Penambahan Gula untuk Pangan Olahan yang diperuntukkan bagi anak berusia 1-3 tahun, kecuali diatur secara khusus dalam peraturan perundang-undangan;
- c. memuat pernyataan bahwa konsumsi Pangan Olahan tersebut dapat memenuhi kebutuhan semua zat gizi;
- d. memanfaatkan kekhawatiran konsumen;
- e. konsumen mengonsumsi suatu jenis Pangan Olahan secara tidak benar; dan/atau
- f. menggambarkan bahwa suatu Komponen Pangan dapat mencegah, mengobati atau menyembuhkan penyakit.

# Pendaftaran Makanan dan Minuman

- Peraturan mengenai kewajiban pendaftaran produk pangan olahan terdapat pada PP No. 69 tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan. Institusi pemerintah yang bertanggung-jawab terhadap peredaran produk pangan olahan di seluruh Indonesia adalah Badan Pengawasan Obat dan Makanan
- (Badan POM) RI.
- Semua produk makanan dan minuman yang akan dijual di wilayah Indonesia, baik produksi lokal maupun impor, harus didaftarkan dan mendapatkan nomor pendaftaran dari Badan POM, sebelum boleh diedarkan ke pasar. Peraturan ini berlaku bagi semua produk pangan yang dikemas dan menggunakan label sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Bagi Badan POM, nomor pendaftaran ini berguna untuk mengawasi produk-produk yang beredar di pasar, sehingga apabila terjadi suatu kasus akan mudah ditelusuri siapa produsennya.

# JENIS NOMOR PENDAFTARAN

- Nomor pendaftaran dapat ditemukan di bagian depan label produk pangan dengan kode P-IRT/SP, MD atau ML yang diikuti sederetan angka.
- P-IRT adalah Produksi Pangan Industri Rumah Tangga yang harus tercantum dalam produk olahan makanan yang diedarkan di masyarakat.
- Nomor SP : Sertifikat Penyuluhan, merupakan nomor pendaftaran yang diberikan kepada pengusaha kecil dengan modal terbatas dan pengawasan diberikan oleh DinKes Kabupaten/Kodya, sebatas penyuluhan. Nomor SP diberikan sebelum masa P-IRT diberlakukan (peraturan BPOM RI nomor K.00.05.5.1640 tanggal 30 April 2003 tentang Sertifikat Produksi Pangan Industri Rumah Tangga
- Nomor MD diberikan kepada produsen makanan dan minuman bermodal besar yang diperkirakan mampu untuk mengikuti persyaratan keamanan pangan yang telah ditetapkan oleh pemerintah.
- Nomor ML diberikan untuk produk makanan dan minuman olahan yang berasal dari produk impor, baik berupa kemasan langsung maupun dikemas ulang.

# Syarat Permohonan Izin PIRT:

- ✓ Mengisi blangko pendaftaran (di bagian Seksi Kefarmasian dan Perbekalan Kesehatan)
- ✓ Fotocopy KTP yang masih berlaku 2 lembar
- ✓ Fotocopy surat pendaftaran industri kecil dari Disperindag (kalau ada)
- ✓ Pas photo hitam putih ukuran 3×4 3 lembar
- ✓ Materai 6000 1 lembar
- ✓ Daftar jenis yang diproduksi maksimal 5 jenis (1 merk)
- ✓ Contoh label masing-masing jenis 2 lembar
- ✓ Contoh/sample produksi
- ✓ Alur proses produksi
- ✓ Denah bangunan 2 lembar
- ✓ Peta lokasi 2 lembar
- ✓ Mengikuti penyuluhan (menunggu informasi lebih lanjut)

➤ Bagi produsen yang mempunyai beberapa lokasi pabrik yang berlainan, namun memproduksi produk yang sama, maka nomor MD yang diberikan adalah berdasarkan kode lokasi produk, sehingga dapat terjadi suatu produk pangan yang sama, akan tetapi mempunyai nomor MD yang berbeda karena diproduksi oleh pabrik yang berbeda.

- Nomor pendaftaran tetap berlaku sepanjang tdk ada perubahan yang menyangkut komposisi, perubahan proses maupun perubahan lokasi pabrik pengolah dll. Apabila terjadi perubahan dalam hal-hal tersebut di atas, maka produsen harus melaporkan perubahan ini kepada Badan POM, dan bila perubahan ini terlalu besar, maka harus diregistrasi ulang.
- Semakin banyak produsen yang menggunakan jasa produksi dari pabrik lain, atau istilah tol manufaktur atau maclon. Dalam kasus ini, nomor MD adalah diberikan kepada pabrik yang memproduksi produk tsb. Sehingga apabila produsen tsb akan mengalihkan produksinya ke pabrik lain, maka harus mendaftarkan ulang kembali ke Badan POM.



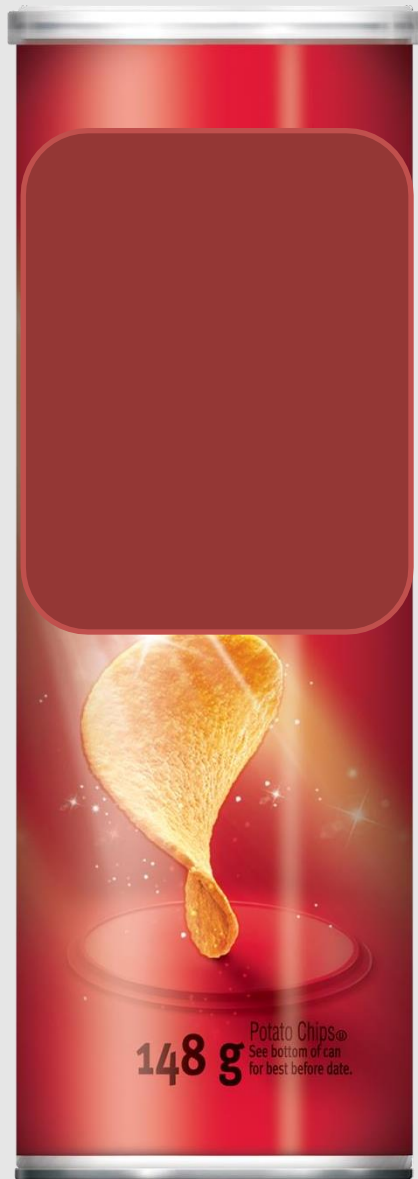
# Bagaimana Kita menyikapi Label

## Makanan Diet



- Makanan rendah lemak, mengandung serat, berlabel 'diet' adalah beberapa makanan yang dikategorikan sehat. Kesempatan ini dimanfaatkan oleh industri makanan untuk meraup keuntungan baik secara positif maupun negatif.
- Harga makanan yang mengklaim diri sehat ini tidaklah murah, sehingga Anda pasti tidak ingin merasa ditipu dengan kualitas yang diberikan. Lengkapi pengetahuan Anda dengan label-label yang meragukan berikut ini, agar tidak tertipu lagi saat belanja.

- **Serving Size** Jangan langsung yakin jika jumlah kalori yang ditulis nampak kecil, periksa serving sizenya. Jumlah kalori yang ditulis biasanya per serving size, sedangkan satu kemasan makanan bisa lebih dari 2 ukuran sajian. Jadi jika Anda menghabiskan satu botol minuman berkarbonasi, kalikan jumlah kalori dengan total penyajiannya.
- **Made with Real Fruit** Label ini sering Anda jumpai di kotak-kotak sereal, yogurt, biskuit dan es krim. Artinya jelas, dalam produk tersebut mengandung potongan atau sari buah asli. Namun kenyataannya adalah potongan buah kering dalam jumlah sangat sedikit, atau malah konsentratnya saja yang ditambahkan dalam produk.
- **0 Trans Fats** Tidak mengandung trans fat? Hati-hati, karena bisa berarti produsen mengganti lemak trans dengan lemak jenuh yang juga tidak baik untuk kesehatan.



Informasi nilai gizi dalam 1 takaran saji  
Takaran saji : 25g

Energi	Lemak	Lemak jenuh	Natrium
130 kkal	8 gram	4 gram	60 miligram
*7%	*13%	*21%	*3%

*\* Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2000 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.*

**INFORMASI NILAI GIZI**

Takaran saji: 25g  
Jumlah sajian per Kemasan: ±6

**JUMLAH PER SAJIAN**  
Energi total 130 kkal

	Energi dari Lemak
Lemak Total	8g
Lemak Jenuh	4g
Protein	1g
Karbohidrat total	14g
Gula	0g
Natrium	60mg

*\*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2000 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.*



non-thermal method.

**Komposisi / Composition :**  
 Madu Randu, Madu Hutan dan Madu Kelengker  
 Randu Honey, Forest Honey and Longan Honey

SIMPAN DI TEMPAT SEJUK DAN KERING

AIR MANCUR SEP2018



8 993014 730839



Fruktosa, Glukosa, Gula Pasir Rafinasi, Air  
Demineralisasi, **Madu (2.28%)**, Pengatur Keasaman,  
Asam Sitrat, Konsentrat Sari Buah Jeruk Nipis (0.083%)  
Perisa Artifisial Madu (mengandung pewarna karamel I  
Perisa Alami Jeruk (mengandung antioksidan tokoferol  
Pewarna Karamel III, Perisa Identik Alami Madu,



- **Made With Whole Grains** Gandum menjadi sumber serat, vitamin dan protein yang dibutuhkan tubuh. Tidak heran ketika dijadikan roti dan produk olahan gandum lainnya, orang akan mencari label Made With Whole Grains untuk memastikan mereka masih mendapat manfaat serat dari bulir-bulir gandum dalam produk tersebut. Sayangnya 'whole grains' di sini seringkali hanya dalam jumlah sangat sedikit atau malah tidak ada.
- **Fiber** Serat sebenarnya dibedakan menjadi dua yaitu serat pangan dan serat kasar. Jika tertulis label 'mengandung serat', maka yang dimaksud adalah mengandung serat pangan yang biasanya berupa polimer pengikat air seperti polydextrose, maltodextrin, pembentuk gel dan juga inulin. Label tersebut menipu jika jumlah serat pangan yang ditambahkan sangat sedikit jumlahnya.
- **Reduced Fat** Sesuai makna harafiahnya, lemak dalam makanan tersebut dikurangi namun tidak berarti jumlah kandungan lemaknya telah berada dalam batas aman. Dengan kata lain, dibandingkan produk sejenis, lemak produk ini lebih rendah namun belum tentu aman.

**PERATURAN KEPALA BADAN  
PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR 12 TAHUN 2016  
TENTANG  
PENDAFTARAN PANGAN OLAHAN**

**Pangan** adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia termasuk bahan tambahan Pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan/atau pembuatan makanan atau minuman.



**Pangan Olahan** adalah makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu dengan atau tanpa bahan tambahan, termasuk Pangan Olahan Tertentu, Bahan Tambahan Pangan, Pangan Produk Rekayasa Genetik dan Pangan Iradiasi.

# Bagian Kesatu

## Kriteria Pangan Olahan

### Pasal 7

Pendaftaran diajukan untuk setiap Pangan Olahan, termasuk yang memiliki perbedaan dalam hal:

- a) Jenis pangan;
- b) Jenis kemasan;
- c) Komposisi;
- d) Nama dan/atau alamat sarana produksi di wilayah Indonesia;
- e) Nama dan/atau alamat sarana produksi asal di luar negeri;
- f) Nama dan/atau alamat importir/distributor; atau
- g) desain Label.

# Mari kita cermati gambar berikut...



Petunjuk Penyimpanan: Simpan di tempat kering dan sejuk

### INFORMASI NUTRI GIZI

Takaran Saji	100 g	
Jumlah Sajian Per Kemasan	50	
<b>JUMLAH PER SAJIAN</b>		
Energi Total		410 kkal
Energi dari lemak		0 kkal
		<b>% AKG*</b>
Lemak Total / Total Fat	0 g	0%
Protein / Protein	8 g	14%
Karbohidrat Total / Total Carbohydrates	81 g	27%
Zat Besi		1%

\*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2200 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah

[www.niaharyanto.com](http://www.niaharyanto.com)



**TERIMA KASIH**

