

Label pada *Sugar Sweetened Beverages* (Minuman Berpemanis Gula) dan Pembelian Minuman Manis pada Dewasa : Tinjauan Naratif

Sugar Sweetened Beverages Labels and SSB Purchase among Adults : Narrative Review

Adisti Qamahadlina Larasati^{1*}

¹Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Padang, Indonesia
Email: adistiqamahadlina@ph.unand.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: *Sugar sweetened beverages* (SSB) adalah minuman yang ditambahkan pemanis dalam berbagai macam bentuk gula. Kandungan SSB yang minim gizi dikaitkan dengan berbagai macam penyakit, seperti peningkatan kejadian obesitas, penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, dan karies gigi. *Labelling* pada SSB merupakan salah satu strategi yang berpotensi untuk mengurangi pembelian dan konsumsi SSB di masyarakat. **Tujuan:** Tinjauan ini bertujuan untuk merangkum berbagai temuan dalam studi sebelumnya tentang pengaruh label pada SSB dengan keputusan pembelian minuman manis pada subjek penelitian dewasa. **Metode:** Penelusuran literatur pada Google Scholar dan PubMed dilakukan dengan menggunakan kata kunci (“nutrition label” OR “warning label” OR “food label” OR “health label”) AND (“sugar sweetened beverage” OR “ssb” OR “sugary drink”) AND (“behavior” OR “purchase”) AND (“adult”) dengan rentang waktu 10 tahun terakhir (2015-2025). **Hasil:** Dari penelusuran literatur didapatkan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi eksklusi. Label pada SSB yang digunakan dalam artikel berupa *health warning label* dalam bentuk teks dan gambar. Sebagian besar studi menyatakan bahwa label SSB mengurangi intensi konsumen untuk memilih SSB. **Kesimpulan:** Tinjauan naratif ini menunjukkan bahwa SSB berpotensi untuk mengurangi intensi pembelian SSB, baik pada label dalam bentuk teks maupun dengan gambar.

Kata kunci: SSB; pembelian; *warning labels*; risiko kesehatan; intensi.

Abstract

Background: *Sugar-sweetened beverages* (SSBs) are beverages to which sugar is added. SSBs are low of nutritional value, and have been associated with various health risks, such as increased incidence of obesity, cardiovascular disease, diabetes mellitus, and dental caries. Labeling on SSBs was one of potential strategies used to reduce the purchase and intake of SSB.. **Objective:** This review aims to summarize findings from previous studies on the effect of labeling on SSBs in relation to purchasing of SSBs among adults. **Methods:** A literature search was conducted through Google Scholar and PubMed using these keywords (“nutrition label” OR “warning label” OR “food label” OR “health label”) AND (“sugar sweetened beverage” OR “SSB” OR “sugary drink”) AND (“behavior” OR “purchase”) AND (“adult”). Articles published in the range of 10 years (2015-2025) were included. **Results:** The search found 10 articles that met the inclusion and exclusion criterias. The labels used in the studies were primarily text health warning labels and graphic health warning labels. Most studies reported that labels used in SSB product reduced consumers’ intention to choose SSBs. **Conclusion:** SSB labeling, whether in text or image form, has the potential to reduce consumers’ purchasing intentions of sugar-sweetened beverages.

Keywords: SSB; purchase; warning labels; health risk; intention

*Corresponding Author: Adisti Qamahadlina Larasati Universitas Andalas, Padang, Indonesia

E-mail : adistiqamahadlina@ph.unand.ac.id

Doi : 10.35451/myfeja51

Received : September 19, 2025. Accepted: Oktober 17, 2025. Published: Oktober 30, 2025

Copyright (c) 2025 Adisti Qamahadlina Larasati Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

1. PENDAHULUAN

Sugar sweetened beverages (SSB) atau minuman berpemanis gula adalah minuman yang ditambahkan pemanis dalam berbagai macam bentuk gula, seperti gula merah, sirup jagung, dekstrosa, fruktosa, glukosa, sukrosa, dan bentuk gula lainnya. Jenis-jenis SSB diantaranya adalah minuman energi, minuman buah, minuman pengganti elektrolit, maupun minuman berupa teh dan kopi yang telah ditambahkan gula sebagai pemanis [1]. Kandungan gizi pada SSB sangat minim, dan tidak bisa menjadi pengganti makan. Berbeda dengan makanan padat, gula cair pada SSB memberikan tambahan energi, tetapi tidak memberikan rasa kenyang yang sama. Rasa gula yang enak juga dapat membuat kecanduan. Trend peningkatan konsumsi SSB terjadi pada anak, remaja dan dewasa. SSB dikaitkan dengan kejadian karies gigi, diabetes, penyakit kardiovaskular, jenis kanker tertentu. Konsumsi SSB juga diduga berkaitan dengan peningkatan kejadian obesitas. Diet tinggi gula juga dihubungkan dengan masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan rasa lapar yang impulsif [2–4].

WHO merekomendasikan untuk membatasi asupan gula bebas sebesar 5-10% dari total asupan energi, sekitar maksimal 50 gram sehari untuk dewasa. Kementerian Kesehatan Indonesia merekomendasikan asupan gula harian sebesar 25 gram. Sebuah studi yang dilakukan oleh Laksmi *et al* (2018), menunjukkan bahwa konsumsi harian SSB di Indonesia rata-rata mencapai 227mL/hari, dan merupakan urutan ketiga minuman yang paling banyak dikonsumsi di Indonesia, setelah air dan minuman panas. Kebiasaan memilih minuman manis seringkali menggantikan konsumsi air putih sebagai sumber hidrasi utama [5]. Rata-rata takaran saji SSB yang ada di pasaran Indonesia adalah 317 mL, mendekati jumlah konsumsi SSB harian, dengan kandungan gula sekitar 23 gram per sajian, atau 7.26 gram gula per 100 mL minuman. Biasanya SSB ini dihabiskan dalam sekali duduk. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi SSB bahkan sekali sehari dapat melebihi batas gula bebas yang ditetapkan oleh WHO dan Kementerian Kesehatan Indonesia [6,7]. Melihat situasi ini, perlu adanya upaya peningkatan kesadaran untuk mengurangi konsumsi SSB, berkaitan dengan tingginya konsumsi SSB dan dampak kesehatan yang ditimbulkan.

Dari perspektif kesehatan masyarakat, upaya penurunan konsumsi SSB dapat dilakukan dengan menerapkan kebijakan publik, diantaranya adalah penggunaan pajak dan pelabelan pada makanan. *Labelling* atau pelabelan adalah salah satu cara penyediaan informasi, dan merupakan salah satu strategi yang digunakan pembuat kebijakan untuk mengurangi konsumsi minuman manis. Label yang digunakan pada SSB diantaranya adalah label kalori, dan label peringatan atau *warning label*. Berbeda dengan label kalori, label peringatan memberikan informasi langsung tentang potensi bahaya kesehatan yang bisa muncul dari konsumsi produk tersebut. Informasi ini digunakan bagi konsumen untuk mengambil keputusan, berkaitan dengan kesehatan [8,9]. *Warning labels* atau label peringatan biasanya terletak pada kemasan produk makanan dan minuman, dengan tujuan untuk menginformasikan kepada konsumen risiko kesehatan yang berhubungan dengan produk tertentu melalui teks atau grafis. *Warning labels* merupakan intervensi kesehatan masyarakat yang dirancang untuk mempromosikan kebiasaan makan yang lebih sehat. Secara umum, *warning labels* produk makanan terbagi dua, *nutrient warning* dan *health warning*. *Nutrient warning* atau label peringatan yang menginformasikan tentang kandungan gizi spesifik, termasuk peringatan bahwa produk tersebut memiliki zat gizi yang berbahaya dalam jumlah banyak. Sedangkan *health warning labels* berfokus pada dampak kesehatan, termasuk memaparkan potensi risiko kesehatan yang mungkin muncul berkaitan dengan produk tersebut. *Warning labels* mengedukasi konsumen tentang potensi bahaya dari produk, dimana hal ini dapat mengubah sikap mereka terhadap perilaku yang berhubungan dengan kesehatan [10,11].

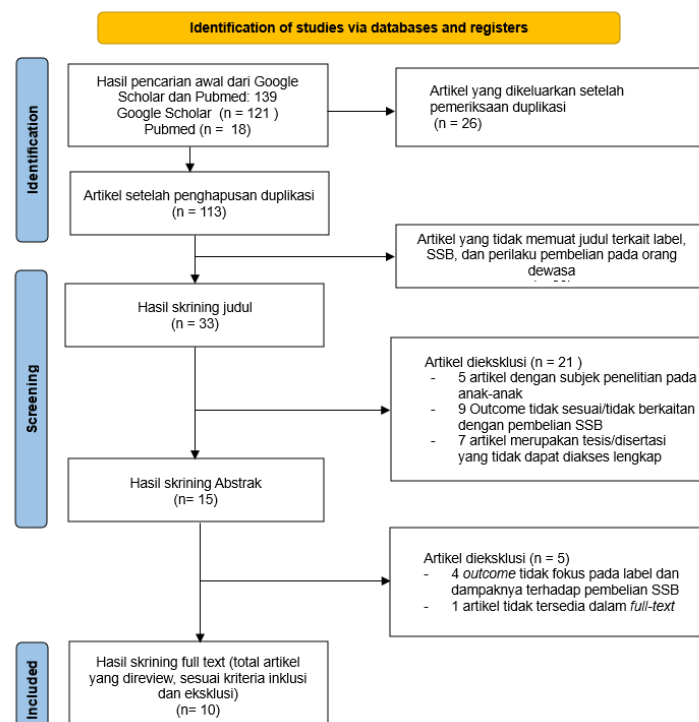
Health warning labels pada produk rokok terbukti efisien mengurangi konsumsi rokok. Baik perokok maupun non perokok menyadari adanya *warning labels* di kemasan, membaca, dan mengingat isi peringatan tersebut. Label pada produk rokok tersebut membantu meningkatkan pengetahuan tentang risiko kesehatan merokok, mendorong perokok mempertimbangkan untuk berhenti merokok, serta mencegah non-perokok untuk memulai merokok. Efektivitas penggunaan label pada produk rokok untuk mengurangi konsumsi dapat diterapkan dalam mengembangkan kebijakan tentang SSB untuk membatasi konsumsinya, berkaitan dengan dampak kesehatan yang ditimbulkan [3,12]. Beberapa negara, seperti Amerika mewajibkan SSB untuk menampilkan *health warning label* label peringatan kesehatan berbentuk teks pada kemasan produk atau iklan, seperti halnya label peringatan

pada rokok. Teks peringatan yang diusulkan adalah ‘PERINGATAN: Konsumsi minuman dengan tambahan gula berkontribusi terhadap obesitas, diabetes, dan kerusakan gigi’. Peringatan ini bertujuan untuk mengedukasi konsumen tentang bahaya kesehatan yang mungkin muncul dari konsumsi SSB berlebihan, dan untuk mengurangi konsumsi SSB [13].

Trend konsumsi SSB terjadi pada anak-anak, remaja, sampai orang dewasa. Penelitian yang dilakukan Laksmi (2018) menunjukkan bahwa 62% anak, 72% remaja, dan 61% orang dewasa mengonsumsi SSB. Bahkan 33% orang dewasa mengonsumsi SSB lebih dari satu takaran saji per hari [6]. Hal ini dipengaruhi oleh pergeseran pola makan, dan strategi marketing yang agresif dari produk terkait. Prevalensi konsumsi SSB yang tinggi banyak ditemukan pada konsumen dewasa, terutama dewasa muda. Kelompok usia ini merupakan masa yang penting, karena pola makan yang terbentuk akan bertahan lama [14]. Sehingga, dirasa perlu untuk dilakukan tindakan promotif dan preventif untuk mengurangi konsumsi SSB dan risiko kesehatan yang ditimbulkan kelak. Penulisan tinjauan naratif ini bertujuan untuk merangkum berbagai temuan dalam studi sebelumnya tentang pengaruh label pada SSB dengan keputusan pembelian minuman manis pada subjek penelitian dewasa sebagai salah satu upaya promotif untuk mendukung pemilihan konsumsi yang lebih sehat.

2. METODE

Studi ini menggunakan desain studi literatur (*narrative review*) pada artikel ilmiah. Penelusuran literatur dilakukan pada Juli 2025, melalui dua database elektronik, yaitu Google Scholar dan PubMed dengan rentang waktu publikasi 10 tahun terakhir (2015- 2025). Proses pencarian menggunakan kata kunci (“nutrition label” OR “warning label” OR “food label” OR “health label”) AND (“sugar sweetened beverage” OR “ssb” OR “sugary drink”) AND (“behavior” OR “purchase”) AND (“adult”). Berdasarkan relevansi pencarian teratas, digunakan 121 artikel pada Google Scholar, dan 18 artikel dari PubMed. Hasil pencarian literatur kemudian dikumpulkan dan ditinjau berdasarkan kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah merupakan artikel asli (bukan artikel *review*), subjek penelitian adalah orang dewasa (>18 tahun), berfokus pada label yang diberikan pada SSB, serta dampaknya pada perilaku maupun pembelian SSB oleh konsumen. Kriteria eksklusi berupa penelitian yang tidak menggunakan orang dewasa sebagai subjek, tidak membahas tentang penggunaan label pada SSB, outcome penelitian tidak berkaitan dengan perilaku pembelian SSB, artikel *review* skripsi, tesis, disertasi yang belum dipublikasikan, serta artikel yang tidak *open access* dan tidak tersedia dalam bentuk teks lengkap. Melalui penelusuran literatur, dari 139 artikel yang dikumpulkan melalui penelusuran literatur, 12 artikel dinyatakan memenuhi kriteria untuk dianalisis dalam *narrative review* ini. Proses pemilihan artikel digambarkan pada bagan berikut:



Gambar 1. Pemilihan artikel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi

3. HASIL

Berdasarkan hasil penelusuran literatur, didapatkan 10 artikel yang relevan dengan label SSB dan dampaknya terhadap pembelian SSB. Sebagian besar merupakan penelitian eksperimental, dan satu penelitian kualitatif deskriptif. Negara asal studi didominasi oleh Amerika, diikuti Australia, Inggris, China, dan Indonesia. Jenis label yang digunakan bervariasi, dapat berupa grafis/gambar, maupun berupa peringatan dalam bentuk teks. Sebanyak 4 artikel menggunakan label dalam bentuk teks, 5 menggunakan label berbentuk grafis atau gambar, serta 1 artikel membandingkan penggunaan keduanya. Penjelasan lebih lengkap terkait penelusuran literatur dapat dilihat di Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penelusuran Literatur Label SSB dan Perilaku Pembelian Konsumen

No.	Penulis (Tahun)	Negara	Responden	Metode	Jenis Label	Hasil
1.	Grummon, Anna et al. (2021) [15]	Amerika	Orangtua berusia > 18 tahun, memiliki anak usia 6 bulan – 5 tahun	Eksperimental	Warning label berbentuk teks	Warning label dari San Fransisco yang menyebutkan bahaya kesehatan dari konsumsi gula lebih efektif untuk mengurangi konsumsi SSB dibandingkan dengan label kontrol.
2.	Mantzari, E. et al. (2020) [16]	Inggris	Dewasa	Eksperimental	Warning label dengan gambar dan informasi kalori	Pada setting laboratorium, tidak ada perbedaan yang signifikan pada pemilihan SSB antara kelompok control, kelompok dengan pictorial warning label, dan kelompok dengan informasi kalori.
3.	Miller, Caroline et al. (2024) [17]	Australia	Dewasa	Eksperimental	Warning label berbentuk teks	Pemberian warning label pada SSB mengurangi pemilihan konsumen terhadap SSB, dan meningkatkan pemilihan non-SSB dan air.
4.	D'Angelo Campos, Aline, et al. (2023) [18]	Amerika	Orangtua dari anak usia 2-12 tahun	Eksperimental	Warning label dengan gambar	Secara umum, persepsi kesehatan terkait SSB lebih rendah pada kelompok yang terpapar pictorial warning label dibandingkan dengan kelompok control. Intensi orangtua untuk memberikan SSB juga secara signifikan lebih rendah dibandingkan dengan kelompok control.
5.	Grummon, Anna H., et al (2019) [19]	Amerika	Dewasa > 18 tahun	Eksperimental	Health warning label berbentuk teks	Health warning label menyebabkan dorongan yang lebih tinggi untuk membatasi konsumsi SSB yang dijual di toko

No.	Penulis (Tahun)	Negara	Responden	Metode	Jenis Label	Hasil
						percobaan, dan mendorong lebih banyak pemikiran tentang bahaya dari konsumsi SSB dibandingkan label kontrol
6.	Billich, Natassja, et al. (2018) [20]	Australia	Dewasa	Eksperimental	Graphic warning label, text warning label, label jumlah gula dalam satuan sendok, dan Health Star Rating label	Semua label yang diuji berpotensi mengurangi pemilihan SSB oleh konsumen. Graphic warning label adalah yang paling efektif dibandingkan dengan control.
7.	Miller, C., et al (2022) [21]	Australia	Dewasa usia 18-24 tahun	Kualitatif Deskriptif	Label informasi kandungan gula dalam bentuk teks dan gambar	Label berisi informasi jumlah gula dalam satuan sendok teh merupakan yang paling menonjol, karena secara langsung meningkatkan pengetahuan partisipan tentang kandungan gula dalam minuman, dan menjadi bahan pertimbangan yang serius untuk mengonsumsi minuman manis
8.	Novrianda, Herry., et al (2024) [22]	Indonesia	Dewasa usia 25-34 tahun	Eksperimental	Warning label tentang kandungan gula dalam bentuk gambar	Visual warning label secara signifikan memengaruhi intensi pembelian, perhatian, serta pemahaman risiko konsumsi SSB dibandingkan dengan label kandungan gula.
9.	Guan, Lijun et al. (2025) [23]	China	Dewasa	Eksperimental	Warning labels berbentuk teks	Dibandingkan dengan nutrition facts di belakang kemasan, label front of pack lebih mudah dipahami oleh individu. Warninh label adalah yang paling efektif dibandingkan lima jenis label FOP lainnya.
10.	Hall, Marissa G., et al (2023) [24]	Amerika	Orangtua dari anak usia 2 – 12 tahun	Eksperimental	Warning label berbentuk gambar	Pictorial health warning mengurangi pembelian SSB untuk anak mereka. Dengan adanya warning label pada SSB, mengurangi persepsi orangtua bahwa SSB itu sehat untuk anak, dimana hal ini berkaitan dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk membeli SSB.

Label yang digunakan pada berbagai sumber literatur pada review ini dikelompokkan menjadi dua, label dalam bentuk teks atau tulisan, serta label yang didukung secara visual dengan gambar. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa adanya label pada SSB memengaruhi pemilihan mereka terkait minuman tersebut.

Label pada SSB diketahui dapat mengurangi pembelian SSB. Sebuah penelitian eksperimental di Amerika menunjukkan bahwa label peringatan berupa teks berisi bahaya kesehatan dari konsumsi minuman manis dinilai lebih efektif untuk memengaruhi pemilihan konsumen terkait minuman manis, dibandingkan dengan label control yang mengingatkan untuk selalu memeriksa informasi nilai gizi pada makanan. Label peringatan meningkatkan pemikiran konsumen tentang bahaya kesehatan dari SSB, dan membuat konsumen mengingat bahaya-bahaya ini saat mereka memutuskan membeli minuman [15]. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Grummon *et al* (2019) yang juga menggunakan label berupa teks, dimana label peringatan pada SSB mendorong niat untuk membatasi konsumsi SSB [19]. Penambahan label peringatan tentang jumlah gula dan bahaya konsumsi gula di bagian depan produk (*front-of-package*) SSB mengurangi pemilihan konsumen untuk membeli SSB, serta meningkatkan pembelian minuman non-SSB dan air [17]. Sebuah studi di China terhadap 5 jenis *front-of-package* label menunjukkan bahwa label peringatan dinilai yang paling efektif untuk mengurangi keinginan konsumen untuk membeli minuman teh tinggi gula. Hal ini diduga berkaitan dengan label peringatan yang bersifat eksplisit, mengindikasikan bahwa produk SSB tidak sehat [23].

Penelitian kualitatif yang dilakukan pada 105 orang dewasa berusia 18-24 tahun menunjukkan hal yang serupa. Label peringatan berisi informasi jumlah gula dalam minuman, baik dalam bentuk teks maupun gambar dinilai memberikan informasi yang kredible, dapat diterima, dan bermanfaat. Penggunaan satuan sendok teh untuk menggambarkan jumlah gula dirasa familiar dan mudah untuk dibayangkan, menambahkan visualisasi dari jumlah gula dalam satuan sendok teh juga membantu konsumen untuk mempertimbangkan konsumsi minuman mereka. Konsumen dapat mempertimbangkan untuk mengganti ke pilihan minuman yang lebih rendah/tanpa gula, atau memutuskan untuk tidak mengonsumsi SSB sama sekali [21].

Penggunaan label peringatan dengan penambahan gambar diketahui juga memengaruhi pemilihan SSB. Sebuah studi yang dilakukan pada 326 orangtua dari anak usia 2-12 tahun di Amerika melaporkan bahwa label peringatan dengan berisi peringatan kesehatan tentang bahaya konsumsi minuman dengan tambahan gula secara berlebihan dapat menyebabkan diabetes tipe 2 dan gangguan jantung, lengkap dengan gambar yang sesuai dengan penyakit pada label peringatan tersebut, mengurangi pembelian SSB oleh orangtua untuk anak-anak mereka. Label peringatan ini membuat orangtua berpikir bahwa SSB adalah pilihan yang kurang sehat untuk anak dan mengurangi intensi menyakikan SSB untuk anak-anak mereka [24]. Hal ini sejalan dengan temuan D'Angelo Campos *et al.*, dimana kelompok orangtua yang terpapar label peringatan dengan gambar lebih sedikit yang membeli SSB untuk anak-anaknya, dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pengurangan pembelian SSB terbesar adalah pada kelompok minuman rasa buah [18]. Sebuah studi di Indonesia juga melaporkan hal serupa, dimana label peringatan berupa gambar dinilai lebih signifikan dalam memengaruhi intensi pembelian SSB dibandingkan dengan label kandungan gula [22].

Dua studi melakukan komparasi dampak penggunaan berbagai label pada SSB dan pemilihan produk SSB. Billich *et al* (2018) membandingkan beberapa jenis label *front of pack* untuk melihat label yang mana yang dapat mengurangi pemilihan terhadap SSB. Label peringatan dengan gambar grafis merupakan label yang paling efektif untuk mengurangi pemilihan SSB, dibandingkan dengan label FOP lain. Meskipun begitu, label FOP lain berupa label peringatan bentuk teks, informasi jumlah gula dalam satuan sendok teh, dan *health star rating* juga berpotensi untuk mengurangi pemilihan SSB [20]. Mantzari *et al* (2020) membandingkan penggunaan label peringatan dengan gambar grafis yang menunjukkan bahaya konsumsi gula berlebih terhadap kesehatan gigi dengan label informasi kalori dari SSB. Berbeda dengan studi-studi sebelumnya, studi ini menunjukkan bahwa pemberian label pada SSB tidak mengurangi pemilihan konsumen terhadap SSB [16].

4. PEMBAHASAN

Pada tinjauan literatur ini, terlihat bahwa pemberian label pada SSB, baik label peringatan kesehatan berupa teks, gambar, maupun label informasi kesehatan lain seperti informasi nilai gizi dan kandungan gula dalam SSB dapat

memengaruhi pemilihan dan pembelian konsumen terhadap SSB pada sebagian besar studi. Pada penelitian yang membandingkan label juga ditemukan bahwa label dengan gambar dinilai lebih efektif untuk mengurangi pemilihan SSB oleh konsumen, dibandingkan dengan label jenis lain.

Label digunakan sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran konsumen tentang aspek tersembunyi dari produk yang umumnya tidak langsung disadari oleh konsumen. Label bertujuan untuk memberikan informasi yang perlu diketahui oleh konsumen sebelum mereka mengonsumsi produk tersebut [22]. *Warning label* memberikan informasi dampak kesehatan dari konsumsi SSB, sehingga konsumen selalu mempertimbangkan dampak kesehatan tersebut saat akan melakukan pembelian. Hal ini dapat mendorong pilihan minuman yang lebih sehat [10,15]. Penambahan *warning label* pada SSB efektif mengurangi pemilihan konsumen terhadap SSB, sejalan dengan peningkatan pilihan di air dan minuman non-SSB. Terlebih jika didukung dengan penambahan *health star rating* yang menunjukkan bahwa air adalah pilihan yang paling sehat (bintang 5). Kombinasi dua label ini membantu konsumen untuk mengganti pilihan minuman mereka dari SSB [17]. Efektivitas *warning label* diduga berhubungan dengan peringatan yang dimuat pada label bersifat eksplisit, mengindikasikan bahwa produk SSB memang tidak sehat. Informasi yang bersifat negatif lebih dapat memengaruhi perhatian konsumen dan mendorong mereka untuk memilih konsumsi yang lebih sehat, dibandingkan dengan informasi positif.[23].

Billich *et al* (2018) membandingkan beberapa jenis label pada kemasan SSB, yaitu *warning labels* dalam bentuk gambar dan teks, informasi jumlah gula dalam satuan sendok teh, dan *health star rating*. *Warning labels* dengan gambar merupakan yang paling efektif untuk mengurangi pemilihan SSB sampai dua per tiga responden menjadi hanya seperempat. Sedangkan untuk *health warning* dalam bentuk teks, HSR, dan jumlah gula mengurangi pemilihan SSB dari dua per tiga menjadi setengah [20]. Meskipun label peringatan dalam bentuk teks dan gambar grafis menyampaikan fakta yang sama tentang risiko kesehatan, label dengan gambar grafis yang lebih menggugah dikaitkan dengan perubahan perilaku. Label peringatan grafis atau gambar cenderung lebih mudah diperhatikan konsumen, dimana hal ini penting untuk menarik perhatian konsumen. Label ini juga dapat memicu respon negatif terkait produk yang meningkatkan pertimbangan konsumen terkait kesehatan, sehingga memengaruhi keputusan pembelian konsumen untuk mengurangi minuman manis. *Warning label* yang disertai grafis yang sesuai meningkatkan persepsi negative tentang minuman, memengaruhi pertimbangan kesehatan, dan mengakibatkan peningkatan niat untuk membeli air dibandingkan minuman manis [8,25].

Penambahan gambar pada label peringatan dapat meningkatkan efektivitas dari label itu sendiri. Hal ini diduga karena gambar lebih menonjol dibandingkan teks, dan lebih mudah diingat. Karena, label dengan gambar cenderung memakan lebih banyak tempat pada kemasan produk, dan gambar itu sendiri memiliki elemen yang bersifat mengejutkan [13]. *Warning label* dengan gambar juga memunculkan rasa takut yang lebih besar, mendorong konsumen untuk lebih memikirkan bahaya yang muncul dari konsumsi produk, serta menurunkan daya tarik produk. Tiga hal ini diketahui dapat memengaruhi perubahan dalam niat dan perilaku [26]. Penambahan gambar membantu mengkomunikasikan risiko kesehatan yang ada di label ke kelompok dengan literasi rendah atau komunitas yang tidak menggunakan Bahasa Inggris [27]. *Warning labels* dengan gambar mengurangi pembelian SSB dengan mengurangi persepsi kesehatan SSB. Peringatan yang ada pada label menurunkan persepsi bahwa SSB adalah minuman yang sehat, sehingga hal ini berkaitan dengan kecenderungan untuk membeli SSB. Persepsi bahwa SSB dapat menyebabkan masalah kesehatan pada anak juga dihubungkan dengan berkurangnya kecenderungan pembelian SSB. Temuan ini merekomendasikan bahwa pendekatan komunikasi terkait SSB akan lebih efektif jika difokuskan pada kandungan gizi SSB yang minim dan dampak kesehatan yang disebabkan konsumsi berlebih [24]. Dampak dari penggunaan *pictorial health warning label* tidak dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi, meskipun partisipan dengan kondisi sosial ekonomi lebih rendah lebih cenderung memilih SSB dibandingkan partisipan yang sosial ekonominya lebih tinggi [16]. Temuan serupa juga ditemukan pada label kandungan gula. Penggunaan satuan sendok teh untuk menggambarkan kandungan gula dalam minuman dianggap menyediakan informasi yang kredibel, dan bermanfaat. Penambahan gambar memudahkan konsumen untuk memvisualisasikan jumlah gula yang mereka konsumsi dari minuman tersebut. Pengukuran dengan satuan sendok teh membutuhkan Tingkat literasi yang rendah, sehingga lebih mudah diinterpretasi dibandingkan dengan label yang memuat satuan kalori [17].

Efektivitas *warning labels* dipengaruhi oleh karakteristik personal dari individu. Penelitian oleh Ding *et al* (2024) menunjukkan bahwa *warning label* hanya memengaruhi konsumen dengan kekuatan kebiasaan sedang untuk mengurangi konsumsi SSB, sedangkan pada konsumen dengan kekuatan kebiasaan yang lemah dan kuat tidak ada dampaknya. Hal ini kemungkinan disebabkan karena konsumen dengan kekuatan kebiasaan sedang lebih rentan terhadap tanda eksternal dan proses introsektif. Sedangkan pada konsumen dengan kekuatan kebiasaan yang tinggi terhadap konsumsi SSB, *warning label* SSB tidak berpengaruh. Hal ini mungkin berhubungan dengan sifat adiktif dari SSB. Meskipun *warning label* sudah memberikan informasi tentang risiko kesehatan terkait konsumsi SSB, sifat adiktif SSB dapat menyebabkan pola perilaku yang mengakar [10]. Desain dari label juga kemungkinan memengaruhi efektivitas label dalam mengurangi pembelian SSB. *Front-of-package* yang memaparkan dampak kesehatan, berbentuk oktagon, dan menggunakan warna merah untuk memberi tanda bahwa produk ini tidak sehat kemungkinan lebih efektif dibandingkan label tanpa karakteristik tersebut. Perlu dilakukan pengkajian lebih jauh tentang desain label yang memengaruhi perilaku konsumen secara maksimal [19].

Temuan ini mendukung potensi penggunaan label, terutama *warning label* sebagai bentuk upaya promotif dan preventif terkait risiko kesehatan yang timbul dari tingginya konsumsi SSB. *Warning label* juga dapat mendorong terbentuknya pola makan yang lebih baik, melalui keputusan untuk memilih produk yang lebih sehat, serta peningkatan kesadaran tentang risiko kesehatan yang disebabkan oleh konsumsi SSB. Adanya *warning label* membuat konsumen mempertimbangkan pemilihan minuman, dan mengurangi konsumsi SSB. Adanya gambar pada *warning label* juga berperan untuk meningkatkan kesadaran tentang risiko kesehatan yang ditimbulkan SSB, serta mengurangi intensi pembelian. Perlu adanya dukungan dari pengampu kebijakan untuk menyusun kebijakan publik lebih lanjut untuk menangani tingginya konsumsi SSB dan mengedukasi masyarakat terpenerapan penggunaan *warning label*. Penelitian selanjutnya dapat merancang desain *warning label* dan menganalisis efektivitas penggunaannya sesuai dengan karakteristik dan kebiasaan konsumsi SSB di Indonesia.

5. KESIMPULAN

Pemberian label pada SSB berpotensi untuk mengurangi pembelian SSB oleh konsumen. *Warning label* dapat mengurangi intensi pembelian SSB dengan membuat konsumen mempertimbangkan pembelian SSB dan mengganti ke produk yang dinilai lebih sehat, serta meningkatkan kesadaran tentang risiko kesehatan yang timbul dari konsumsi SSB. *Warning label* yang tersedia dalam bentuk gambar dinilai lebih efektif dibandingkan dalam bentuk tulisan saja. Mengingat konsumsi SSB yang cukup tinggi, pemberian *warning label*, terutama yang disertai dengan gambar berpotensi menjadi salah satu strategi promotif untuk mengurangi konsumsi SSB, serta risiko kesehatan yang timbul.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Daeli WAC, Nurwahyuni A. Determinan Sosial Ekonomi Konsumsi Minuman Berpemanis di Indonesia: Analisis Data Susenas 2017. *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia* 2019;4. <https://doi.org/10.7454/eki.v4i1.3066>.
- [2] Riesenberg D, Peeters A, Backholer K, Martin J, Mhurchu CN, Blake MR. Exploring the effects of added sugar labels on food purchasing behaviour in Australian parents: An online randomised controlled trial. *PLoS One* 2022;17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271435>.
- [3] Vedha VPK, Mohanty VR, Balappanavar AY, Kapoor S, Gupta V. Does Pictorial and Textual Health Warning Labels on Sugar-sweetened Beverages Effect Consumer Consumption: An Exploratory, Cross-sectional Study. *Journal of Indian Association of Public Health Dentistry* 2023;21:359–64. https://doi.org/10.4103/jiaphd.jiaphd_129_22.
- [4] Mishra KG, Afreen A, Patnaik N. Effectiveness of a multi-component intervention including pictorial warnings to reduce sugar-sweetened beverage consumption - a randomized controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2025;22. <https://doi.org/10.1186/s12966-025-01800-0>.
- [5] Sinaga TO, Yuliarti. Nutritional Status, Fluid Intake, and Exercise Habits on the Incidence of Dehydration in Adolescents at SMP Negeri 1 Indralaya, Ogan Ilir Regency. *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)* 2025;7:185–94. <https://doi.org/10.35451/jkg.v7i2.2467>.
- [6] Laksmi PW, Morin C, Gandy J, Moreno LA, Kavouras SA, Martinez H, et al. Fluid intake of children,

- adolescents and adults in Indonesia: results of the 2016 Liq.In7 national cross-sectional survey. *Eur J Nutr* 2018;57:89–100. <https://doi.org/10.1007/s00394-018-1740-z>.
- [7] Sartika RAD, Atmarita, Duki MIZ, Bardosono S, Wibowo L, Lukito W. Consumption of Sugar-Sweetened Beverages and Its Potential Health Implications in Indonesia. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)* 2022;17:1–9. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v17i1.5532>.
- [8] Donnelly GE, Zatz LY, Svirsky D, John LK. The Effect of Graphic Warnings on Sugary-Drink Purchasing. *Psychol Sci* 2018;29:1321–33. <https://doi.org/10.1177/0956797618766361>.
- [9] Guzman-Vilca WC, Yovera-Juarez EA, Tarazona-Meza C, García-Larsen V, Carrillo-Larco RM. Sugar-Sweetened Beverage Consumption in Adults: Evidence from a National Health Survey in Peru. *Nutrients* 2022;14. <https://doi.org/10.3390/nu14030582>.
- [10] Ding Y, Yang Y, Sun Y, Chen K, Hu L. How does habit strength affect reactions to warning labels? evidence from Chinese consumers' choices of carbonated beverages. *PLoS One* 2024;19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0316189>.
- [11] Grummon AH, Hall MG. Sugary drink warnings: A meta-analysis of experimental studies. *PLoS Med* 2020;17. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003120>.
- [12] Popova L. Sugar-Sweetened Beverage Warning Labels: Lessons Learned From the Tobacco Industry. *J Calif Dent Assoc* 2016;44:633–40. <https://doi.org/10.1080/19424396.2016.12221070>.
- [13] Musicus AA, Gibson LA, Bellamy SL, Orr JA, Hammond D, Glanz K, et al. Effects of Sugary Beverage Text and Pictorial Warnings: A Randomized Trial. *Am J Prev Med* 2023;64:716–27. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2023.01.018>.
- [14] Ge C, Xiong J, Zhu R, Hong Z, He Y. Global burden of high sugar-sweetened beverage consumption among young adults. *Diabetology and Metabolic Syndrome* 2025;17. <https://doi.org/10.1186/s13098-025-01845-y>.
- [15] Grummon AH, Reimold AE, Hall MG. Influence of the San Francisco, CA, Sugar-Sweetened Beverage Health Warning on Consumer Reactions: Implications for Equity from a Randomized Experiment. *J Acad Nutr Diet* 2022;122:363-370.e6. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2021.07.008>.
- [16] Mantzari E, Pechey R, Codling S, Sexton O, Hollands GJ, Marteau TM. The impact of 'on-pack' pictorial health warning labels and calorie information labels on drink choice: A laboratory experiment. *Appetite* 2020;145. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104484>.
- [17] Miller C, Kay E, Dono J, Ettridge K. Impacts of sugar and sweetener warning labels on substitution between sugar- and non-sugar-sweetened beverages in a non-hypothetical selection task. *BMC Med* 2024;22. <https://doi.org/10.1186/s12916-024-03740-1>.
- [18] D'Angelo Campos A, Taillie LS, Vataavuk-Serrati G, Grummon AH, Higgins ICA, Hall MG. Effects of pictorial warnings on parents' purchases and perceptions of sugar-sweetened beverage categories. *Pediatr Obes* 2023;18. <https://doi.org/10.1111/ijpo.13030>.
- [19] Grummon AH, Taillie LS, Golden SD, Hall MG, Ranney LM, Brewer NT. Sugar-Sweetened Beverage Health Warnings and Purchases: A Randomized Controlled Trial. *Am J Prev Med* 2019;57:601–10. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2019.06.019>.
- [20] Billich N, Blake MR, Backholer K, Cobcroft M, Li V, Peeters A. The effect of sugar-sweetened beverage front-of-pack labels on drink selection, health knowledge and awareness: An online randomised controlled trial. *Appetite* 2018;128:233–41. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.05.149>.
- [21] Miller C, Wright K, Dono J, Pettigrew S, Wakefield M, Coveney J, et al. "You can't just eat 16 teaspoons of sugar so why would you drink 16 teaspoons' worth of sugar?": a qualitative study of young adults' reactions to sugary drink warning labels. *BMC Public Health* 2022;22. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13648-1>.
- [22] Novrianda H, Muttaqin F, Shar A. Impact of warning labels on sugary beverages on risk perception, attention, and purchase intentions. *Innovative Marketing* 2024;20:264–76. [https://doi.org/10.21511/im.20\(1\).2024.22](https://doi.org/10.21511/im.20(1).2024.22).
- [23] Guan L, Lin W, Jin S. Effectiveness of front-of-pack nutritional labels: evidence from Sugar-sweetened beverages in China. *Appl Econ* 2025;57:5344–58. <https://doi.org/10.1080/00036846.2024.2364923>.
- [24] Hall MG, Grummon AH, Queen T, Lazard AJ, Higgins ICA, Richter APC, et al. How pictorial warnings change parents' purchases of sugar-sweetened beverage for their children: mechanisms of impact. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2023;20. <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01469-3>.
- [25] 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* 2021;60:115–26. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2020.07.003>.
- [26] Hall MG, Grummon AH, Lazard AJ, Maynard OM, Taillie LS. Reactions to graphic and text health warnings for cigarettes, sugar-sweetened beverages, and alcohol: An online randomized experiment of

- US adults. *Prev Med (Baltim)* 2020;137. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106120>.
- [27] Hall MG, Grummon AH, Higgins ICA, Lazard AJ, Prestemon CE, Avendaño-Galdamez MI, et al. The impact of pictorial health warnings on purchases of sugary drinks for children: A randomized controlled trial. *PLoS Med* 2022;19. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003885>.