

## **GARIS PANDUAN PENGIKLANAN DAN PELABELAN MAKLUMAT PEMAKANAN MAKANAN SEGERA**

### **1. Pengenalan**

Tujuan garis panduan ini adalah sebagai rujukan untuk industri makanan segera, agensi pengiklanan dan badan penyiaran dalam mengiklankan dan melabelkan maklumat pemakanan pada produk makanan segera. Implementasi bagi garis panduan ini akan dimulakan pada tahun 2008. Bagi tujuan pelabelan, pihak industri makanan segera hendaklah mengemukakan cadangan pelabelan ke Bahagian Keselamatan dan Kualiti Makanan untuk semakan dan kelulusan.

### **2. Definisi**

**Makanan Segera** : Makanan segera secara lazimnya, adalah makanan yang disediakan dalam **kuantiti yang banyak**, melalui **kaedah yang standard** dan **dihidangkan dengan cepat** di restoran yang dikenali sebagai **restoran makanan segera** yang biasanya **mengiklankan perkhidmatan** mereka melalui media elektronik dan media cetak.

**Rancangan Televisyen Kanak-kanak** : Rancangan televisyen yang ditujukan kepada golongan kanak-kanak, yang didefinisikan oleh *Nielsen Media Research Malaysia* sebagai :

- a) Rancangan kartun (animasi)
- b) Rancangan televisyen kanak-kanak (bukan animasi)

Secara demografinya, menurut *Nielsen Media Research Malaysia*, kanak-kanak dirujuk kepada kanak-kanak berumur 4 – 9 tahun.

### **3. Latarbelakang**

Pemakanan merupakan aspek yang sangat penting di dalam penjagaan kesihatan seseorang individu. Prevalen penyakit yang dikaitkan dengan amalan pemakanan yang tidak sihat semakin meningkat dari semasa ke semasa. Pada tahun 2001, dianggarkan 60% daripada 56.5 juta kematian yang dilaporkan adalah akibat penyakit-penyakit tidak berjangkit (termasuk penyakit yang dikaitkan dengan amalan pemakanan yang tidak sihat) dan ini menyumbang kepada 46% bebanan penyakit di seluruh dunia. Kadar bebanan penyakit tidak berjangkit dijangka meningkat sehingga 57% sebelum 2020 (*Report of Joint WHO/FAO Expert Consultation 2003*).

Tabiat pemakanan yang tidak sihat dan berlebihan dikaitkan dengan masalah obesiti. Obesiti turut menyumbang kepada masalah kesihatan yang kronik seperti penyakit diabetes, tekanan darah tinggi, kandungan lemak tinggi dalam darah, penyakit jantung kardiovaskular, batu karang dan pembengkakan pundi hempedu, masalah pernafasan dan beberapa jenis kanser (*Strategy for the Prevention of Obesity Malaysia 2005*).

Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (*National Health Morbidity Survey, (NHMS)*) pada 1986 (NHMS I) dan 1996 (NHMS II) menunjukkan prevalen penyakit diabetes dan tekanan darah tinggi adalah semakin meningkat. Prevalen penyakit diabetes meningkat daripada 6.3% (1986) kepada 8.5%(1996) manakala bagi penyakit darah tinggi juga meningkat daripada 14.4% (1986) kepada 29.9% (1996). Masalah ini dijangka akan terus meningkat sekiranya tiada langkah yang diambil bagi mengawal risiko penyakit-penyakit tersebut daripada terus berkembang.

Kajian menunjukkan masalah berlebihan berat badan dan obesiti didapati menyumbang kepada masalah penyakit kronik tersebut. Makanan yang tinggi kandungan lemak, gula dan garam telah dikenalpasti sebagai salah satu faktor risiko peningkatan prevalen bagi penyakit kencing manis dan darah tinggi. Sehubungan dengan itu, Kementerian Kesihatan Malaysia telah bersetuju untuk mengambil beberapa langkah bagi mengawal promosi dan pendedahan yang meluas berkaitan produk-produk makanan tersebut di samping mendidik masyarakat Malaysia berhubung pengambilan makanan yang lebih sihat.

#### **4. Pelaksanaan Kawalan Pengiklanan dan Pelabelan Makanan Segera.**

Sebagai permulaan, Kementerian Kesihatan Malaysia telah mensasarkan industri makanan segera bagi melaksanakan perkara berikut:

- a. mengharamkan pengiklanan makanan segera semasa rancangan kanak-kanak di televisyen yang mempunyai nilai pencapaian 4 TVR (*TV Rating Points*) dan ke atas. Nilai pencapaian merujuk kepada 1% sasaran penonton dengan 4 TVR mewakili 4% adalah untuk kanak-kanak berumur 4 – 9 tahun.
- b. mengharamkan penajaan oleh industri makanan segera bagi rancangan kanak-kanak di televisyen.
- c. mewajibkan pelabelan maklumat pemakanan bagi produk makanan segera.

Pengawalan pengiklanan dikenakan ke atas makanan segera kerana produk makanan ini banyak diiklankan berbanding makanan yang dijual di restoran biasa. Gambaran iklan-iklan yang menarik dipaparkan sebagai mudah, menjimatkan masa dan bernilai untuk wang memberikan interpretasi yang mengelirukan kepada masyarakat. Iklan yang sangat menarik ini juga kebiasaannya mensasarkan golongan kanak-kanak yang mempunyai kuasa dalam mempengaruhi pembelian makanan ibu bapa/ keluarga. Oleh yang demikian, pengawalan iklan diharapkan dapat mengawal pendedahan berleluasa

berkaitan budaya makanan tidak sihat kepada masyarakat terutamanya golongan kanak-kanak.

Cadangan mewajibkan pelabelan maklumat pemakanan kepada produk makanan segera adalah kerana produk makanan segera secara umumnya sama dan standard dari segi saiz dan kandungannya. Ini akan membantu dalam menyampaikan maklumat pemakanan kepada pengguna dengan tujuan untuk mendidik pengguna berkaitan nutrien yang diambil supaya mereka akan lebih berpengetahuan dan dapat membuat keputusan yang lebih bijak.

## 5. Garis Panduan Pengiklanan Makanan Segera

- a. Sebarang iklan makanan segera secara langsung atau tidak langsung adalah diharamkan untuk **ditayangkan** semasa program kanak-kanak di televisyen yang mempunyai tahap pencapaian 4 TVR (*TV Rating Points*) dan ke atas. Berdasarkan nilai pencapaian ini, stesen televisyen perlu mengemukakan senarai rancangan program kanak-kanak yang nilai pencapaiannya di bawah 4 TVR setiap 3 bulan kepada 4As untuk diedarkan kepada pelanggan-pelanggan dan agensi-agensi pengiklanan.
- b. Pihak industri makanan segera diharamkan **menaja** sebarang program atau rancangan kanak-kanak di televisyen
- c. Iklan makanan segera tidak boleh memberikan maklumat yang tidak tepat atau mengelirukan berhubung nilai pemakanan dalam sesuatu produk.
- d. Iklan makanan segera tidak boleh menggalakkan pengambilan makanan secara berlebihan.
- e. Iklan makanan segera tidak boleh membayangkan sesuatu produk itu boleh menggantikan diet lengkap atau seimbang
- f. Iklan makanan segera tidak boleh mengelirukan, mencabar atau merendahkan Panduan Diet Malaysia yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia
- g. Iklan makanan segera haruslah mematuhi keperluan di dalam Akta Makanan 1983 dan Peraturan-peraturan Makanan 1985 termasuk makanan, nutrisi dan garis panduan lain yang dikeluarkan oleh kerajaan Malaysia.

## 6. Garispanduan Pelabelan Produk Makanan Segera

- a. Pelabelan maklumat pemakanan hendaklah dibuat sama ada pada **pembungkus, kotak, pelapik dulang, brosur, pamflet atau poster**. Brosur, pamflet atau poster (sekiranya digunakan) perlulah diletakkan di kawasan yang mudah dilihat oleh pengguna

- b. Maklumat bagi Saranan Pengambilan Nutrien (*Recommended Nutrient Intake, RNI*) yang perlu diambil dalam sehari perlu dipaparkan sebagai rujukan untuk pengguna. Saranan bagi pengambilan tenaga, karbohidrat, lemak dan gula perlu dibuat berdasarkan kepada *Recommended Nutrient Intakes for Malaysia, 2005* sementara saranan bagi pengambilan garam perlu merujuk kepada saranan WHO (1982) iaitu kurang daripada 6g sehari untuk mengurangkan risiko hipertensi bagi populasi dewasa.
- c. Purata Saranan Pengambilan Nutrien mengikut kumpulan umur adalah seperti berikut :

| Nutrien          | Umur        |               |               |
|------------------|-------------|---------------|---------------|
|                  | 4 – 9 Tahun | 10 - 18 Tahun | 19 – 65 Tahun |
| Tenaga (kkal)*   | 1500        | 2350          | 2130          |
| Karbohidrat (g)* | 206         | 323           | 293           |
| Protein (g)*     | 28          | 56            | 57            |
| Lemak (g)*       | 42          | 65            | 59            |
| Gula (g)*        | ≤225        | ≤353          | ≤320          |
| Garam (g)**      | -           | -             | ≤6            |

\* ( Recommended Nutrient Intake (RNI) Malaysia, 2005)

\*\* (WHO (1982) Technical Report Series 678, WHO, Geneva)

- d. Maklumat pemakanan yang perlu dipaparkan dalam panel maklumat pemakanan bagi semua produk adalah kandungan tenaga, karbohidrat, lemak dan protein. Sebagai tambahan, maklumat kandungan gula perlu dilabelkan bagi produk minuman, manakala maklumat kandungan garam pula dilabelkan bagi produk makanan.
- e. Peratusan yang dicapai daripada saranan pengambilan nutrien bagi tenaga, karbohidrat, lemak, protein, gula dan garam dalam setiap produk perlu dipaparkan dalam panel maklumat pemakanan.
- f. Bagi produk biasa, peratus saranan pengambilan nutrien yang dicapai perlulah berdasarkan purata saranan bagi golongan dewasa berumur 19-65 tahun, manakala bagi hidangan untuk kanak-kanak, peratus saranan pengambilan harian yang dicapai perlulah berdasarkan purata saranan bagi kanak-kanak berumur 4-9 tahun.
- g. Contoh format pelabelan maklumat pemakanan yang perlu dipaparkan bagi produk makanan dan minuman adalah seperti berikut:

### i) Produk makanan

| <b>Contoh:</b> Jenis Makanan : Burger ayam |                  |              |
|--|------------------|--------------|
| 1 Hidangan (biasa) = 150g                  |                  |              |
| <b>Nutrien</b>                             | <b>Kandungan</b> | <b>% RNI</b> |
| Tenaga (kkal)                              | 300.0            | 14           |
| Karbohidrat (g)                            | 33.0             | 11           |
| Protein (g)                                | 12.0             | 21           |
| Lemak (g)                                  | 14.0             | 24           |
| Garam (g)                                  | 0.4              | 7            |

(% RNI berasaskan 2130 kcal)

### ii) Produk minuman

| <b>Contoh:</b> Jenis Minuman : Jus Oren |                  |              |
|---|------------------|--------------|
| 1 Hidangan (biasa) = 115 ml             |                  |              |
| <b>Nutrien</b>                          | <b>Kandungan</b> | <b>% RNI</b> |
| Tenaga (kkal)                           | 51               | 2            |
| Karbohidrat (g)                         | 12               | 4            |
| Protein (g)                             | 0                | 0            |
| Lemak (g)                               | 0                | 0            |
| Gula (g)                                | 12               | 4            |

(% RNI berasaskan 2130 kcal)

- h. Pihak industri juga boleh menggunakan format lain yang lebih menarik bagi memaparkan maklumat pemakanan tersebut seperti menggunakan "*nutritional signpost*" tetapi masih perlu merujuk kepada saranan pengambilan harian yang dinyatakan dalam garis panduan ini.

- i. Maklumat tambahan seperti **saiz hidangan** makanan dan minuman sama ada kecil (*small*) , biasa (*regular*) atau besar (*large*) juga perlu dinyatakan pada label.

## 7. Keperluan Analisis Nutrien

Analisis nutrien perlu dibuat oleh pihak industri makanan segera untuk semua jenis makanan segera dan minuman yang dijual.

Pihak industri boleh menggunakan dua kaedah untuk menganalisa kandungan nutrien bagi sesuatu produk iaitu:

### a) Analisis kimia

Sebaik-baiknya analisis perlulah dijalankan oleh makmal yang diakreditasi oleh Jabatan Standard di bawah Skim Akreditasi Makmal Malaysia (SAMM). Secara amnya ia perlu dianalisis dengan kaedah yang diiktiraf antarabangsa seperti yang ditetapkan oleh *Association of Official Analytical Chemist (AOAC)*

### b) Pengiraan berdasarkan pangkalan data komposisi makanan

Nutrien juga boleh dikira berdasarkan jumlah sebenar semua ramuan yang digunakan dalam produk makanan dengan menggunakan pangkalan data komposisi makanan. Pangkalan data Komposisi Makanan Malaysia hendaklah menjadi pangkalan data utama yang digunakan tetapi boleh ditambah dengan pangkalan data yang lain jika perlu. Pangkalan data yang digunakan perlu dikenalpasti secara jelas.

Sebarang kos analisis nutrien tersebut hendaklah ditanggung sendiri oleh pihak industri.

## 8. Pelabelan Makanan Segera Bermusim

Pelabelan kandungan nutrien tidak diwajibkan kepada makanan segera yang dipromosikan secara bermusim.

## 9. Penutup

Kementerian Kesihatan Malaysia berharap pihak industri makanan segera melihat arahan kerajaan ini sebagai satu strategi dalam menggalakkan cara hidup sihat melalui amalan pemakanan yang baik. Oleh itu pihak industri diharap dapat memberi sokongan ke atas usaha ini. Usaha ini juga boleh dianggap sebagai sumbangan industri makanan segera kepada masyarakat.