GARIS PANDUAN PENGIKLANAN DAN PELABELAN MAKLUMAT PEMAKANAN MAKANAN SEGERA

Pertumbuhan industri makanan serta pusat jualan makanan telah menggalakkan aktiviti pengiklanan atau promosi makanan secara besar-besaran. Pengiklanan merupakan satu kaedah pemasaran yang paling popular yang digunapakai oleh industri makanan. Maklumat yang disalurkan melalui media mengenai makanan yang sedia ada atau produk makanan yang baharu dilancarkan dilihat berupaya mempengaruhi corak pengambilan makanan selama beberapa dekad termasuk makanan segera. Gambaran iklan-iklan yang menarik dipaparkan sebagai pengambilan makanan yang mudah, menjimatkan masa dan bernilai untuk wang boleh memberikan interpretasi yang mengelirukan kepada masyarakat.

Corak pengambilan makanan dan gaya hidup merupakan aspek yang sangat penting di dalam penjagaan kesihatan. Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morboditi (NHMS) 2023 mendapati setengah juta atau 2.5% individu dewasa dalam negara menghidap empat penyakit utama penyakit tidak berjangkit atau *Non-Communicable Disease* (NCD) iaitu diabetes, hipertensi, kolestrol tinggi dan obesiti. Situasi semasa penjagaan kesihatan terutamanya penyakit tidak berjangkit adalah membimbangkan dengan beban kewangan yang tinggi yang perlu ditanggung oleh Kerajaan dalam rawatan pesakit. Peningkatan penyakit akibat pembudayaan hidup tidak sihat oleh rakyat Malaysia juga memberi tekanan hebat kepada sistem kesihatan.

Perbelanjaan negara bagi kos rawatan dan penjagaan kesihatan akibat kemasukan hospital dan ubat-ubatan bagi pesakit kardiovaskular, diabetes dan kanser setiap tahun adalah sebanyak RM 9.65 bilion. (sumber: *The Impact of Noncommunicable Diseases and their Risk Factors on Malaysia's Gross Domestic Product, WHO, 2022*).

Berdasarkan NHMS 2023 juga mendapati prevalens berat badan berlebihan, obesiti dan obesiti obdominal meningkat hampir 10% dari tahun 2011 hingga 2023. NHMS 2023 merekodkan sebanyak 54.4% individu di dalam negara mempunyai masalah berat badan berlebihan dan obesiti.

Justeru itu, pelaksanaan kawalan pengiklanan dan pelabelan maklumat pemakanan untuk makanan segera diharap dapat meningkatkan kesedaran rakyat untuk mengubah tingkah laku kepada amalan yang lebih sihat terutamanya dari segi tabiat pemakanan.

1 SKOP

1.1 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.

1.2 Sebagai rujukan kepada industri makanan segera untuk membuat pelabelan pemakanan yang perlu iaitu tenaga, protein, lemak, karbohidrat, jumlah gula dan natrium.

1.3 Pelabelan pemakanan boleh dipamerkan melalui pelbagai cara dan medium yang bersesuaian.

2 DEFINISI

2.1 **Makanan Segera** : Makanan segera secara lazimnya, adalah makanan yang disediakan melalui **kaedah yang standard** dalam **kuantiti yang banyak**, dan **dihidangkan dengan cepat** di restoran yang dikenali sebagai **restoran makanan segera**.

2.2 Kanak-kanak secara demografinya, Nielsen Media Research Malaysia mentakrifkan kanak-kanak sebagai seseorang yang berumur 4 – 9 tahun.

2.3 Rancangan **Kanak-kanak** : Rancangan televisyen yang sebahagian besarnya ditonton oleh golongan kanak-kanak:

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

3 PELAKSANAAN KAWALAN PENGIKLANAN DAN PELABELAN MAKANAN SEGERA

3.1 Sebagai permulaan, Kementerian Kesihatan Malaysia telah melaksanakan perkara berikut:

3.1.1 larangan pengiklanan makanan segera semasa rancangan kanak-kanak di televisyen.

3.1.2 larangan penajaan oleh industri makanan segera bagi rancangan kanak-kanak di televisyen.

3.1.3 pelabelan maklumat pemakanan (nutrition facts) untuk produk makanan segera dan minuman yang dihasilkan di restoran makanan segera.

3.2 Pengawalan pengiklanan dikenakan ke atas makanan segera kerana produk makanan dan minuman ini banyak diiklankan berbanding makanan yang

dijual di restoran biasa. Iklan yang sangat menarik ini juga kebiasaannya mensasarkan golongan kanak-kanak yang mempunyai kuasa dalam mempengaruhi ibu bapa atau keluarga mereka untuk membeli. Oleh yang demikian, pengawalan iklan diharapkan dapat mengurangkan pengambilan makanan yang tidak sihat di kalangan masyarakat terutamanya golongan kanak-kanak.

3.3 Pelabelan maklumat pemakanan adalah diperlukan untuk produk makanan segera dan minuman kerana produk makanan segera secara umumnya sama dan seragam dari segi saiz dan kandungannya. Keseragaman ini akan memudahkan industri membuat pengiraan atau analisis untuk maklumat pemakanan. Pelabelan maklumat pemakanan 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.

4 PENGIKLANAN MAKANAN SEGERA

4.1 Sebarang iklan makanan segera secara langsung atau tidak langsung adalah tidak dibenarkan untuk **ditayangkan** semasa rancangan kanak-kanak di televisyen.

4.2 Pihak industri makanan segera tidak dibenarkan **menaja** sebarang program atau rancangan kanak-kanak di televisyen.

4.3 Iklan makanan segera tidak boleh memberikan maklumat yang tidak tepat atau mengelirukan mengenai nilai pemakanan dalam sesuatu produk.

4.4 Iklan makanan segera tidak boleh menggalakkan pengambilan makanan secara berlebihan.

4.5 Iklan makanan segera tidak boleh membayangkan sesuatu produk itu boleh menggantikan diet lengkap atau seimbang.

4.6 Iklan makanan segera tidak boleh mengelirukan, mencabar atau merendahkan Panduan Diet Malaysia yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia.

4.7 Iklan makanan segera haruslah mematuhi keperluan di dalam Akta Makanan 1983 termasuk standard makanan, nutrisi dan garis panduan lain yang dikeluarkan oleh kerajaan Malaysia.

5 PAPARAN MAKLUMAT PEMAKANAN PRODUK MAKANAN SEGERA

5.1 Pelabelan Maklumat Pemakanan hendaklah dibuat/dipamerkan sama ada pada **pembungkus, kotak, pelapik dulang, brosur, pamplet, poster, laman sesawang, aplikasi atau media sosial**. Brosur, pamplet atau poster (sekiranya digunakan) perlulah diletakkan di kawasan yang mudah dilihat oleh pengguna.

5.2 Maklumat bagi Saranan Pengambilan Nutrien (Recommended Nutrient Intake, RNI) yang perlu diambil dalam sehari hendaklah dipaparkan sebagai rujukan untuk pengguna. Saranan bagi pengambilan tenaga, karbohidrat, lemak, protein, natrium dan gula perlu dibuat berdasarkan kepada *Recommended Nutrient Intakes for Malaysia*, 2017.

5.3 Purata Saranan Pengambilan Nutrien mengikut kumpulan umur adalah seperti berikut:

	4 – 9 Tahun	**10 – 18 Tahun**	**19 – 65 Tahun**
Tenaga (kcal)	1468	1982	2010
Karbohidrat (g)	220	297	301
Protein (g)	55	74	76
Lemak (g)	41	55	56
Gula (g)	≤37	≤50	≤50
Natrium (mg)	≤1200	≤1500	≤1500

5.4 Nutrien yang perlu dipaparkan dalam panel maklumat pemakanan bagi semua produk adalah kandungan tenaga, karbohidrat, lemak, protein, jumlah gula dan natrium.

5.4.1 Terma natrium boleh dipaparkan sebagai “garam” di dalam maklumat pemakanan

5.5 Peratusan yang dicapai daripada saranan pengambilan nutrien (*recommended nutrient intake*) bagi tenaga, karbohidrat, lemak, protein, gula dan garam dalam setiap produk boleh dipaparkan dalam panel maklumat pemakanan sebagai maklumat tambahan.

5.6 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.

5.7 Contoh format pelabelan maklumat pemakanan yang perlu dipaparkan bagi produk makanan segera dan minuman adalah seperti berikut:

Jadual 1

Jenis Minuman : Jus Oren 1 Hidangan (biasa) = 115 ml		
Nutrien	Kandungan	% RNI
Tenaga (kcal)	51	2%
Karbohidrat (g)	12	4%
Jumlah Gula (g)	12	24%
Protein (g)	0	0%
Lemak (g)	0	0%
Natrium (garam) (mg)	0	0%

(% RNI berasaskan umur 19-65 tahun, 2010 kcal)

Jadual 2

Jenis Maknan : Kentang Goreng 1 Hidangan (biasa) = 100 g		
Nutrien	Kandungan	% RNI
Tenaga (kcal)	323	16%
Karbohidrat (g)	43	14%
Jumlah Gula (g)	0.2	0%
Protein (g)	3.4	4%
Lemak (g)	15	27%
Natrium (garam) (mg)	189	139%

(% RNI berasaskan umur 19-65 tahun, 2010 kcal)

5.8 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.

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

5.10 Pengusaha makanan segera boleh menghidangkan makanan segera dan minuman dengan cara yang sihat seperti:

5.10.1 Menggantikan minuman ringan dengan susu rendah lemak, jus buah-buahan, air mineral semulajadi atau air minuman supaya pengguna mempunyai pilihan yang lebih luas.

5.10.1 Mengasingkan garam dari kentang goreng supaya pengguna boleh mengambil kandungan garam yang diperlukan sahaja.

6 KEPERLUAN ANALISIS NUTRIEN

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

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

6.2.1 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)

6.2.2 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.

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

7 PELABELAN MAKANAN SEGERA BERMUSIM

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

8 PREMIS MAKANAN

8.1 Pengusaha makanan segera perlu mengekalkan premis yang bersih, menyediakan makanan yang selamat dan pilihan makanan yang lebih sihat kepada pelanggan. Pengusaha juga digalakkan untuk memohon pengiktirafan ”Bersih dan Selamat” (BeSS) dari Kementerian Kesihatan Malaysia. Panduan dan prosedur permohonan bagi mendapatkan pengiktirafan BeSS boleh dirujuk di dalam Garis Panduan Pengiktirafan ”Bersih dan Selamat” (BeSS) di dalam laman sesawang https://hq.moh.gov.my/fsq/permohonan-garis-panduan-bess

9 PENUTUP

9.1 Kementerian Kesihatan Malaysia berharap pihak industri makanan segera melihat saranan 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.