

Peningkatan Pengetahuan Remaja melalui Edukasi Gizi terkait Label Pangan (*Increasing Adolescent Knowledge through Nutrition Education regarding Food Labels*)

Muh Guntur Sunarjono Putra^{1*}, Ahmad Hisbullah Amrinanto², Ririn Nuria³, Yayie Nirmalarani⁴, Okada Marscella⁵

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bogor Husada, Jawa Barat^{1,2,3,4,5}

guntur_sunarjono_putra@sbh.ac.id^{1*}, ahmadhisbullah@sbh.ac.id², rinnuria22@gmail.com³,

nirmalaraniyayie4@gmail.com⁴, Okada.marscella4@gmail.com⁵



Riwayat Artikel

Diterima pada 2 Februari 2024

Revisi 1 pada 17 Februari 2024

Revisi 2 pada 25 Februari 2024

Disetujui pada 27 Februari 2024

Abstract

Purpose: This nutrition education aims to increase public awareness, especially among teenagers, regarding how to read food and nutrition labels, influencing teenagers' attitudes regarding appropriate food consumption patterns to reduce the risk of nutritional problems, significantly overweight and obesity.

Research methodology: Community Service with the topic of food labels for adolescents was held in class XI Multimedia, Kusuma Wardhana Vocational High School, on Thursday, February 1, 2024, attended by 27 subjects or students. The series of Community Service activities include giving pre-test questions, delivering material related to how to read food labels and the impact of consuming instant food and other packaged processed foods over a long period, and ending with giving post-test questions. The tools used in this activity consist of material in the form of power points and examples of packaging products.

Results: This educational activity can increase the subject's knowledge score regarding how to read food labels and the impact of consuming instant food and other packaged processed foods over a long period before the post-test score (after being given education) is 33.0 points greater than the pre-test score (before being given education).

Limitations: The limited number of subjects means that the results of this education cannot be subjected to statistical analysis, and there needs to be more variety in the educational media used.

Contribution: This nutritional education can increase awareness among teenagers and increase awareness of the importance of reading food labels, which impacts regulating food consumption patterns.

Keywords: *Food labels, knowledge scores, nutrition education, teenagers*

How to cite: Putra, M, G, S., Amrinanto, A, H., Nuria, R., Nirmalarani, Y., Marscella, O . (2024). Peningkatan Pengetahuan Remaja melalui Edukasi Gizi terkait Label Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 1-8.

1. Pendahuluan

Seiring dengan perkembangan zaman maka terjadi perubahan gaya hidup yang salah satunya ditandai dengan perubahan konsumsi pangan masyarakat yang cenderung mengonsumsi pangan produk pangan kemasan yang beranekaragam (BPKN, 2010). Selain itu, produsen produk pangan kemasan juga sering melakukan promosi produk dengan harga yang lebih murah, kemudahan dalam pengolahan maupun penyajian, dan daya terima terhadap rasa yang tergolong baik sehingga konsumen atau masyarakat akan membeli dan mengonsumsi pangan (Darajat et al., 2017; McIlveen & Semple, 2002; Zulfania & Sudiman, 2022).

Berdasarkan data Riskesdas Tahun 2018 menunjukkan bahwa 58,5% masyarakat Indonesia mengonsumsi makanan instan atau produk pangan kemasan lainnya dengan frekuensi 1-6 kali per minggu dan 33,8% mengonsumsi makanan instan atau produk pangan kemasan lainnya dengan frekuensi ≤ 3 kali per bulan. Namun, apabila didasarkan pada kategori kelompok remaja dengan rentang usia 10-24 tahun memiliki rata-rata konsumsi makanan instan atau produk pangan kemasan lainnya sebesar 66,8% yang menunjukkan bahwa lebih dari separuh remaja di Indonesia memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan instan atau produk pangan kemasan lainnya dengan frekuensi 1-6 kali per minggu (Kemenkes RI, 2018b). Adapun dampak yang akan terjadi apabila konsumsi makanan instan atau produk pangan kemasan lainnya yang tidak terkontrol adalah risiko untuk mengalami kegemukan atau obesitas yang dapat memicu seseorang mengalami penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, stroke, dan lain-lain (Dewita, 2021). Oleh karena itu, salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mengontrol konsumsi makanan instan maupun pangan kemasan lainnya dengan cara edukasi kepada masyarakat terkhusus pada kalangan remaja terkait cara membaca label pangan dan dampak konsumsi produk pangan instan maupun produk kemasan lainnya.

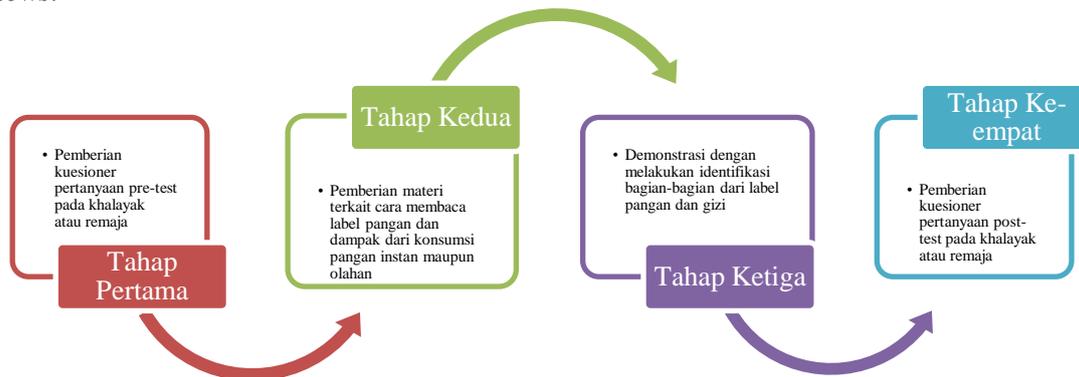
Label pangan olahan pada produk kemasan merupakan setiap keterangan dari suatu produk dalam bentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lainnya yang disertakan pada pangan olahan, dimasukkan ke dalam, ditempelkan, atau bagian dari kemasan pangan. Label pada produk pangan harus memenuhi dan menjamin dari keamanan pangan tersebut baik dari bahan kemasan, nama produk, komposisi, berat pangan, nama dan alamat produsen, tanggal dan kode produksi, nomor izin edar, informasi pesan kesehatan, sasaran dari produk pangan, cara penggunaan, cara penyimpanan, keterangan halal, dan lain-lain (BPOM RI, 2020). Halal dari suatu produk yang beredar di Indonesia menjadi fokus perhatian bagi konsumen bagu mayoritas beragama Islam, sehingga sertifikasi halal dari lembaga pemerintah seperti Majelis Ulama Indonesia yang namun saat ini sudah secara resmi diterbitkan oleh Badan Penyelenggara Jaminan Produk Halal (BPJPH) (Bangsawan, Sari, Susilawati, Saftarina, & Ayu, 2021).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kebiasaan remaja dalam membaca label pangan maupun label informasi nilai gizi masih tergolong sangat rendah ditandai dengan persentase sebesar 86,1% dengan rata-rata skor 50,8 poin pada remaja yang tidak membaca label pangan (Ikrima, Giriwono, & Rahayu, 2023). Hal ini juga sejalan dengan beberapa studi lainnya yang dilakukan di Indonesia, Amerika, dan Sri Lanka bahwa responden memiliki persentase membaca label pangan maupun informasi nilai gizi yang masih tergolong rendah yang dikarenakan rendahnya pengetahuan gizi maupun memahami label pangan (Sari, 2021; Sinaga & Simanungkalit, 2019; Talagala & Arambepola, 2016; Wojcicki & Heyman, 2012). Oleh karena itu, program pengabdian kepada masyarakat dapat menjadi salah satu wadah bagi akademisi baik dosen maupun mahasiswa dalam memberikan edukasi kepada masyarakat terkhusus pada remaja mengenai cara membaca label pangan dan dampak dari konsumsi pangan instan maupun pangan olahan kemasan lainnya dalam jangka waktu yang panjang.

2. Metodologi

Metode dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pelatihan atau edukasi gizi dengan pendekatan secara teori dan praktik yang dilakukan pada hari Kamis, 1 Februari 2024, Kota Bogor pada Pukul 13.30-15.30 WIB. Kegiatan ini dihadiri oleh 27 subjek atau siswa Kelas XI Multimedia. Adapun rangkaian dari implementasi kegiatan ini diawali dengan pemberian kuesioner pertanyaan pre-test terkait label pangan yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan khalayak sasaran atau remaja sebelum diberikan edukasi gizi yang dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi gizi dengan menggunakan kombinasi metode, sebagai berikut: (1) Metode ceramah dengan alat bantu power point berisikan informasi-informasi yang harus dipahami seperti cara membaca label pangan dan dampak dari konsumsi pangan instan maupun pangan olahan kemasan lainnya dalam jangka waktu yang panjang, (2) Demonstrasi dan praktik terpandu, subjek melakukan identifikasi kelengkapan label pangan dan gizi pada produk komersial. Metode Demonstrasi dan praktik terpandu ini dilakukan bertujuan agar pemahaman subjek lebih optimal serta dapat meningkatkan pengalaman dalam mengidentifikasi bagian-bagian dari label pangan dan gizi. Kegiatan ini diakhiri dengan sesi tanya jawab atau diskusi serta pemberian kuesioner pertanyaan post-test terkait label pangan yang bertujuan

untuk mengukur pemahaman dan pengetahuan subjek setelah diberikan pelatihan atau edukasi. Adapun pengolahan data dilakukan dengan menggunakan *Microsoft Excell 2019* dan *SPSS versi 26 for windows*.



Gambar 1. Bagan alur pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

3. Hasil dan Pembahasan

Edukasi gizi merupakan serangkaian kegiatan yang menyampaikan berbagai informasi terkait gizi dan kesehatan dalam upaya terjadinya perubahan perilaku positif bagi masyarakat yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Kemenkes RI, 2018a). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan terdiri dari 4 tahapan yang meliputi pemberian kuesioner pertanyaan pre-test, pemberian materi dan demonstrasi pada contoh produk pangan, serta pemberian kuesioner pertanyaan post-test. Pertanyaan kuesioner tersebut disusun sesuai dengan isi materi yang disampaikan seperti gambaran umum terkait label pangan, ketentuan-ketentuan pada label pangan, item-item yang harus tercantum pada label pangan, gambaran umum terkait label gizi atau berkaitan dengan klaim gizi maupun informasi nilai gizi, dan cara membaca informasi nilai gizi dengan benar. Kuesioner pertanyaan pre-test dan post-test berisikan pertanyaan dalam bentuk pilihan berganda yang sangat relevan dengan materi yang disampaikan. Sebaran pertanyaan pengetahuan berdasarkan jawaban yang benar menggambarkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman subjek dari setiap butir pertanyaan yang benar disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Sebaran pertanyaan pengetahuan berdasarkan jawaban benar

No	Pertanyaan	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1	Definisi pada label produk pangan	15	55,6	24	88,9
2	Format penulisan umur simpan pada produk pangan	16	59,3	25	92,6
3	Satuan dari energi pada label informasi nilai gizi	13	48,1	22	81,5
4	Keterangan pada label pangan	9	33,3	20	74,1
5	Manfaat dari label pangan	23	85,2	27	100,0
6	Fungsi dari informasi nilai gizi pada label pangan	17	63,0	27	100,0
7	Urutan item pada informasi nilai gizi	8	29,6	21	77,8
8	Cara membaca informasi nilai gizi terkait energi dari produk pangan	16	59,3	24	88,9
9	Cara membaca informasi nilai gizi terkait jumlah protein yang terkandung setiap sajian produk pangan	17	63,0	20	74,1
10	Cara membaca informasi nilai gizi terkait persentase angka kecukupan gizi pada label pangan	11	40,7	24	88,9

Sumber: Hasil Olah Data Penulis (2024)

Tabel 1 menunjukkan bahwa secara umum sebaran pertanyaan terkait label pangan berdasarkan jawaban benar mengalami peningkatan apabila dibandingkan antara pre-test dan post-test. Hasil dari pengisian kuesioner pre-test diperoleh data bahwa terdapat 7 dari 10 soal yang memiliki persentase jawaban yang tergolong benar kurang dari 60% sedangkan 3 soal lainnya memiliki persentase jawaban yang tergolong benar lebih dari 60%. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran pertanyaan berdasarkan jawaban benar yang tergolong rendah sehingga dapat dimaknai bahwa tingkat pengetahuan subjek masih tergolong kurang saat sebelum diberikan edukasi, sedangkan hasil pengisian kuesioner post-test diperoleh data bahwa terdapat 7 dari 10 soal yang memiliki persentase jawaban yang tergolong

benar lebih dari 80% dan 3 soal lainnya memiliki persentase jawaban yang tergolong benar sebesar lebih dari 70%. Oleh karena itu, jika dibandingkan antara pre-test dan post-test, maka terjadi peningkatan jumlah jawaban yang tergolong benar. Hal ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian maupun pengabdian sebelumnya yang menunjukkan bahwa persentase jawaban yang benar sebelum diberikan edukasi gizi tergolong lebih rendah (Arza, Oktaviandra, Resmiati, & Zaqna, 2022; Murtado & Alhanannasir, 2021; Perdana, Widiawati, Wardyaningrum, & Syariful, 2019; Safitri & Rahayu, 2018). Sebaran subjek berdasarkan kategori pengetahuan terkait label pangan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Sebaran subjek berdasarkan pengetahuan terkait label pangan

Tingkat Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Kurang (skor <60)	16	59,3	0	0,0
Sedang (skor 60-80)	11	40,7	12	44,4
Baik (skor >80)	0	0,0	15	55,6
Total	27	100	27	100
Rata-rata ± SD	53,7 ± 10,06		86,7 ± 11,44	
Selisih skor <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>			33,0	
Kategori	Kurang		Baik	

Sumber: Hasil Olah Data Penulis (2024)

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebaran subjek berdasarkan tingkat pengetahuan terkait label pangan sebelum diberikan edukasi (*pre-test*), lebih dari separuh subjek memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong kurang ditandai dengan skor rata-rata sebesar 53,7 poin. Selain itu, sebaran subjek berdasarkan tingkat pengetahuan terkait label pangan setelah diberikan edukasi (*post-test*) menunjukkan bahwa lebih dari separuh subjek sudah memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong baik ditandai dengan rata-rata skor sebesar 86,7 poin, sehingga hal tersebut menggambarkan terjadinya peningkatan rata-rata skor pengetahuan subjek antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 33,0 poin. Secara umum, hasil dari edukasi gizi ini terjadi peningkatan tingkat pengetahuan subjek dari kategori kurang menjadi sedang maupun baik sebesar 38%. Hasil tersebut sejalan dengan beberapa penelitian maupun pengabdian sebelumnya bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan terkait label pangan ditandai dengan skor *pre-test* dan *post-test* (Arza et al., 2022; Dewi, Sukanty, & Ariani, 2023; Illavina & Kusumaningati, 2022; Mauludyani et al., 2023). Pengategorian dari tingkat pengetahuan terdiri dari kurang (skor <60), sedang (skor 60-80), dan baik (skor >80) (Khomsan 2021). Hasil dari *pre-test* dan *post-test* dapat menggambarkan peningkatan pengetahuan subjek yang diperoleh dari hasil rata-rata skor sebelum dan setelah diberikan edukasi.

Peningkatan pengetahuan seseorang berkaitan dengan adanya media edukasi yang disampaikan dengan berbagai metode seperti ceramah, demonstrasi, dan lain-lain yang diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dalam membaca label pangan dan pengaturan pola konsumsi pangan (Ningtyas, Handayani, & Kusumastuty, 2018; Rosyidah & Winarni, 2016). Selain itu, adanya peningkatan pengetahuan dapat mengubah sikap dan mempraktikkan dalam Kehidupan sehari-hari sehingga terciptanya perubahan perilaku (Contento, 2011). Kombinasi dari berbagai metode dalam edukasi dapat meningkatkan pemahaman subjek, Metode demonstrasi dapat memberikan dampak terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik yang dikarenakan dalam pemberian edukasi melalui demonstrasi memberikan kesempatan bagi subjek untuk berperan aktif sehingga memberikan manfaat yang lebih baik terutama dari segi aspek pengetahuan dan tergolong efektif dibandingkan dengan hanya menggunakan metode ceramah (Khomsan, 2021; Maulana, Novalia, Rosa, & Yunita, 2021; Yasin & Oktavianisya, 2020). Oleh karena itu, berbagai hasil penelitian dan pengabdian bahwa adanya pelatihan secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan dari kelompok sasaran (Amegayibor, 2021; Ernawati et al., 2021; Putra et al., 2023; Ramadhan et al., 2023; Soejono, Kusmawati, Nicholas, & Timothy, 2023; Yuliansyah, Dewi, & Amelia, 2020).

Subjek memiliki antusias yang sangat baik dalam mengikuti edukasi gizi terkait label pangan ditandai dengan adanya interaksi yang baik saat penyampaian materi maupun sesi diskusi atau tanya jawab.

Adapun pertanyaan yang diajukan oleh subjek pada sesi diskusi atau tanya jawab yang terdiri dari 1) Apakah perbedaan antara Pangan Industri Rumah Tangga (PIRT) dengan produk yang diproduksi di dalam negeri maupu luar negeri?, 2) Apakah jika kita mengonsumsi suatu produk pangan yang sudah melewati masa kadaluwarsa atau *expired date* dapat membahayakan kesehatan?. Label pangan merupakan setiap keterangan yang disertakan, dimasukkan, ditempelkan, atau bagian dari kemasan yang berbentuk tulisan, gambar, kombinasi tulisan dan gambar, maupun bentuk lainnya. Adapun keterangan-keterangan yang harus dimuat dalam label pangan terdiri dari nama produk, daftar bahan atau komposisi, berat atau isi bersih, nama dan alamat produsen, halal bagi yang dipersyaratkan, tanggal dan kode produksi, keterangan kadaluwarsa, nomor izin edar, dan asal usul bahan pangan tertentu (BPOM RI, 2020). Nomor izin edar terdapat tiga jenis yaitu nomor izin edar PIRT, nomor izin edar BPOM dengan produk yang dihasilkan dalam negeri (BPOM RI MD), dan nomor izin edar BPOM dengan produk yang berasal dari luar negeri (BPOM RI ML). Adapun perbedaan dari nomor izin edar PIRT yang mengacu pada Peraturan BPOM Nomor 22 Tahun 2018 tentang Pedoman Pemberian Sertifikat Produksi PIRT bahwa kriteria pangan olahan dengan izin edar PIRT adalah pangan olahan kering dengan masa simpan lebih dari 7 hari di suhu ruang, pangan dikemas dan berlabel yang diproduksi di dalam negeri, tidak boleh mencantumkan klaim, pangan diproduksi secara manual hingga semi otomatis, dan lokasi produksi berbasis rumah tangga. Selain itu, nomor izin edar BPOM mengacu pada Peraturan BPOM Nomor 27 Tahun 2017 tentang Pendaftaran Pangan Olahan, secara umum memiliki kriteria-kriteria seperti pangan olahan di kemas dalam bentuk eceran, pangan atau produk tersebut dilakukan fortifikasi dan sesuai dengan Standar Nasional Indonesia (SNI), pangan yang ditujukan untuk uji pasar, biasanya ditambahkan Bahan Tambahan Pangan (BTP) ke dalam produk atau makanan dengan tujuan tertentu, lokasi produksi terpisah dengan rumah tangga, dan pangan yang diproduksi secara manual, semi otomatis, atau menggunakan dengan teknologi yang lebih terbarukan. Nomor izin edar dari PIRT diterbitkan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota sedangkan nomor izin edar BPOM diterbitkan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM RI, 2020; Dinas Pertanian dan Pangan, 2021; UKM Indonesia, 2023).

Masa kadaluwarsa merupakan bagian dari label pangan yang perlu kita perhatikan, hal ini dikarenakan apabila seseorang mengonsumsi makanan yang melewati batas waktu yang telah ditetapkan oleh produsen maka dapat membahayakan konsumen dikarenakan terjadinya penurunan kualitas dari produk pangan tersebut yang salah satunya disebabkan oleh adanya mikroorganisme (bakteri) ditandai dengan adanya perubahan warna, aroma, rasa, tekstur, maupun kekentalan dari produk pangan tersebut. Oleh karena itu, menerapkan dan menjaga keamanan pangan terkait produk pangan yang sudah melewati masa kadaluwarsa dapat menghindari dampak negatif bagi kesehatan konsumen, sehingga direkomendasikan untuk tidak membeli maupun mengonsumsi produk pangan yang telah melampaui masa simpan atau kadaluwarsa (Rolucky, 2019).

Adapun perbedaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah penggunaan kombinasi metode edukasi yaitu ceramah, demonstrasi, dan praktik terpandu sehingga subjek mendapat memperoleh pengalaman yang lebih dalam mengenali item-item dari label pangan dibandingkan pengabdian dengan topik yang serupa namun hanya menggunakan metode ceramah dalam melakukan edukasi terkait gizi maupun kesehatan.



Gambar 1. Subjek menjawab pertanyaan kuesioner *pre-test*



Gambar 2. Pemberian materi terkait label pangan



Gambar 3. Identifikasi label pangan pada produk



Gambar 4. Subjek menjawab pertanyaan kuesioner *post-test*

4. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat terkait label pangan dilakukan di Kelas XI Multimedia, SMK Kusuma Wardhana sebanyak 27 subjek atau siswa. Sebagian besar subjek memiliki usia 17 tahun dan berjenis kelamin laki-laki. Edukasi gizi yang dilakukan dengan kombinasi metode ceramah dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan subjek terkait cara membaca label pangan dan dampak dari konsumsi pangan instan maupun pangan olahan kemasan lainnya dalam jangka waktu yang panjang dengan skor *post-test* (setelah diberikan edukasi) 33,0 poin lebih besar dibandingkan skor *pre-test* (sebelum diberikan edukasi) sehingga akan berkaitan dengan tingkat pengetahuan subjek yang tergolong kurang ke tingkat pengetahuan yang tergolong sedang maupun baik sebesar 38%. Adapun implikasi dan kontribusi dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah dapat meningkatkan pengetahuan maupun kesadaran terkait pentingnya memahami membaca label pangan dan pengaturan pola konsumsi pangan dalam mengurangi risiko masalah gizi terutama *overweight* maupun obesitas akibat konsumsi pangan yang berlebihan sehingga kegiatan ini masih perlu dilakukan dengan sasaran subjek atau masyarakat yang lebih luas.

Ucapan terima kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Husada Bogor yang telah mendanai program pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa Kelas XI Multimedia, SMK Kusuma Wardhana, Kota Bogor.

Referensi

- Amegayibor, G. K. (2021). Training and development methods and organizational performance: A case of the local government organization in Central Region, Ghana. *Journal of Social, Humanity, and Education*, 2(1), 35–53. <https://doi.org/10.35912/jshe.v2i1.757>
- Arza, P. A., Oktaviandra, S., Resmiati, & Zaqna, F. (2022). Edukasi Gizi Tentang Pentingnya Membaca Label Kemasan Produk Pangan dan Perlindungan Konsumen pada Siswa SMP Bubungan Tinggi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 1072–1078.
- Bangsawan, S., Sari, M., Susilawati, Saftarina, F., & Ayu, M. (2021). Pengembangan Kemasan Zero Plastic serta Label Sehat-Halal Produk Tahu dan Tempe. *Yumary: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4), 183–192. <https://doi.org/10.35912/jpm.v1i4.60>
- BPKN. (2010). *Hasil Kajian BPKN di Bidang Pangan Terkait Perlindungan Konsumen*. Jakarta: Badan Perlindungan Konsumen Nasional.
- BPOM RI. (2020). *Pedoman Label Pangan Olahan 2020*. Jakarta: Badan Pengawasan Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- Contento, I. R. (2011). *Nutrition Education, Linking Research, Theory, and Practice Second Edition*. London: Jones and Bartlett Publishers.
- Darajat, N., Bahar, H., & Jufri, N. N. (2017). Hubungan Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi dengan Kemampuan Membaca Label Informasi Gizi Pada Ibu Rumah Tangga di Pasar Basah Mandonga Kota Kendari Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 1–11.
- Dewi, N. T. L. Y., Sukanty, N. M. W., & Ariani, F. (2023). Edukasi Label Informasi Nilai Gizi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswadi SMAN 5 Matara. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 246–252.

- Dewita, E. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 2 Tambang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(1), 7–14. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i1.1554>
- Dinas Pertanian dan Pangan. (2021). Sertifikasi Jaminan Keamanan dan Mutu Pangan Berdasarkan Jenis Pangan dan Kewenangannya. Retrieved January 31, 2024, from <https://pertanian.jogjakota.go.id/detail/index/17586>
- Ernawati, Sayuti, M., Kadarusman, Hismayasari, I. B., Supriatna, I., Abadi, A. S., & Saidin. (2021). Pendampingan Masyarakat di Kampung Salak, Kota Sorong: Pelatihan Teknik Pembenihan Ikan Lele secara Buatan. *Yumary: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4), 173–181. <https://doi.org/10.35912/jpm.v1i4.195>
- Ikrima, I. R., Giriwono, P. E., & Rahayu, W. P. (2023). Pemahaman dan Penerimaan Label Gizi Front of Pack Produk Snack oleh Siswa SMA di Depok. *Jurnal Mutu Pangan : Indonesian Journal of Food Quality*, 10(1), 42–53. <https://doi.org/10.29244/jmpi.2023.10.1.42>
- Illavina, & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh edukasi pembacaan label informasi nilai gizi dengan media slide power point terhadap pengetahuan siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*, 3(1), 27–35.
- Kemendes RI. (2018a). *Pedoman Proses Asuhan Gizi Puskesmas*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2018b). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Khomsan, A. (2021). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Bogor: IPB Press.
- Maulana, A., Novalia, N., Rosa, A., & Yunita, D. (2021). Peningkatan Kapasitas Wirausaha Desa Melalui Pelatihan Pembuatan Rencana Bisnis. *Yumary: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 133–142. <https://doi.org/10.35912/jpm.v2i3.674>
- Mauludyani, A. V. R., Rahmawati, L., Farhan, M., Napitupulu, P. A., Azzahra, D. F., Anggini, A. W., ... Evafruditus, Y. (2023). Edukasi Gizi Seimbang dan Cara Membaca Label Pangan bagi Masyarakat Di Desa Cibanteng, Kabupaten Bogor. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 5(2), 196–201.
- McIlveen, H., & Semple, L. (2002). Seeing is believing: Current consumer use and understanding of food labels. *Nutrition & Food Science*, 32(2), 80–84. <https://doi.org/10.1108/nfs.2002.01732baf.001>
- Murtado, & Alhanannasir. (2021). Edukasi Pelabelan Kemasan Produk Bagi Karyawan Toko Ritel Modern di Kota Palembang. *SELAPARANG, Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 420–423.
- Ningtyas, I., Handayani, D., & Kusumastuty, I. (2018). Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah. *Amerta Nutrition*, 2(3), 271–282. <https://doi.org/10.2473/amnt.v2i3.2018.271-282>
- Perdana, A. T., Widiawati, D., Wardyaningrum, D., & Syariful. (2019). Sosialisasi dan Edukasi Label Pangan pada Pedagang Anggota Paguyuban Usaha Kecil Menengah (UKM) Raden Patah. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–5. Jakarta: Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Putra, M. G. S., Fitridewi, P. B., Aisyah, J. N., Laksmi, K. D. P., Azizi, E. C., & Kustiyah, L. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan terkait Gizi dan Kesehatan pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Bogor Husada*, 3(1), 26–33.
- Ramadhan, H., Forestryana, D., Torizella, C., Muhtadi, Haryoto, & Suranto. (2023). Pendampingan Pencegahan Stunting melalui Intervensi Gizi Spesifik di Desa Mekar Sari Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Yumary: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 117–124. <https://doi.org/10.35912/yumary.v4i1.2504>
- Rolucky, V. (2019). Makanan Kadaluarsa dan Hak-Hak Konsumen Menurut Undang-Undang No 8 Tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen. *Lex Et Societatis*, 7(10), 14–23.
- Rosyidah, I., & Winarni. (2016). Efektifitas Ceramah dan Audio Visual dalam Peningkatan Pengetahuan Dismenorea pada Siswi SMA. *Gaster*, 14(2), 90–99.
- Safitri, D. E., & Rahayu, N. S. (2018). Pengaruh Edukasi Literasi Label Pangan terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Menengah Pertama. *ARGIPA*, 3(2), 91–95.
- Sari, A. E. (2021). Gambaran Kesadaran Membaca Label Kemasan Produk Pangan pada Masa Pandemi Covid Diwilayah Bekasi. *Jurnal Dunia Gizi*, 4(1), 36–41. <https://doi.org/10.33085/jdg.v4i1.4793>

- Sinaga, C., & Simanungkalit, S. F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Informasi Gizi. *Jurnal Endurance Kajian Ilmiah Problem Kesehatan*, 4(1), 192–198. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.1312>
- Soejono, F., Kusmawati, Nicholas, & Thimothy. (2023). Financial Statement Analysis Training for the Management of Rukun Palembang Cooperative. *Yumary: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 263–273. <https://doi.org/10.35912/yumary.v4i2.2579>
- Talagala, I. A., & Arambepola, C. (2016). Use of food labels by adolescents to make healthier choices on snacks: a crosssectional study from Sri Lanka. *BMC Public Health*, 16(739), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3422-1>
- UKM Indonesia. (2023). Perbedaan BPOM dan PIRT, Mana yang Kita Perlukan? Retrieved January 31, 2024, from <https://ukmindonesia.id/baca-deskripsi-posts/perbedaan-bpom-dan-pirt-mana-yang-kita-perlukan>
- Wojcicki, J. M., & Heyman, M. B. (2012). Adolescent nutritional awareness and use of food labels: Results from the national nutrition health and examination survey. *BMC Pediatrics*, 12(55), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1471-2431-12-55>
- Yasin, Z., & Oktavianisya, N. (2020). Metode Pembelajaran Demonstrasi untuk Meningkatkan Kemampuan Ibu dalam Pengelolaan Makanan Bergizi pada Balita Stunting. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 130–136.
- Yuliansyah, Dewi, F. G., & Amelia, Y. (2020). Pelatihan Standar Akuntansi Pesantren dalam penyusunan laporan keuangan bagi staf keuangan pondok pesantren. *Yumary: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 11–17. <https://doi.org/10.35912/jpm.v1i1.57>
- Zulfania, & Sudiman, H. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Kebiasaan Membaca Label Gizi dengan Konsumsi Pangan Kemasan Pada Remaja SMAN 89 Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Bidang Kesehatan*, 1(1), 32–39.