

Edukasi Gizi Tentang Pentingnya Membaca Label Kemasan Produk Pangan dan Perlindungan Konsumen pada Siswa SMP

Putri Aulia Arza^{1*}, Surya Oktaviandra², Resmiati¹, Fatthya Zaqna¹

¹ Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

² Fakultas Hukum, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

*putriauliaarza@ph.unand.ac.id

Abstrak: Masih rendahnya pengetahuan siswa SMP tentang pentingnya membaca label pangan dan jajanan sehat bergizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi. Rendahnya pengetahuan siswa tentang label pangan akan berdampak terhadap konsumsi makanan jajanan yang tidak aman dan sehat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMP melalui edukasi mengenai pentingnya membaca label kemasan pangan dan perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan. Kegiatan dilakukan pada salah satu SMP di Kecamatan Bayang, Kabupaten Pesisir Selatan, pada Bulan Juni Tahun 2022. Kegiatan berupa penyuluhan tentang pentingnya membaca label kemasan dan perlindungan konsumen dengan 2 (dua) orang narasumber. Untuk menilai keberhasilan edukasi ini dilakukan pengamatan langsung terhadap suasana diskusi kelas dan digunakan kuesioner berupa pertanyaan tertutup yang akan diberikan kepada siswa sebelum dan sesudah edukasi. Sebanyak 30 orang siswa SMP mengikuti kegiatan ini yang terdiri dari siswa kelas 7 dan 8. Para peserta antusias memberikan pertanyaan dan ketika diberikan pertanyaan siswa mampu menjawab dengan benar. Hasil kegiatan edukasi ini menggunakan uji paired sample *t-test* menunjukkan ada peningkatan pengetahuan siswa SMP sebesar 2.3 ($p=0,006$). Kegiatan pengabdian masyarakat berhasil dilakukan dengan baik. Hasil monitoring dan evaluasi setelah diberikan edukasi diperoleh bahwa siswa lebih teliti dan membaca label kemasan terlebih dahulu sebelum membeli jajanan makanan kemasan. Implikasi dari kegiatan ini yaitu siswa sudah mulai menerapkan membaca label sebelum belanja makanan kemasan.

Kata kunci: Edukasi; Label Kemasan Pangan; Perlindungan Konsumen; Siswa SMP

Abstract: *The common knowledge of junior high school students about the importance of reading food labels and nutritious, healthy snacks is one-factor affecting nutritional status. The low knowledge of students about food labels will have an impact on the consumption of snacks that are not safe and healthy. This aim is to increase the knowledge of junior high school students through education about the importance of reading food packaging labels and consumer protection for packaged food and beverages. The activity was carried out at one of the junior high schools in Bayang District, Pesisir Selatan Regency, in June 2022. The activity involved counselling about the importance of reading packaging labels and consumer protection with 2 (two) resource persons. To assess the success of this education, direct observation of the class discussion atmosphere was used, and a questionnaire was given to students before and after education. A total of 30 junior high school students participated in this activity, consisting of students in grades 7 and 8. The participants were enthusiastic about asking questions, and when given questions, the students could answer correctly. The results of this activity showed that there was an increase in the knowledge of junior high school students by 2.3 ($p=0.006$). Community service activities were carried out successfully. The monitoring and evaluation results after being given education showed that students were more careful and read the packaging labels before buying packaged snacks.*

Keywords: *Education; Food Packaging Labels; Consumer Protection; Junior High School Students*

© 2022 Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Received: 6 Juli 2022 **Accepted:** 1 September 2022 **Published:** 29 November 2022
DOI : <https://doi.org/10.20527/btjpm.v4i4.5780>

How to cite: Arza, P.A., Oktaviandra, S., Resmiati, R., & 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.

PENDAHULUAN

Konsumsi makanan yang aman, sehat dan bergizi seimbang sangat penting untuk anak sekolah terutama remaja SMP yang berada pada masa peralihan dari anak-anak ke remaja. Pada Adaptasi New Normal Saat Pandemi Covid 19 Ini sangat dianjurkan mengonsumsi makanan yang aman, sehat dan bergizi bergizi yang dapat meningkatkan imunitas dan terhindar dari penyakit akibat keracunan makanan seperti diare, batuk dan lainnya. Pada umumnya anak sekolah lebih cenderung mengonsumsi makanan jajanan dan tanpa memperhatikan label kemasan makanan/minuman yang dikonsumsi, seperti komposisi bahan makanan dan kandungan gizi yang terkandung dalam jajanan tersebut. Dengan demikian, makanan jajanan atau snack sehat bagi anak patut mendapat perhatian besar juga karena ikut memberi kontribusi terhadap asupan pangan anak.

Pada saat sekarang ini, dengan meningkatnya wabah coronavirus ini, pemerintah sudah mengizinkan untuk sekolah tata muka sehingga kecenderungan remaja untuk jajan sembarangan juga cukup besar. Akan tetapi, pengetahuan tentang makanan snack yang aman, sehat dan bergizi pada siswa SMP masih cukup rendah. Kebiasaan jajan remaja cenderung yang penting enak dan kekinian (viral), karena remaja suka mencoba hal baru.

Sebagian besar sekolah di Indonesia tidak bisa dipisahkan dengan keberadaan makanan jajanan diluar

sekolah. Hal ini disebabkan beberapa sekolah tidak mampu mengelola dan menyediakan sarapan/ makanan selingan secara mandiri untuk siswanya. Oleh sebab itu, pengetahuan siswa tentang pentingnya membaca label kemasan produk pangan dan perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan.

Remaja umumnya mengonsumsi makanan tertentu karena kekinian dan enak tanpa memperhatikan zat-zat berbahaya yang terkandung dalam makanan tersebut. Berdasarkan hasil penelitian Triwijayati, anak cenderung spontan/impulsive dalam mengambil keputusan dengan dan dapat diartikan apa yang dibeli dan dimakan oleh siswa yaitu apa yang tersedia atau dijual di sekolah tersebut (Triwijayati et al., 2016) . Sementara itu, berdasarkan hasil penelitian Ismainar dkk Tahun 2022 menemukan bahwa lebih dari 50% tingkat *hygiene* dan sanitasi makanan pedagang jajanan di sekolah dasar di salah satu SD di Pekanbaru dengan kategori rendah (Ismainar et al., 2022).

Pedoman Umum Gerakan Makan Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman bagi Anak Sekolah sudah dikeluarkan oleh Badan Ketahanan Pangan Departemen Pertanian, akan tetapi masih banyak pangan jajanan anak sekolah (PJAS) yang berada di sekitar sekolah tidak memenuhi persyaratan. Pangan jajanan anak sekolah yang tidak aman dan berkualitas akan berdampak terhadap kualitas tumbuh kembang anak untuk dapat menjadi sumber daya

manusia (SDM) bangsa dan juga membahayakan kesehatan (Badan Ketahanan Pangan Departemen Pertanian, 2008).

Berdasarkan hasil survei Kemenkes Tahun 2015 terhadap situasi Pangan Jajanan Anak Sekolah menunjukkan bahwa Penyakit akibat makanan (*foodborne disease*) dan diare karena cemaran air (*waterborne disease*), membunuh sekitar 2 juta orang per tahun, termasuk di antaranya anak-anak (Depkes RI., 2015). Di samping itu, Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) juga sudah mengatur syarat label pangan yang tertuang dalam peraturan BPOM No. 31 Tahun 2018 Tentang pencantuman informasi nilai gizi untuk pangan olahan yang diproduksi oleh UMKM dan peraturan BPOM No. 22 Tahun 2019 tentang informasi nilai gizi pada label pangan olahan. Label pangan Olahan adalah setiap keterangan mengenai pangan olahan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan olahan, dimasukkan ke dalam, ditempelkan pada, atau merupakan bagian kemasan pangan. Label pangan olahan minimal memuat keterangan mengenai nama produk; daftar bahan yang digunakan; berat bersih atau isi bersih; nama dan alamat pihak yang memproduksi atau mengimpor; halal bagi yang dipersyaratkan; tanggal dan kode produksi; keterangan kedaluwarsa; nomor izin edar; dan asal usul bahan pangan tertentu (BPOM, 2018). Berdasarkan hasil penelitian Melinda tahun 2021, pengetahuan merupakan salah satu factor yang mempengaruhi seseorang membaca label makanan kemasan. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan siswa yaitu dengan memberikan edukasi gizi baik secara *online* maupun *offline* (Arza & Afifah, 2022).

Berdasarkan hasil pengamatan SMP akan diberikan edukasi ini berada

di Kecamatan Bayang, makanan jajanan cukup banyak tersedia di sekolah ini. Di kedua memiliki kantin sekolah akan tetapi makanan yang dijual yaitu aneka makanan olahan pasaran berpengawet dan minuman-minuman dingin yang sangat disukai siswa. Sehingga dirasa perlu mengedukasi siswa supaya lebih teliti dalam membaca label kemasan produk pangan sebelum dikonsumsi. Di samping itu, juga perlu disampaikan kepada siswa bahwa terdapat perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan yang tidak memenuhi syarat label pangan berdasarkan peraturan BPOM diatas. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan melalui edukasi kepada siswa SMP tentang pentingnya membaca label kemasan produk pangan dan perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di salah satu SMP di kecamatan Bayang, Kabupaten Pesisir Selatan. Peserta kegiatan ini sebanyak 30 orang yang diambil dari kelas VII dan kelas VIII . Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Juni Tahun 2022. Kegiatan edukasi ini dibagi menjadi 2 kelas untuk menerapkan protokol kesehatan dalam masa new normal pandemi covid-19.

Metode kegiatan ini berupa sosialisasi edukasi tentang tentang pentingnya membaca label kemasan produk pangan dan perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan pada siswa SMP. Kegiatan edukasi diawali memberikan pre-test kepada siswa, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai pentingnya membaca label kemasan dan syarat wajib label kemasan menurut BPOM oleh narasumber pertama (bidang gizi), kemudian dilanjutkan dengan materi oleh narasumber kedua (bidang hukum)

tentang perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan yang tidak memenuhi syarat label pangan berdasarkan peraturan BPOM. Kemudian di akhir kegiatan dilakukan *post-test* untuk melihat pengetahuan siswa menggunakan kuesioner, memberikan pertanyaan secara langsung dengan memberikan hadiah kepada siswa yang menjawab pertanyaan dengan benar, selain itu peserta yang bisa memilih snack sehat dengan label kemasan lengkap dari beberapa makanan yang disediakan juga diberikan hadiah.

Kuesioner pengetahuan yang digunakan sudah dilakukan uji validitas dimana nilai r hitung masing-masing item pertanyaan $> r$ tabel. Uji reliabilitas variabel pengetahuan didapatkan hasil nilai Cronbach's Alpha sebesar $0,706 > 0,60$ maka dapat disimpulkan bahwa pertanyaan untuk variabel pengetahuan adalah reliabel atau konsisten.

Tahapan kegiatan ini yaitu 1) Koordinasi dengan pihak Mitra yaitu kepala sekolah SMPN 2 Bayang bahwa kegiatan pengabdian akan dilaksanakan, sehingga Sekolah sudah menyiapkan siswa yang akan ikut kegiatan ini. Adapun siswa/I yang mengikuti kegiatan pengabdian ini sebanyak 30 Orang yang terdiri dari siswa kelas 7 dan 8. 2) Edukasi Gizi menggunakan leaflet dan video yang mencakup pentingnya membaca label kemasan produk pangan. Kegiatan. Teknik analisis data yang digunakan untuk melihat perbedaan peningkatan pengetahuan antara sebelum dan sesudah edukasi gizi yaitu paired sample t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi Gizi tentang Pentingnya Membaca Label Makanan Kemasan dan Perlindungan Konsumen Terhadap Pelabelan yang Tidak Sesuai

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada Bulan Juni 2022. Kegiatan pengabdian masyarakat

dilaksanakan pada salah satu SMP di Kecamatan Bayang, Kabupaten Pesisir Selatan. Dengan menerapkan protocol Kesehatan Peserta dikumpulkan di satu kelas yang dibantu langsung oleh guru pendamping yang ditunjuk oleh kepala sekolah. Kegiatan edukasi gizi ini sangat didukung oleh pihak sekolah mengingat tingginya kebiasaan makanan jajanan anak SMP, ditambah kondisi pandemic covid 19 ini mengharuskan siswa harus mengkonsumsi makanan sehat untuk meningkatkan imunitas tubuh dan pihak sekolah juga sangat apresiasi dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Tahapan utama pengabdian ini yaitu seluruh tim pengabdian memperkenalkan diri kemudian menyampaikan tujuan dari edukasi ini kepada peserta. Selanjutnya langsung diawali dengan memberikan kuesioner kepada siswa untuk melihat pengetahuan awal siswa tentang pentingnya membaca label makanan kemasan. *Pre test* ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal peserta mengenai label kemasan. Setelah *pre test* selesai, peserta diberikan materi tentang syarat label kemasan oleh BPOM dan dampak konsumsi makanan jajanan yang tidak memenuhi persyaratan label kemasan makanan, peserta diberikan leaflet dan di pajang juga banner "pentingnya membaca label makanan kemasan". Kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1 Edukasi Gizi "Pentingnya Membaca Label Makanan Kemasan"

Materi selanjutnya yaitu edukasi oleh dosen hukum tentang perlindungan konsumen terhadap pelanggaran

makanan kemasan. Kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2 Edukasi Tentang Perlindungan Konsumen

Pada materi kedua ini dibahas tentang perlindungan konsumen terhadap makanan dan minuman kemasan yang sudah kedaluwarsa, kemasan tanpa pelabelan, kemasan dengan pelabelan tidak sesuai dan kemasan dengan pangan yang tidak sesuai. Media yang digunakan banner dan dibarengi dengan ceramah dan diskusi.

Pada akhir sesi siswa diberikan kembali pertanyaan tertutup menggunakan kuesioner untuk melihat peningkatan pengetahuan siswa. Kuis yang diberikan dapat dikerjakan dengan serius oleh siswa, dokumentasi tertera pada Gambar 3.



Gambar 3 Siswa mengerjakan kuis

Evaluasi Pengetahuan Gizi tentang Snack sehat Berbasis Pangan Lokal Siswa SMP Melalui *Pre-post Test*

Perubahan tingkat pengetahuan *pre* dan *post* dilakukan edukasi gizi tentang label makanan kemasan dan perlindungan konsumen dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1 Perbedaan Skor Pengetahuan *Pre-Post* Edukasi

Pengetahuan	Rata-rata skor menjawab benar	P value*
Sebelum	12,1	0,006
Sesudah	14,4	
Peningkatan	2,3	

*= Hasil Uji Paired Sample t-test

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan siswa yang dilihat dari skor menjawab benar dari 20 soal yang diberikan terkait label kemasan makanan dan perlindungan konsumen terhadap pelanggaran kemasan makanan diperoleh 12,1 pada *pre test*. Setelah diberikan edukasi gizi dengan menggunakan *leaflet*, *powerpoint* dan simulasi beberapa jenis makanan kemasan, rata-rata skor siswa yang menjawab benar meningkat signifikan menjadi 14,4. Peningkatan skor siswa yaitu sebanyak 2,3. Hasil uji statistik menggunakan paired sample t-test didapatkan nilai p value 0,0006 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum diberikan edukasi (*pre test*) dan setelah (*post test*) edukasi gizi.

Peningkatan pengetahuan siswa ini disebabkan karena media edukasi yang diberikan kepada siswa semenarik mungkin dan disajikan dengan jelas dengan menggunakan bahasa yang sederhana sehingga bisa dipahami baik oleh siswa. Adapun media yang digunakan untuk edukasi gizi ini yaitu *leaflet*, *powerpoint* bergambar dan juga berupa simulasi terhadap makanan kemasan, kemudian siswa dihadapkan

pada beberapa jenis makanan kemasan dan siswa diminta untuk menjelaskan label kemasan pangan yang belum ada dan sudah ada. Peningkatan pengetahuan dengan menggunakan media menarik pada siswa remaja ini sejalan dengan penelitian *literature review* yang dilakukan oleh Az-zahra, & Kurniasari, tahun 2022 yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi dengan media menarik dan inovatif berdampak terhadap peningkatan pengetahuan gizi remaja putri (Az-zahra & Kurniasari, 2022).

Hasil kegiatan ini sesuai beberapa hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pemberian media edukasi pada siswa dapat meningkatkan pengetahuan siswa dan mengubah perilaku anak (Syafrawati et al., 2019) dan (Masrizal, M., Khamelia, L., & Arbimes, 2019) dan sejalan juga dengan penelitian Arza dkk yang menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan baik secara *online* maupun *offline* (tatap muka) dapat meningkatkan pengetahuan siswa SMP (Arza, 2021).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan edukasi gizi pada salah satu SMP di kabupaten pesisir selatan dapat meningkatkan pengetahuan anak SMP tentang pentingnya membaca label kemasan makanan dan minuman. Serta adanya perlindungan konsumen terhadap makanan kemasan yang tidak memenuhi syarat label BPOM. Hal ini ditunjukkan dengan ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum (*pre test*) dan setelah (*post test*) edukasi gizi. Diharapkan pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan kesadaran siswa dalam membaca label terlebih dahulu sebelum mengonsumsi makanan kemasan.

DAFTAR PUSTAKA

Arza, P. A. (2021). pengaruh edukasi gizi online terhadap pengetahuan

gizi dan asupan vitamin c serta zat besi siswa smp. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 1310-1316.

Arza, P., & Afifah, S. N. (2022). Efektifitas edukasi gizi dengan tatap muka dan online terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi susu siswa smp. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 7(2), 255-260.

Az-zahra, K., & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas pemberian media edukasi gizi yang menarik dan inovatif terhadap pencegahan anemia kepada remaja putri: literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(16), 618–627.

Badan Ketahanan Pangan Departemen Pertanian. (2008). *Pedoman Umum Gerakan Makan Beragam, Bergizi Seimbang Dan Aman Bagi Anak Sekolah SD/MI*. Jakarta: Departemen Pertanian;

BPOM. (2018). Label Pangan Olahan. In *Bpom Ri*.

Depkes RI. (2015). *Situasi Pangan Jajanan Anak Sekolah*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Ismainar, H., Harnani, Y., Sari, N. P., Zaman, K., Hayana, H., & Hasmairi, H. (2022). Hygiene dan sanitasi pada pedagang makanan jajanan murid sekolah dasar di kota pekanbaru, riau. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 21(1), 27–33.

Masrizal, M., Khamelia, L., & Arbimes, A. (2019). Edukasi kesehatan reproduksi sebagai upaya promosi kesehatan di smpn 5 kota padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 2(1), 39–44.

Melinda, A., & Farida, E. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku mahasiswa fik unnes dalam membaca label informasi nilai gizi. *Indonesian Journal of*

- Public Health and Nutrition*, 1(3), 491-498.
- Syafrawati, S., Nursal, D. G. A., Chikita, R., & Tundun, N. (2019). Upaya menurunkan dampak negatif gadget melalui media promosi kesehatan pada siswa sdn 01 sawahan kota padang. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 2(2), 138–148.
- Triwijayati, A., Setiyati, E. A., Setianingsih, Y., & Luciana, M. L. (2016). Anak Dan Jajanan Sekolah : Program pemberdayaan kesehatan anak sekolah dalam perspektif pemerintah daerah children and snack product : empowerment healthy program in the government perspective. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2, 170–180.