

Praktik Membaca Label dan Halal Awareness Produk Pangan Pada Remaja Usia 15 – 18 Tahun

Imawati Eka Putri^{1*}, Ony Linda², Ahmad Said Matondang³

¹Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Gizi, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia

^{2,3}Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Indonesia
imawatiep@uhamka.ac.id, ony_linda@uhamka.ac.id, saidmatondang@uhamka.ac.id

Article Info

Article history:

Received March 31, 2024

Revised July 17, 2024

Accepted July 17, 2024

Keywords:

Label Pangan,
Remaja,
Praktik Membaca
Label Halal

ABSTRACT (10 PT)

Edukasi pentingnya pemilihan produk pangan halal merupakan salah satu ikhtiar manusia sebagai khalifah di bumi guna menyebarkan dakwah kebaikan. Dewasa ini, peningkatan masalah gizi akibat konsumsi pangan yang tidak sesuai banyak sekali ditemukan, termasuk juga masalah kesehatan yang bersumber dari pemilihan bahan makanan yang tidak tepat. Pangan yang bermutu baik idealnya menggunakan kemasan yang *food-grade* serta mencantumkan juga identitas zat gizi produknya. Kegiatan kemitraan masyarakat yang dilakukan bertujuan untuk melatih siswa SMAN 2 Indramayu Jawabarot dalam membaca label kemasan pangan sebagai bentuk awareness terhadap produk halal yang berkontribusi baik sebagai penunjang kesehatan. Pelatihan dilakukan dengan teknik ceramah, pre dan post-test, serta praktik pembacaan label kemasan. Hasil pengabdian terlihat dari peningkatan pengetahuan siswa yang ditinjau berdasarkan nilai pre-test ($42 \pm 8,22$) dan post-test ($66 \pm 9,96$).

Education to selection the halal food products is one of efforts to spread the messages of a goodness thing of God's Command to human as caliph on earth. Nowadays, health problems is the one of a such common things which is always increasing that caused by inappropriate food. A good food products should ideally have an information that listed on the packaging and including have an identity of nutritional content and also use food-grade packaging. This community partnership (PKM) carried out aims to train students in SMAN 2 Indramayu about halal awareness and how to interpreted label and infromations of food pacakaging. This program expected to contribute well to supporting health especially among adolescents. The results showed there is the increased of the halal and products label knowledge which is reviewed based on the pre-test score ($42 \pm 8,22$) and post-test score ($66 \pm 9,96$).



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Corresponding Author:

Imawati Eka Putri

Fakultas Ilmu - Ilmu Kesehatan,

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jl. Limau II No.2, RT.3/RW.3, Kramat Pela, Kec. Kby.

Baru, City, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12130

Email: imawatiep@uhamka.ac.id



A. Pendahuluan

Label pangan adalah media informasi yang memuat detail mengenai produk baik dalam bentuk gambar, tulisan, maupun kombinasi keduanya. Esensi label dalam dunia industri erat kaitannya dengan sustainability produk yang dikemas dan berperan sebagai media promosi kepada konsumen. Dalam Perka-BPOM RI No. 26 Tahun (2021) disampaikan bahwa pencantuman Informasi Nilai Gizi (ING) merupakan salah satu implementasi dari Acuan Label Gizi (ALG) yang memuat keterangan kandungan gizi pada label pangan. Dalam Islam, adanya informasi produk pada label kemasan merupakan satu bentuk integritas yang memudahkan konsumen dalam memilih produk yang akan digunakan atau dikonsumsi yang berintegrasi pada QS. Al-Isra ayat 36.

Makna potongan ayat pada Surah Al-Isra adalah Allah SWT memerintahkan kepada umatnya untuk tidak mengikuti sesuatu yang tidak diketahui kebenarannya karena semua hal baik penglihatan, pendengaran dan hati nurani kelak akan dimintai pertanggungjawabannya. Selaras dengan peraturan federal Food and Drugs Administration (FDA), (2024) yakni Informasi gizi yang berkaitan dengan makanan harus disediakan untuk semua produk yang ditujukan untuk konsumsi manusia dan ditawarkan untuk dijual kecuali pengecualian diberikan untuk produk tersebut. WHO (2018) juga menyampaikan bahwa pelabelan gizi pada produk makanan/ minuman merupakan sarana edukasi kepada konsumen untuk meningkatkan pengetahuan gizi yang dapat mengubah perilaku konsumsi pangan. Diketahui pola konsumsi tinggi gula, garam, dan lemak (GGL) yang tinggi memiliki andil besar dalam peningkatan prevalensi penyakit tidak menular (PTM) di Indonesia.

UNICEF menyebutkan masalah obesitas dan PTM sangat erat kaitannya dengan pola makan yang tidak sehat, selain itu masalah kontaminasi makanan misalnya logam berbahaya, penggunaan bahan tambahan pangan (BTP), dan cemaran mikroorganisme patogen pada pangan kemasan perlu ada regulasi dan informasi guna mencegah terjadinya foodborne disease yang bisa menjangkit konsumen (UNICEF, 2022). Data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan kasus obesitas dan overweight pada rentang tahun 2013 hingga 2018 terutama pada anak usia 5-12 tahun (20%), remaja usia 13-15 tahun (16%), dan remaja usia 16-18 tahun (13,5%). Data tersebut didukung juga dengan sebaran prevalensi remaja usia 16-18 tahun di wilayah Jawa Barat menduduki peringkat ke-7 sebagai wilayah dengan remaja obesitas terbanyak di Indonesia (Riskesdas, 2018). Besarnya prevalensi obesitas remaja ini selaras dengan perilaku remaja yang cenderung memiliki kebiasaan makan tidak baik (83,01%) ditandai dengan kurangnya konsumsi buah (84,9%), seringnya konsumsi snack tinggi lemak, dan natrium (55,66%) dan tidak membaca label gizi (17,9%) (Sumartini & Nigrum, 2022). Penelitian Arumsari et al., (2022) juga membuktikan bahwa kebiasaan makan remaja terkait SSB (Sugar-Sweetened Beverages) di Indonesia cenderung meningkat karena banyaknya akses yang memudahkan memesan makanan melalui online.

Pemilihan Lokasi PkM di SMAN 2 Indramayu merupakan salah satu strategi guna menyebarkan edukasi pentingnya pengetahuan gizi pada remaja sebagai pedoman pemilihan makanan yang baik guna menurunkan angka obesitas remaja di Jawa Barat. SMAN 2 Indramayu yang sudah berakreditasi A merupakan sekolah yang terstandarisasi baik di wilayah Jawa Barat. Namun, belum pernah tersosialisasikan mengenai pentingnya mengetahui cara membaca label pangan terutama ING, pengetahuan gizi seimbang, dan peran islam dalam pemilihan produk (halal *awareness*) menjadi landasan tim PkM untuk melaksanakan kegiatan PkM di wilayah ini guna mengedukasi Masyarakat khususnya siswa SMA untuk lebih peduli dan bijak dalam memilih produk pangan yang akan dikonsumsi.

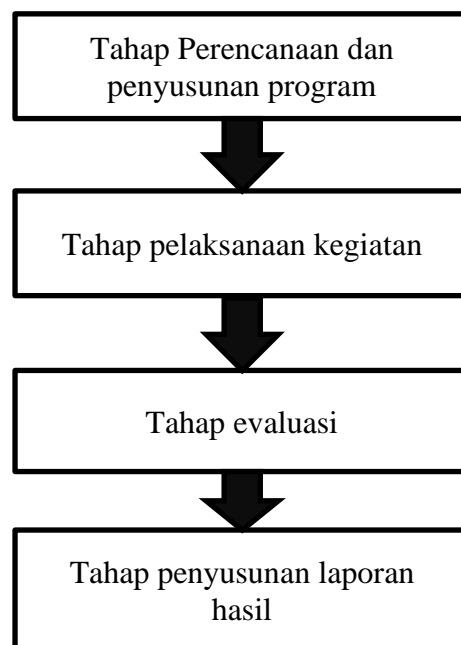
Data Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) menunjukkan hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang memerhatikan label produk pangan kemasan sebagai landasan memilih produk pangan yang akan dibelinya. Arumsari et al., (2022) juga menyampaikan bahwa konsumen remaja merasa membaca label pangan merupakan aktivitas yang memakan waktu meskipun mereka tahu informasi pada label pangan merupakan hal penting. Ini berlaku juga dalam membaca dan mengetahui label halal

pada produk pangan. Remaja cenderung tidak melihat label halal sebagai prioritas utama untuk menentukan produk yang akan dibelinya karena merasa hidup di negara dengan muslim sebagai mayoritas (Arumsari *et al.*, 2022). Tim PkM melihat data yang ditunjukkan tersebut relevan dengan masalah mitra, dimana siswa belum mengetahui mengenai cara membaca label pangan dan maknanya, serta belum *aware* terhadap label halal.

Minat membaca label pangan sejatinya berkorelasi dengan pengetahuan gizi seimbang, sehingga penguatan dan pendampingan praktik membaca label kemasan pangan dari tim PkM menjadi solusi permasalahan yang dialami oleh mitra dalam hal ini. Tujuan kegiatan PkM ini adalah terciptanya implementasi *awareness* terhadap kesehatan remaja melalui peningkatan pengetahuan gizi seimbang yang ditinjau berdasarkan kemampuan mengenai cara membaca label kemasan pangan dan label halal. Tujuan PkM ini juga selaras dengan dakwah islam sesuai dengan QS. Al-Baqarah: 168 dan An-Nahl: 114.

B. Metode Pelaksanaan

Kegiatan PkM ini dilakukan dalam 4 tahapan, yaitu: (1) Tahap Perencanaan; (2) Tahap Pelaksanaan; (3) Tahap Evaluasi; (4) Tahap penyusunan laporan. Pada tahap perencanaan, seluruh tim PkM merancang konsep kegiatan, membuat outline, mendesain media edukasi, dan perizinan pelaksanaan kegiatan di SMAN 2 Indramayu. Pelaksanaan kegiatan diikuti oleh 41 siswa kelas XI IPA dengan durasi waktu kegiatan adalah 1 hari dan dilaksanakan secara *offline* (tatap muka langsung) dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Tahap evaluasi dilakukan bersama dengan guru sebagai fasilitator kegiatan dan pihak sekolah untuk menindaklanjuti program yang telah tersampaikan, yang kedepannya bisa dirumuskan untuk perjanjian kerjasama dan pembuatan RTL yang harapannya mampu di rumuskan dalam kurikulum pengajaran sekolah. Alur kegiatan PkM dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Alur Kegiatan PkM

C. Hasil dan Pembahasan

1. Perencanaan Kegiatan

Tahap perencanaan ini merupakan tahapan awal/ pertama dalam kegiatan PkM. Pada tahap ini koordinasi tim PkM dengan *stakeholder* (kepala sekolah dan guru-guru) untuk menyamakan persepsi kegiatan melalui prosedur seperti:

- a. Perizinan pelaksanaan kegiatan
- b. Pembuatan time schedule pelaksanaan kegiatan (menyesuaikan dengan agenda sekolah)
- c. Penyiapan alat dan ruang pelaksanaan kegiatan
- d. Penyamaan konsep kegiatan antara tim PkM, mahasiswa yang membantu serta guru-guru yang menjadi fasilitator kegiatan.
- e. Pembuatan outline dan materi (yang dilakukan oleh seluruh tim PkM)
- f. Pembuatan design media edukasi dan banner kegiatan
- g. Sosialisasi materi PkM kepada fasilitator.



Gambar 2. Banner Kegiatan



Gambar 3. Materi Edukasi Selama Kegiatan

Gambar 2 dan 3 merupakan banner dan materi yang diberikan selama kegiatan PkM berlangsung. Banner di cetak dan di pasang pada ruang aula masjid SMAN 2 Indramayu yang dijadikan lokasi kegiatan. Materi di tampilkan menggunakan infocus agar peserta dapat melihat slide pelatihan dengan jelas.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan tatap muka langsung/ *offline* berlokasi di aula masjid SMAN 2 Indramayu dan dihadiri oleh 49 siswa kelas XII IPA 1 dan XII IPA 2. Sebelum materi tersampaikan, tim PkM memberikan pre-test terlebih dahulu menggunakan aplikasi google form untuk diisi peserta dengan lama waktu \pm 5 menit. Peserta melakukan scan barcode yang tertera pada layar untuk dapat mengakses gform soal pre-test yang akan diisi melalui gawai masing-masing peserta. Pre-test berisi 11 soal pilihan ganda yang memuat 3 materi yakni; materi edukasi gizi

seimbang, materi praktik membaca label pangan, serta materi konsep halal dan thayyib. Selama pengisian pre-test peserta dilarang untuk googling, diskusi, dan melihat label gizi pada food model. Setelah pengisian pre-test barulah materi tersampaikan dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab, dengan masing-masing materi berdurasi 15-20 menit. Tahap terakhir adalah pengisian post-test, dengan berisi 11 soal yang sama dengan pre-test dan lama waktu pengerjaan selama ± 5 menit. Selanjutnya tim PkM melakukan pembahasan hasil jawaban soal pre dan post-test sebagai bentuk evaluasi pemahaman siswa serta melakukan praktik langsung membaca label gizi pada bagian depan kemasan (Front-of-Pack Nutrition Labelling) dan belakang kemasan, sebagai bentuk aplikasi pembacaan label gizi secara nyata. Siswa dengan nilai pre dan post-test tertinggi selanjutnya diberikan reward berupa merchandise dari tim PkM. Dokumentasi penyampaian materi kegiatan dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Penyampaian materi

Gambar 4 penyampaian materi dilakukan oleh tim PkM, ada 3 materi yang tersampaikan yakni: materi edukasi gizi seimbang, materi praktik membaca label pangan, materi konsep halal dan thayyib.

3. Monitoring dan Evaluasi

Tahapan monitoring dilakukan untuk melihat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan, pada tahap ini peserta difamiliarikan dengan membaca label pangan secara langsung (praktik membaca label pada kemasan pangan sungguhan) dan pengisian post-test. Terlihat adanya peningkatan nilai post-test dibandingkan nilai pre-test dalam tahap monitoring dan evaluasi ini (terlihat pada tabel 1). Banyaknya siswa yang hanya mengisi pre-test tidak diimbangi dengan pengisian post-test. Siswa mengaku sudah paham terkait dengan materi yang diberikan, dan lebih tertarik dengan pertanyaan terbuka. Terdapat adanya penurunan nilai post-test dibandingkan nilai pre-test pada soal nomor 3 (“Seruan untuk mengonsumsi makanan halal untuk semua umat manusia (bukan hanya islam) terdapat pada Al-quran, surat?”) dan soal nomor 4 (“Mana dari gambar berikut yang merupakan logo halal indonesia?”). Diduga menurunnya fokus peserta saat pengisian post-test menjadi penyebab turunnya nilai tersebut, ini membuktikan siswa lebih tertarik mendapatkan



pertanyaan secara langsung yang behadiah dibanding mengisi post-test. Frekuensi jawaban benar tersaji pada Tabel 2. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi *et al.*, (2023) dimana terdapat peningkatan pengetahuan peserta edukasi gizi sebesar 19,3% yang menandakan 75% peserta mampu menyerap materi yang diberikan. Niruri *et al.*, (2023) menyampaikan bahwa media edukasi efektif meningkatkan pengetahuan siswa baik media video pembelajaran, animasi, poster, maupun powerpoint.

Tabel 1. Hasil Deskriptif Statistik Sebaran Nilai Pre dan Post-Test

	n	Min	Max	Mean	Std.Dev
Pre-Test	17	22	52	42,00	8,225
Post-Test	17	42	72	65,53	9,963

Tabel 2. Sebaran Jawaban Pre dan Post-test

No.	Soal Pre dan Post Test	Frekuensi Benar (Pre-Test)	Frekuensi Benar (Post-Test)
1	Jika anda membeli produk pangan, apa yang pertama kali anda cek/ lihat?	76,2%	71,4%
2	Pada tabel informasi nilai gizi, informasi apa yang tertera paling pertama?	52,4%	76,2%
3	Seruan untuk mengonsumsi makanan halal untuk semua umat manusia (bukan hanya islam) teradapat pada Al-quran, surat?	57,1%	28,6%
4	Mana dari gambar berikut yang merupakan logo halal indonesia?	66,7%	38,1%
5	Makanan berikut yang diharamkan dalam Alquran, kecuali?	71,4%	81%
6	Produk halal adalah produk yang?	71,4%	81%
7	Apa masalah gizi remaja di Indonesia?	61,9%	76,2%
8	Erapa batas konsumsi gula dalam sehari?	76,2%	76,2%
9	Gambar beriku ada dibagain mana pada kemasan?	52,4%	81%
10	Manakah dibawah ini yang tergolong pangan sehat?	0%	66,7%
11	Jika anda membeli roti isi coklat, manakah bahan yang mengandung titik kritis kehalalan pangan?	0%	57,1%

4. Kendala yang Dihadapi

Faktor penghambat atau kendala yang dihadapi selama kegiatan berlangsung adalah kendala teknis, dimana peserta banyak yang hanya mengisi pre-test saja namun tidak mengisi post-test begitupun sebaliknya, sehingga dalam pengolahan data peningkatan pengetahuan hanya didapat data valid dari 17 siswa aktif yang mengisi pre dan post-test. Guru sebagai fasilitator diharapkan mampu mendampingi siswa selama kegiatan berlangsung, karena siswa lebih patuh ketika guru menginstruksikan kegiatan. Dalam hal ini, selanjutnya perlu juga ada edukasi kepada guru-guru sebagai fasilitator guna mengembangkan materi PkM sebagai RPL sekolah. Faktor pendukung kegiatan adalah adanya dukungan dari pihak sekolah yang mengakomodir keberlangsungan acara dan antusiasme peserta yang secara praktik sangat ingin mengetahui bagaimana cara membaca label pangan.

D. Simpulan dan Saran

Kegiatan PkM ini telah membuktikan bahwa pelatihan praktik membaca label pangan dan sosialisasi halal *awareness* kepada remaja khususnya siswa sekolah menengah atas merupakan strategi solutif dalam membangun minat membaca label pangan dan halal sebagai salah satu alternatif preventif terhadap penyakit tidak menular dan penurunan resiko anemia pada remaja ditinjau dari peningkatan nilai post-test siswa. Kegiatan ini juga merupakan salah bentuk kerjasama antara kedua belah pihak institusi yang mampu membangun hubungan bilateral yang baik. Selain siswa, guru-guru yang menjadi fasilitator juga mendapatkan insight positif dari berlangsungnya kegiatan. Berdasarkan hasil kegiatan PkM potensi dikembangkannya bentuk pelatihan lain seperti edukasi dan pelatihan sertifikasi kantin halal kepada guru, pelaku usaha, dan orangtua murid adalah salah satu rencana strategis selanjutnya guna menggaungkan implementasi sekolah Islami.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada LPPM (Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat) UHAMKA yang telah mendanai berlangsungnya kegiatan PkM. Kepada Kepala Sekolah beserta jajarannya dan guru-guru SMAN 2 Indramayu yang telah memfasilitasi berlangsungnya kegiatan PkM.

Referensi

- Arumsari, I., Putri, I. E., Ariando, W., & Handayani, S. (2022). *The Urban Adolescents' Perception on Sugar-sweetened Beverages and Food Label: A Photovoice Study*. Proceedings of the 3rd International Conference on Social Determinants of Health, Indonesia.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI). (2021). Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan No. 26 Tahun 2021 tentang Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan Olahan. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- Dewi, N. T., Yunita, L., Sukanty, N. M. W., & Ariani, F. (2023). Edukasi Label Informasi Nilai Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa di SMAN 5 Mataram. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 246–252.
- Food and Drug Administration (FDA). (2024). *Food for Human Consumption Sub-chapter B*. <https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cdrh/cfdocs/cfcfr/cfrsearch.cfm?fr=101.9>
- Huda, Q. A., & Andrias, D. R. (2016). Sikap Dan Perilaku Membaca Informasi Gizi Pada Label Pangan Serta Pemilihan Pangan Kemasan. *Media Gizi Indonesia*, 11(2), 175–181.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Kementerian RI; 2019.
- Niruri, R., Rakhmawati, R., Saputri, R. N., & Farida, Y. (2023). Efektifitas Media untuk Peningkatan Pengetahuan dan Sikap pada Perilaku Hidup Bersih-Sehat Siswa Sekolah Dasar saat Adaptasi Kebiasaan Baru Era COVID-19. *JPSCR: Journal of Pharmaceutical Science and Clinical Research*, 8(3), 291.
- Sumartini, E., & Nigrum, A. (2022). Gambaran Perilaku Makan Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada*, 6(1).
- UNICEF. (2022). *Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan Dan Obesitas di Indonesia*. 1–134. <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/analisis-lanskap-kelebihan-berat-badan-dan-obesitas-di-indonesia>



World Health Organization (WHO). (2018). *Regional Workshop on Nutrition Labelling to Promote Healthy Diets.* Bangkok-Thailand: SEA-NUT-200.