



EDUKASI KESADARAN KONSUMSI MAKANAN SEHAT BAGI REMAJA: IMPLEMENTASI PROGRAM *AWARENESS OF HEALTHY FOOD CHOICES*

Syahrul Novenda Ramadhanny^{1*}, Oktario Dinansa Khoir², Ghani Armando³, Endang Dwiyanti⁴

^{1,2,3,4} Universitas Airlangga, Indonesia

e-mail: syahrul.novenda.ramadhanny-2021@fkm.unair.ac.id^{1*}

Dikirim: 25 Februari 2025, Direvisi: 21 Maret 2025, Diterima: 12 April 2025

ABSTRAK

Kesehatan remaja Indonesia menjadi perhatian utama mengingat tingginya prevalensi gizi kurang, obesitas, dan anemia akibat pola konsumsi yang kurang tepat. Program "*Awareness of Healthy Food Choices*" diinisiasi oleh GAIN dan RISE Foundation sebagai intervensi edukatif yang bertujuan meningkatkan pemahaman remaja mengenai gizi seimbang dan pentingnya membaca label pangan. Program ini dilaksanakan di SMPN 1 Banyuwangi dengan metode Training of Trainers (ToT), Challenge Scan QR Code Aplikasi Nutrihunt, penempelan poster edukatif, serta advokasi dan penyusunan Rencana Tindak Lanjut (RTL). Hasil dari program ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta terhadap gizi remaja, label pangan, dan pemanfaatan aplikasi Nutrihunt, dengan peningkatan skor post-test sebesar 83,3% dibandingkan pre-test. Kegiatan ini juga berhasil mendorong pihak sekolah untuk menerapkan kebijakan kantin sehat melalui penyediaan makanan berlogo pilihan lebih sehat dan penggunaan sugar meter. Keberlanjutan program didukung dengan penandatanganan RTL oleh sekolah sebagai bentuk komitmen dalam menyediakan lingkungan yang lebih sehat bagi siswa. Kesuksesan program ini menegaskan pentingnya pendekatan edukasi partisipatif dalam meningkatkan kesadaran gizi remaja dan diharapkan dapat diperluas serta disempurnakan dengan metode edukasi modern di masa depan. Kegiatan ini juga menunjukkan potensi untuk direplikasi atau dikembangkan di sekolah lain dengan menyesuaikan pendekatan edukasi yang sesuai dengan karakteristik siswa di masing-masing sekolah.

Kata kunci: Edukasi kesehatan; gizi remaja; intervensi sekolah; label pangan; nutrihunt.

ABSTRACT

The health of Indonesian adolescents is a major concern given the high prevalence of undernutrition, obesity, and anemia due to inappropriate consumption patterns. The "*Awareness of Healthy Food Choices*" program was initiated by GAIN and RISE Foundation as an educational intervention aimed at improving adolescents' understanding of balanced nutrition and the importance of reading food labels. This program was implemented at SMPN 1 Banyuwangi using Training of Trainers (ToT) method, Nutrihunt Application QR Code Scan Challenge, educational poster pasting, as well as advocacy and preparation of Follow-Up Plan (RTL). The results of this program showed a significant increase in participants' understanding of adolescent nutrition, food labels, and the utilization of the Nutrihunt application, with an 83.3% increase in post-test scores compared to the pre-test. This activity also succeeded in encouraging schools to implement healthy canteen policies through the provision of food with healthier choice logos and the use of sugar meters. The sustainability of the program is supported by the signing of the RTL by the school as a form of commitment in providing a healthier environment for students. The success of this program confirms the importance of participatory education approaches in improving adolescent nutrition awareness and is expected to be expanded and refined with modern education methods in the future. This activity also shows

the potential to be replicated or developed in other schools by adjusting the educational approach according to the characteristics of students in each school.

Keywords: Health education; adolescent nutrition, school intervention; food labeling, nutrihunt.

1. PENDAHULUAN

Kondisi kesehatan remaja Indonesia perlu diperhatikan dan menjadi fokus bersama. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa terdapat 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun di Indonesia dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Terkait berat badan ideal, 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun tergolong dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Badan Litbangkes), 2018). Selain itu, angka kejadian anemia pada remaja mencapai 32%, yang berarti sekitar 3 hingga 4 dari setiap 10 remaja mengalami kondisi tersebut. Faktor yang mempengaruhi kejadian ini meliputi pola konsumsi gizi yang kurang optimal serta pemilihan makanan yang tidak tepat. Begitupun dengan gizi kurang dan obesitas yang terjadi di kalangan remaja terjadi akibat pola konsumsi harian yang buruk yang disebabkan oleh banyak factor (Waluyani et al., 2022). Sementara itu, kondisi lain menunjukkan bahwa remaja kesulitan mengakses pencantuman pesan kesehatan pada label kemasan, baik berupa Informasi Nilai Gizi atau logo pilihan lebih sehat sehingga hal ini berpengaruh pada pola konsumsi remaja yang sembarang. Terbatasnya aksesibilitas remaja dalam mendapatkan informasi nilai gizi dan label pangan kemasan menyebabkan tidak terpenuhinya hak konsumen khususnya remaja dalam selektif memilih makanan (Maulida, 2019).

Menanggapi hal tersebut, GAIN melalui mitra pelaksanaannya RISE Foundation memberdayakan remaja untuk menjadi Health Heroes Facilitator untuk mengedukasi remaja dan mengadvokasikan isu label pangan kemasan kepada stakeholder untuk mendorong penguatan peraturan. Berbagai hal telah dilakukan oleh Health Heroes Facilitator baik kegiatan offline seperti Health Heroes Goes to School, terlibat aktif dalam advokasi peraturan terkait label pangan bersama GAIN dan Kemenkes, serta mendorong petisi online terkait logo pilihan lebih sehat. Selain itu, GAIN bersama RISE Foundation juga melaksanakan rangkaian kegiatan Kompetisi Ide Remaja - Youth Nutritiative untuk mendorong ide-ide inovatif dari remaja untuk perbaikan penerapan peraturan label pangan dan informasi nilai gizi serta mendorong adanya kebijakan pemangku kepentingan di sekitar remaja untuk makanan dengan kategori lebih sehat dapat lebih mudah diakses dan diprioritaskan dibandingkan dengan makanan dengan kategori yang tidak sehat.

Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN) menjalankan program Edukasi Remaja dan Peningkatan Lingkungan Kondusif untuk Konsumsi Gizi Seimbang sebagai bagian dari kesepakatan antara Kementerian Kesehatan RI dan GAIN untuk periode 2022-2025. Program ini bertujuan meningkatkan status gizi remaja di Indonesia dengan dukungan dana dari Fondation Botnar (Armando et al., 2024). Dalam hal penerapan peraturan label pangan, GAIN menemukan bahwa pencantuman pesan kesehatan pada label kemasan masih minim, meskipun diwajibkan oleh Permenkes No. 65/2015. Selain itu, Peraturan BPOM No. 26/2021 masih terbatas karena pencantuman Informasi Nilai Gizi (ING) dan Logo Pilihan Lebih Sehat bersifat sukarela serta harus ditempatkan pada bagian yang mudah dilihat dan dibaca. Kesulitan dalam memantau kepatuhan produsen pangan industri rumah tangga oleh Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota juga menghambat penyediaan informasi gizi yang lebih transparan dan mudah diakses, terutama bagi remaja (BPOM, 2021).

Berkaitan dengan masalah gizi dan kesehatan remaja diperlukan intervensi pada tempat yang tepat. Remaja dikategorisasikan oleh WHO pada kelompok usia 12-24 tahun dimana usia tersebut sebagian besar remaja sedang bersekolah, sehingga tempat melaksanakan intervensi yang tepat adalah sekolah (Silitonga et al., 2024). GAIN bersama RISE Foundation selaku organisasi yang telah menyelenggarakan rangkaian kegiatan Kompetisi Ide Remaja - Youth Nutritiative pada seluruh remaja di Indonesia, memberi kepercayaan untuk melaksanakan kegiatan *Awareness of Healthy Food Choices* sebagai ide remaja - Youth Nutritiative yang lolos pendanaan dari

Foundation botnar untuk implementasi kegiatan. *Awareness of Healthy Food Choices* merupakan serangkaian kegiatan yang tercipta karena, kondisi remaja di Indonesia saat ini belum terbebas dari permasalahan kesehatan seperti anemia, kekurangan gizi, kelebihan gizi. untuk meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya makanan sehat dalam menjalani gaya hidup mereka. *Awareness of Healthy Food Choices* merupakan kegiatan yang digagas oleh Oktario Dinansa Khoir dan Ghani Armando, kegiatan tersebut terdiri dari Training of Trainers (TOT), Challenge Scan Qr Code Aplikasi Nutrihunt, Penempelan poster, Advokasi & Rencana Tindak Lanjut (RTL).

Adapun hal yang melatarbelakangi kegiatan ini yaitu kurangnya pendidikan kesehatan khususnya pengetahuan tentang gizi dan label pangan di SMPN 1 Banyuwangi. Pengetahuan gizi adalah pemahaman manusia tentang nutrisi. Interaksi gizi dan status gizi terkait dengan kesehatan pada penelitian Rahmiwati menunjukkan hanya 6% yang paham tentang gizi yang tepat pada remaja, 43% pemahaman sedang dan 50% yang memiliki pemahaman gizi kurang (Ali et al., 2016). Tingkat pengetahuan gizi mencerminkan sikap seseorang, baik positif maupun kurang baik, yang terbentuk dari pemahaman tentang gizi dan berpengaruh terhadap perilaku dalam memilih makanan serta minuman guna memenuhi kebutuhan gizi seimbang. Oleh karena itu, kualitas gizi dan kesehatan seseorang selama masa remaja sangat bergantung pada asupan gizinya. Status gizi remaja sendiri dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait gizi (Permatasari et al., 2022).

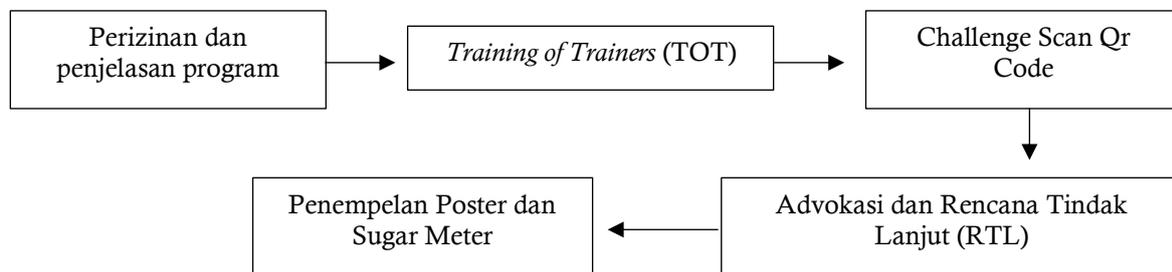
Program ini berbeda dari intervensi serupa karena menggabungkan edukasi gizi, label pangan, dan teknologi berbasis aplikasi melalui pendekatan partisipatif yang melibatkan fasilitator sebaya. Tidak hanya memberikan materi, namun juga mendorong remaja untuk aktif menyampaikan informasi kepada teman sebayanya melalui pelatihan ToT (Training of Trainers). Penyuluhan dilakukan secara partisipatif agar peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, namun juga mempraktikkan langsung seperti memilih jajanan sehat (Nurani, 2019). Selain itu, kegiatan ini menawarkan kontribusi unik melalui integrasi teknologi digital berupa aplikasi Nutrihunt. Untuk memperkuat pengaplikasiannya, dilakukan Challenge Scan QR Code Nutrihunt dan pemasangan poster edukatif di lingkungan sekolah. Pendekatan ini berbeda dengan media edukasi digital sebelumnya seperti Nutristzil yang dilakukan oleh Salsabila et al., (2024) yang membuat media edukasi gizi seimbang yang menarik dan interaktif melalui teknologi berbasis interactive website dengan menganalisis pemahaman siswa-siswi melalui beberapa tahapan yang ada pada game Nutristzil serta melakukan pre-test dan post-test, dan memberi pengetahuan mengenai gizi seimbangan pada remaja sebagai upaya pencegahan anemia dan penyakit degeneratif di fase kehidupan selanjutnya.

Penelitian dengan program *Awareness of Healthy Food Choices* ini mengisi celah dengan menghadirkan pengalaman edukatif yang lebih praktis dan terintegrasi dengan kehidupan sehari-hari siswa melalui pelibatan langsung, media visual di lingkungan sekolah, serta pemberdayaan teman sebaya. Sebagai bentuk keberlanjutan kegiatan maka dilaksanakan advokasi kepada pemegang keputusan di masing-masing sekolah dan pembuatan Rencana Tindak Lanjut (RTL) oleh masing-masing sekolah sebagai bentuk komitmen untuk melaksanakan kegiatan dengan berkelanjutan. Adapun isi dari advokasi dan RTL yaitu komitmen sekolah dalam melaksanakan program pengadaan makanan berlogo pilihan lebih sehat, penyediaan sugar meter, pemeliharaan poster edukasi, dan sosialisasi tentang gizi remaja serta aplikasi Nutrihunt. Kegiatan *Awareness of Healthy Food Choices* ini memiliki tujuan untuk membantu siswa-siswi menambah pengetahuan mereka tentang gizi seimbang serta membantu agar lebih selektif lagi dalam memilih makanan sehat dan bergizi.

2. METODE PELAKSANAAN

Adapun serangkaian kegiatan *Awareness of Healthy Food Choices* yang akan dilaksanakan ditunjukkan seperti pada Gambar 1. Pertama dengan melakukan perizinan dan penjelasan program kepada pihak sekolah. Teknis perizinan meliputi: proposal kegiatan → menjadwalkan pertemuan → presentasi proposal → mendiskusikan manfaat program → membahas dukungan yang diperlukan dari kepala sekolah, seperti persetujuan formal dan alokasi sumber daya. Tahap kedua ada Training of Trainers (TOT) adalah suatu kegiatan yang melatih siswa-siswi dan pihak

sekolah untuk mampu dan paham mengenai pentingnya membaca dan memahami label informasi gizi pada kemasan makanan serta logo yang menunjukkan pilihan makanan lebih sehat dan penggunaan aplikasi Nutrihunt. Teknis kegiatan ToT meliputi: pre-test → penyampaian materi → Q&A challenge → ice breaking → post-test. Selanjutnya yaitu Challenge Scan Qr Code di Aplikasi Nutrihunt yang merupakan kompetisi dengan melibatkan peserta ToT untuk melangsungkan praktik penggunaan aplikasi Nutrihunt untuk meraih skor tertinggi di aplikasi Nutrihunt. Teknis kegiatan Challenge Scan Qr Code meliputi: penyampaian teknis challenge → pemberian voucher → pembelian voucher → scan barcode kemasan → perbandingan skor → pengumuman pemenang.



Gambar 1. Serangkaian Kegiatan *Awareness of Healthy Food Choices*

Tahap selanjutnya terdapat Advokasi dan Rencana Tindak Lanjut (RTL) yang merupakan kegiatan bersama dengan pemegang keputusan di sekolah untuk memberikan rekomendasi atas hasil kegiatan ToT. Berdiskusi bersama antara tim dengan pihak sekolah untuk mewujudkan keberlanjutan kegiatan dengan penyusunan dan penandatanganan RTL. Teknis kegiatan RTL meliputi: penyampaian rekomendasi → diskusi bersama → penyusunan dan tandatangan RTL. Terakhir, terdapat kegiatan Penempelan Poster dan Sugar Meter. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya promotif jangka panjang bersama dengan warga sekolah (siswa, guru, dan penjual kantin/koperasi) untuk menyebarkan informasi label informasi gizi, parameter gula (sugar meter), gizi remaja, dan logo pilihan lebih sehat. Teknis kegiatannya meliputi: menentukan jumlah titik penempelan → pengadaan poster dan sugar meter → penempelan poster dan sugar meter.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Serangkaian kegiatan "*Awareness of Healthy Food Choices*" diawali dengan melaksanakan perizinan kegiatan ke sekolah tujuan yaitu SMPN 1 Banyuwangi. Sebelum melakukan perizinan, tim telah menyiapkan proposal kegiatan dan membuat surat permohonan izin kegiatan untuk sekolah. Pada tanggal 8 Agustus 2023, tim "*Awareness of Healthy Food Choices*" dengan penuh semangat memulai perjalanan mereka untuk mendapatkan izin pelaksanaan kegiatan di SMPN 1 Banyuwangi. Proposal telah disiapkan secara matang dan tim sudah menyiapkan surat permohonan izin resmi yang dikirimkan kepada kepala sekolah SMPN 1 Banyuwangi tersebut. Sebuah pertemuan penting diatur dan tim melakukan presentasi yang tuntas serta meyakinkan kepada pihak sekolah mengenai tujuan positif kegiatan ini.

Pertemuan diwarnai diskusi yang produktif, tim dengan sabar menjawab pertanyaan dan merespons saran dari pihak sekolah. Setelah pembahasan teknis dan pelaksanaan kegiatan, termasuk pengaturan tempat, waktu, dan fasilitas, kesepakatan akhirnya dicapai. Tinta tanda tangan di atas kesepakatan kerja sama menjadi langkah nyata menuju pelaksanaan kegiatan yang berfokus pada meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya makanan sehat. Dengan gembira, kemudian tim kami menginformasikan kepada pihak youth nutritiative mengenai izin yang telah diperoleh. Keberhasilan mendapatkan perizinan tersebut menjadi landasan kuat untuk melaksanakan kegiatan yang akan memberikan dampak positif terhadap pola makan dan kesehatan siswa di SMPN 1 Banyuwangi.

Berhasilnya perizinan kegiatan "*Awareness of Healthy Food Choices*" di SMPN 1 Banyuwangi pada tanggal 12 Agustus 2023. Telah tercapai beberapa keberhasilan signifikan. Pertama, telah berhasil memperoleh dukungan penuh dari kedua sekolah untuk melaksanakan kegiatan tersebut.

Hal tersebut menunjukkan kesadaran mereka akan pentingnya edukasi kesehatan bagi siswa. Kedua, dengan adanya izin resmi ini dapat memberikan dampak yang lebih luas kepada siswa SMPN 1 Banyuwangi. Kesuksesan perizinan ini juga mencerminkan komitmen bersama antara tim kami dan pihak sekolah dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya memilih makanan sehat.

Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan "*Awareness of Healthy Food Choices*" pada tanggal 12 Agustus 2023 di SMPN 1 Banyuwangi. Acara dimulai dengan pembukaan yang penuh semangat, diikuti oleh pre-test untuk menilai pemahaman awal peserta. Sesi pemaparan materi pertama dimulai dengan Duta Generasi Berencana (GenRe) Kabupaten Banyuwangi yang memberikan informasi mendalam mengenai gizi remaja. Sesi tanya jawab yang interaktif memastikan bahwa setiap peserta memiliki pemahaman yang baik. Ice breaking menjadi momen menyenangkan setelah pemaparan materi pertama untuk mempererat hubungan antar peserta. Coffe break tidak hanya menjadi kesempatan untuk istirahat, tetapi juga waktu di mana peserta TOT diberikan voucher belanja ke koperasi sekolah sebagai bentuk apresiasi dan konsumsi selama kegiatan.



Gambar 2. Sesi Pembukaan oleh Sekolah

Sesi materi kedua dimulai dengan fasilitator yang membahas label informasi gizi, logo pilihan lebih sehat, worksheet, tubuhku adalah milikku, aku dan sekitarku, mari bertransformasi, dan penggunaan aplikasi Nutrihunt. Materi-materi ini dirancang untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang pentingnya memilih makanan sehat dan cara membaca label informasi gizi. Setelah penyamaan materi kedua peserta melakukan post test untuk mengetahui apakah ada peningkatan sebelum diberikan materi dan setelah diberikan materi. Untuk menunjang output dari kegiatan TOT, dilaksanakan Challenge Scan QR Code Aplikasi Nutrihunt yang diikuti dengan antusiasme oleh peserta.



Gambar 3. Sesi Pemaparan Materi

Output dari implementasi kegiatan "*Awareness of Healthy Food Choices*" di SMPN 1 Banyuwangi mencakup data partisipasi, hasil pre-test, dan post-test yang memberikan gambaran positif terkait peningkatan pengetahuan peserta. Jumlah partisipan SMPN 1 Banyuwangi adalah 73 orang dari total 100 peserta yang diundang.

Tabel 1. Hasil dari *pre-test* dan *post-test*

	Rata-rata Pengetahuan	Peningkatan (%)
<i>Pre-test</i>	44,25	83,3%
<i>Post-Test</i>	81,15	

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat hasil dari pre-test dan post-test terjadi peningkatan kemampuan kognitif sebesar 83,3%. Hasil ini mencerminkan keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang gizi remaja, label pangan, logo pilihan lebih sehat, dan penggunaan aplikasi Nutrihunt. Peningkatan signifikan pada skor post-test menunjukkan bahwa pendekatan edukasi melalui TOT berhasil memberikan dampak positif pada pengetahuan peserta di sekolah SMPN 1 Banyuwangi tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nisaul maslakah (2017) yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media flashcard terhadap pengetahuan anak mengenai pedoman umum gizi seimbang. Pada kelompok perlakuan, persentase responden dengan tingkat pengetahuan baik meningkat hingga tujuh kali lipat dibandingkan sebelum intervensi. Selain itu, penelitian Ronitawati et al (2020) juga mendukung temuan ini, di mana terjadi peningkatan pemahaman anak-anak di SDN Sirnagalih 02 tentang gizi seimbang setelah diberikan edukasi. Hal ini terlihat dari hasil post-test, di mana jumlah jawaban yang benar meningkat secara signifikan dibandingkan dengan pre-test, yang menunjukkan pemahaman yang lebih baik setelah intervensi. Peserta memberikan feedback positif dengan merasakan bahwa kegiatan *Awareness of Healthy Food Choices* acaranya seru, menarik dan banyak dari peserta yang merasakan kebermanfaatan berupa ilmu seperti gizi sehat, anemia, stunting dari program acara *Awareness of Healthy Food Choices* ini.

Peningkatan pengetahuan dan keterlibatan remaja dalam masalah gizi akan memiliki dampak positif jangka panjang terhadap kesehatan remaja hal tersebut merupakan perilaku penting yang akan mempengaruhi status gizi remaja. Dengan pemenuhan gizi yang optimal akan meningkatkan pertumbuhan, perkembangan fisik, kecerdasan serta mencegah terjadinya penyakit kronis, penyakit tidak menular terkait gizi, hingga kematian dini (Agnesia, 2020). Output dari kegiatan Challenge Scan QR Code Aplikasi Nutrihunt mencakup pencapaian peserta ToT dalam poin aplikasi Nutrihunt dan kemampuan mereka dalam mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh. Peserta ToT berhasil mendapatkan skor poin aplikasi Nutrihunt minimal 7000 poin. Pencapaian ini menunjukkan ketangguhan dan pemahaman peserta dalam menggunakan aplikasi untuk memeriksa informasi gizi produk makanan. Peserta ToT juga berhasil menunjukkan kemampuan yang luar biasa dalam menggunakan aplikasi Nutrihunt.



Gambar 4. Praktek Penggunaan Aplikasi Nutrihunt dan Penempelan Poster

Mereka mampu dengan cekatan melakukan scan barcode pada produk makanan di sekitar mereka dan memahami manfaat dari aplikasi tersebut dalam penerapan langsung. Pencapaian skor poin minimal 7000 dan kemampuan penggunaan aplikasi Nutrihunt yang teruji membuat kegiatan ini tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan peserta ToT tentang gizi makanan melalui teknologi, tetapi juga membuktikan bahwa aplikasi ini dapat digunakan secara efektif untuk mendukung gaya hidup sehat remaja.

Tahap pascaimplementasi kegiatan *Awareness of Healthy Food Choices* ini, tim melibatkan pemegang keputusan yakni Kepala Sekolah untuk menjalankan advokasi dan rencana tindak lanjut. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Hapsari & Widiastuti (2024) yang menyusun Rencana Tindak Lanjut (RTL) sederhana berisi langkah-langkah yang akan diambil peserta setelah menerima materi penyegaran. Setelah pelaksanaan penyegaran, kemudian dilakukan post-test. Saat berdiskusi dengan kepala sekolah, tim menyampaikan hasil pelaksanaan kegiatan ToT serta merencanakan keberlanjutan program ini. Komitmen pihak sekolah ditegaskan melalui penandatanganan lembar Rencana Tindak Lanjut (RTL). Tujuan kegiatan advokasi ini adalah mendorong pihak sekolah untuk menjual makanan dan minuman berlogo sehat dengan harapan

adopsi kebijakan baru yang mendukung pilihan makanan sehat dan label gizi. Kegiatan kebijakan pemberian label gizi sejalan dengan penelitian Lestari & Iswahyudi (2024) yang melibatkan penyampaian materi dan pendampingan mengenai informasi pada label gizi. Kegiatan pertama dalam penelitian tersebut adalah penyuluhan kepada peserta mengenai label gizi, yang mencakup berbagai topik, seperti pedoman penggunaan label gizi, pentingnya memahami informasi gizi, elemen yang terdapat dalam label, cara penggunaannya, serta teknik membaca label gizi pada kemasan produk. Penandatanganan RTL menjadi bukti nyata komitmen sekolah untuk menjalankan program ini secara berkelanjutan dan Rencana Tindak Lanjut menjadi panduan yang memastikan keberlanjutan dan perkembangan program.



Gambar 5. Kegiatan Advokasi dan Penandatanganan RTL

Pelaksanaan kegiatan penempelan poster, fasilitator sebaya dan guru menempelkan poster di tempat-tempat strategis untuk sama-sama berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran siswa dan penjual kantin terhadap pilihan makanan sehat. Selain itu, penambahan sugar meters di kantin mendukung pemahaman tentang kandungan gula dalam minuman dan makanan kemasan. Kegiatan advokasi terbukti berhasil dengan rekomendasi yang diimplementasikan oleh pihak sekolah. Penandatanganan RTL adalah bukti kesuksesan yang menegaskan komitmen sekolah terhadap program ini. Labelling di SMPN 1 Banyuwangi ini tercipta melalui informasi sugar meters dan poster gizi di kantin dalam mendukung gerakan kantin sehat. Reformulation sekolah juga dicapai melalui advokasi untuk penyediaan dan penjualan makanan serta minuman berlogo pilihan lebih sehat. Tandatangani RTL oleh pihak sekolah menjadi bukti konkret kesuksesan advokasi dan kegiatan sebelumnya. Semua langkah ini didokumentasikan dengan baik melalui berkas RTL yang ditandatangani, dapat dilihat sebagai bukti hasil yang dicapai.

4. KESIMPULAN

Hasil kegiatan *Awareness Of Healthy Food Choices* ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan siswa-siswi SMPN 1 Banyuwangi sebesar 83,3 persen mengenai pemahaman siswa-siswi terhadap gizi remaja, label pangan, logo pilihan lebih sehat, dan penggunaan aplikasi Nutrihunt. Peningkatan signifikan juga menunjukkan bahwa kegiatan *Awareness Of Healthy Food Choices* berhasil memberikan dampak positif dalam peningkatan pengetahuan peserta di sekolah SMPN 1 Banyuwangi tersebut. Meningkatnya pemahaman dan partisipasi remaja dalam isu gizi dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan mereka. Perilaku ini memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran remaja dalam memilih makanan dan minuman sehat. Kegiatan ini juga menunjukkan potensi untuk direplikasi atau dikembangkan di sekolah lain dengan menyesuaikan pendekatan edukasi yang sesuai dengan karakteristik siswa di masing-masing sekolah. Namun, terdapat beberapa tantangan dalam implementasi, seperti keterbatasan akses teknologi dan kurangnya waktu dalam kurikulum sekolah. Tantangan ini dapat diatasi melalui kerja sama dengan pihak sekolah, integrasi ke dalam mata pelajaran yang relevan, serta pelatihan bagi guru dan fasilitator. Ke depan, disarankan untuk menambahkan metode edukasi modern dan interaktif, seperti pemanfaatan teknologi digital atau aplikasi edukatif dalam pembelajaran gizi. Selain itu, direkomendasikan untuk dilakukan penelitian lanjutan guna

mengevaluasi efektivitas jangka panjang dari program ini, serta menggali potensi penggunaan media digital secara lebih luas dalam edukasi gizi remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Global Alliance for Improved Nutrition (GAIN) atas pelaksanaan program Edukasi Remaja dan Peningkatan Lingkungan Kondusif untuk Konsumsi Gizi Seimbang, yang bekerja sama dengan Kementerian Kesehatan RI pada periode 2022-2025 guna meningkatkan status gizi remaja di Indonesia. Penghargaan juga disampaikan kepada Fondation Botnar sebagai penyedia pendanaan serta kepada RISE Foundation yang berperan sebagai mitra kerja dan penggerak dalam program GAIN.

REFERENSI

- Agnesia, D. (2020). Peran Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja Di Sma Yasmu Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Academics In Action Journal of Community Empowerment*, 1(2), 64.
- Ali, R., Fauziyah, S., Rahmat, A., Nurfitriani, R., Nduru, Purnama, M. N. F., & Nifu, N. E. A. N. F.-A. B. (2016). *Urgensi Pembelajaran pada Pendidikan Dasar*.
- Armando, G., Khoir, O. D., & Lailiyah, S. (2024). Pelatihan Oleh Fasilitator Sebaya Menggunakan Aplikasi Health Heroes Nutrihunt Untuk Memilih Makanan Minuman Sehat Dan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Dalam Mencegah Masalah Gizi Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 295–303.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Badan Litbangkes). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. 674).
- BPOM. (2021). Perka BPOM No. 26 Tahun 2021 tentang Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan Olahan. *Bpom Ri*, 1–16.
- Hapsari, R. A., & Widiastuti, E. N. (2024). *Edukasi Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Kabupaten Pulang Pisau , Kalimantan Tengah Education of Balanced Nutrition As An Effort To Prevent Stunting in Toddler in The Pulang Pisau Regency , Central Kalimantan*. 11.
- Lestari, W. A., & Iswahyudi, I. (2024). Upaya Pencegahan Obesitas Remaja Melalui Pendampingan dan Edukasi Label Gizi Serta Penerapan Kunci Jajan Sehat Bergizi. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 8(1), 177.
- Maulida, A. Z. (2019). *Membaca Label Pangan Pada Mahasiswa Gizi Uin Walisongo Semarang*. UIN Walisongo Semarang.
- Nisaul maslakah, Z. S. (2017). Pengaruh Pendidikan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang. *Jurnal Kesehatan*, 10(01), 9–16.
- Nurani, E. (2019). Pengaruh Metode Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Praktek Pemilihan Jajanan Sehat pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Dan Inovasi*, 7–29.
- Permatasari, P. I., Masrikhiyah, R., Ratnasari, D., Kesehatan, F. I., & Setiabudi, U. M. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Asupan Gizi , IMT , dan Frekuensi Minuman Isotonik pada Siswa SSB Dewatara. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6, 14679–14688.

- Ronitawati, P., Sitoayu, L., Nuzrina, R., & Melani, V. (2020). Edukasi Bekal Sehat Berdasarkan Prinsip Gizi Seimbang Dengan Media " Isi Bekalku " Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 4(3), 407–414.
- Salsabila, N. F., Putri, V. S., Ramadhan, M. A., Anshori, M. W., & Astuti, W. (2024). *Edukasi Gizi Seimbang melalui Media Game Nutristzil Berbasis Interactive Website di SMK Mahardhika Batujajar*. 13(3), 2955–2964.
- Silitonga, F., Respa, C., & Widyandaru, R. Z. (2024). *Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat Kelurahan Tembesi Melalui Kolaborasi Pemberdayaan Masyarakat PT Perusahaan Gas Negara (Offtake Stasiun Panaran) Dengan Politeknik Pariwisata Batam*. 2(1), 1–12.
- Waluyani, I., Siregar, F. N., Anggreini, D., Aminuddin, A., & Yusuf, M. U. (2022). Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 28–35.