

Gerakan Edukasi Nutrisi dan Label Gizi (GENZI): Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Membaca Label Gizi sebagai Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2

Selviana Bong¹, Amelia¹, Aprida Tri Juwitasari¹, Fazi Nila¹, Kalila Hana Malika¹, Vrisca Oktavia Angin¹, Kiki Rizky Ananda^{2*}, Ferliani Fransisca Sa'pang².

¹Program Studi D3 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

²Program Studi Sarjana Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

*e-mail: kikirizkyananda16@gmail.com

Received: 14-06-2026; Accepted: 30-06-2026; Published: 30-06-2026

Abstrak

Peningkatan prevalensi Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) berkaitan erat dengan tingginya konsumsi minuman berpemanis kemasan pada remaja. Perilaku konsumsi tersebut dipengaruhi oleh kemudahan akses dan penggunaan uang saku untuk membeli makanan serta minuman kemasan. Oleh karena itu, peningkatan literasi gizi, khususnya kemampuan membaca label pangan, menjadi salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan DMT2 sejak dini. Kegiatan pengabdian masyarakat melalui program Gerakan Edukasi Nutrisi dan Label Gizi (GENZI) bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pembatasan konsumsi gula, garam, dan lemak (GGL), cara membaca Informasi Nilai Gizi, serta pemahaman mengenai Nutri-Level. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain one-group pre-test and post-test pada 24 remaja di SMKN 3 Samarinda. Edukasi diberikan menggunakan media visual berupa poster dan presentasi PowerPoint, disertai pengukuran sikap awal peserta melalui kuesioner. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 13,13%, dari 86,33 pada pre-test menjadi 97,67 pada post-test, serta peningkatan nilai minimum dari 71 menjadi 86. Hasil pengukuran sikap awal menunjukkan bahwa mayoritas peserta menyadari risiko konsumsi gula berlebih terhadap DMT2 (87,5%), namun pemahaman mengenai cara membaca Informasi Nilai Gizi pada kemasan masih relatif rendah (29,2%). Program GENZI terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan literasi gizi remaja dan berpotensi mendukung pembentukan perilaku yang lebih bijak dalam memilih makanan dan minuman kemasan sebagai upaya pencegahan DMT2 sejak dini.

Kata Kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, Label Gizi, Literasi Gizi, Nutri-Level, Remaja

Abstract

The rising prevalence of Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is closely linked to high consumption of packaged sugar-sweetened beverages among adolescents. This consumption behavior is influenced by easy access to these products and the use of pocket money to purchase packaged foods and beverages. Therefore, improving nutrition literacy—particularly the ability to read food labels—is a key strategy in early T2DM prevention efforts. Community service activities through the Nutrition Education and Nutrition Labeling Movement (GENZI) program aim to improve adolescents' knowledge regarding the limitation of sugar, salt, and fat (SSF) consumption, how to read Nutrition Facts labels, and understanding of Nutri-Level. The method used was quantitative with a one-group pre-test and post-test design involving 24 adolescents at SMKN 3 Samarinda. Education was delivered using visual aids such as posters and PowerPoint presentations, accompanied by an assessment of participants' initial attitudes via a questionnaire. The evaluation results showed an average increase in knowledge scores of 13.13%, from 86.33 on the pre-test to 97.67 on the post-test, as well as an increase in the minimum score from 71 to 86. The initial attitude assessment

results showed that the majority of participants were aware of the risks of excessive sugar consumption regarding T2DM (87.5%), but understanding of how to read Nutrition Facts labels on packaging remained relatively low (29.2%). The GENZI program has proven effective in improving adolescents' nutrition literacy and has the potential to support the development of wiser choices regarding packaged foods and beverages as an early preventive measure against T2DM.

Keywords: *Type 2 Diabetes Mellitus, Nutrition Labels, Nutrition Literacy, Nutri-Level, Adolescents*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi tantangan serius bagi kesehatan masyarakat global. International Diabetes Federation (IDF) melaporkan bahwa pada tahun 2021 terdapat 537 juta orang dewasa berusia 20–79 tahun yang hidup dengan diabetes di seluruh dunia dan jumlah tersebut diproyeksikan terus meningkat hingga mencapai 783 juta orang pada tahun 2045 (IDF, 2021). Di Indonesia, prevalensi diabetes melitus juga menunjukkan tren peningkatan, dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018 (RISKESDAS, 2018). Selanjutnya, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan bahwa prevalensi diabetes melitus pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 11,7%. Data tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan upaya pencegahan dan pengendalian secara berkelanjutan (SKI, 2023). Permasalahan diabetes melitus juga terlihat di tingkat daerah. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi diabetes melitus di Provinsi Kalimantan Timur mencapai 2,26%, sedangkan di Kota Samarinda mencapai 3,04%. Tingginya prevalensi tersebut mencerminkan besarnya beban penyakit diabetes melitus yang berkaitan erat dengan perubahan pola hidup masyarakat (RISKESDAS, 2018).

Peningkatan kasus diabetes melitus tidak terlepas dari perubahan pola konsumsi masyarakat, termasuk pada kelompok remaja. Salah satu faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya DMT2 adalah tingginya konsumsi makanan dan minuman tinggi gula. Konsumsi minuman berpemanis secara berlebihan diketahui berhubungan dengan peningkatan risiko obesitas, resistensi insulin, dan gangguan metabolik yang dapat berkembang menjadi diabetes melitus (Christy et al., 2026). Selain itu, ketersediaan uang saku pada remaja turut memengaruhi perilaku konsumsi, terutama dalam pembelian makanan dan minuman kemasan yang umumnya mengandung gula dalam jumlah tinggi (Sari et al., 2021).

Upaya pencegahan DMT2 pada remaja dapat dilakukan melalui peningkatan literasi gizi. Literasi gizi merupakan kemampuan individu untuk memperoleh, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi gizi dalam menentukan pilihan makanan yang tepat (Priambudi & Farapti, 2023). Tingkat literasi gizi yang baik diketahui berhubungan dengan penerapan pola makan yang lebih sehat dan pemilihan pangan yang lebih bijaksana (Syafei & Badriyah, 2019).

Salah satu bentuk penerapan literasi gizi dalam kehidupan sehari-hari adalah kemampuan membaca dan memahami label informasi gizi pada pangan kemasan. Label informasi gizi memuat berbagai informasi penting, seperti kandungan energi, gula, lemak,

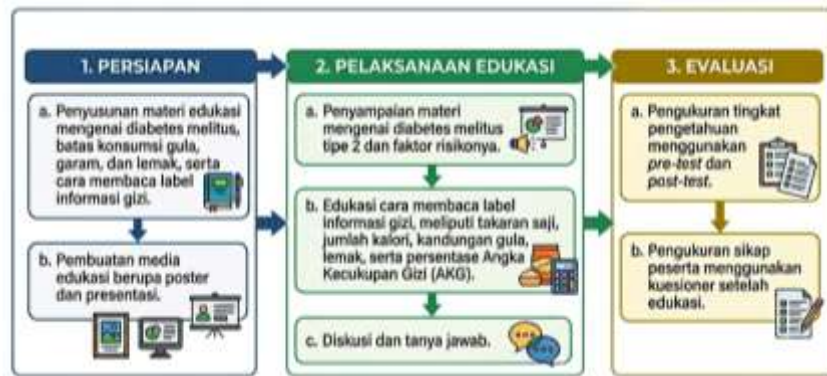
protein, natrium, serta ukuran sajian yang dapat digunakan sebagai dasar dalam memilih produk pangan yang lebih sehat. Selain itu, pemerintah Indonesia telah memperkenalkan Label Pilihan Lebih Sehat (*Nutri-Level*) sebagai sistem pelabelan pada bagian depan kemasan yang bertujuan memudahkan konsumen dalam mengenali produk berdasarkan kandungan gula, garam, dan lemaknya (BPOM, 2023; KEMENKES RI, 2026). Meskipun demikian, pemahaman remaja mengenai penggunaan label informasi gizi dan *Nutri-Level* masih terbatas sehingga informasi yang tersedia pada kemasan belum dimanfaatkan secara optimal dalam pengambilan keputusan konsumsi

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja dalam membaca label informasi gizi pada makanan dan minuman kemasan serta memahami *Nutri-Level* sebagai panduan dalam memilih produk yang lebih sehat. Edukasi melalui media visual, seperti poster dan presentasi PowerPoint, terbukti efektif dalam meningkatkan perhatian, pemahaman, dan daya ingat peserta terhadap materi yang disampaikan (Ananda et al., 2025; Kodir et al., 2026).

Oleh karena itu, dilaksanakan kegiatan Gerakan Edukasi Nutrisi dan Label Gizi (GENZI) sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja dalam memanfaatkan informasi gizi pada kemasan pangan sehingga dapat mendukung pemilihan makanan yang lebih sehat dan berkontribusi pada pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 sejak dini.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan Service Learning, yaitu metode yang mengintegrasikan kegiatan edukasi dengan pemberdayaan masyarakat sasaran melalui proses pembelajaran yang berorientasi pada peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Mei 2026 di SMKN 3 Samarinda dengan sasaran sebanyak 24 siswa remaja. Pihak yang terlibat dalam kegiatan ini terdiri atas tim dosen dan mahasiswa sebagai fasilitator edukasi, pihak sekolah sebagai mitra pelaksana, serta siswa sebagai peserta kegiatan. Keterlibatan sekolah meliputi koordinasi pelaksanaan, penyediaan tempat, dan pendampingan peserta selama kegiatan berlangsung.

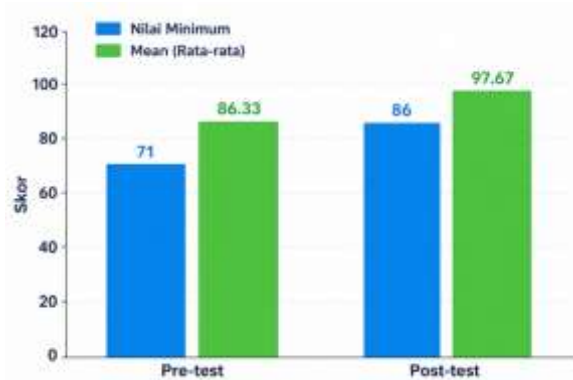


Gambar 1. Tahap Pelaksanaan Kegiatan GENZI

Gambar 1 menunjukkan tahapan kegiatan GENZI yang meliputi persiapan, pelaksanaan edukasi, dan evaluasi. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *one-group pre-test* dan *post-test* untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan yang diberikan sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) kegiatan edukasi. Selain itu, digunakan kuesioner sikap untuk mengetahui gambaran sikap peserta terhadap pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 dan pemanfaatan label informasi gizi dalam memilih makanan dan minuman kemasan.

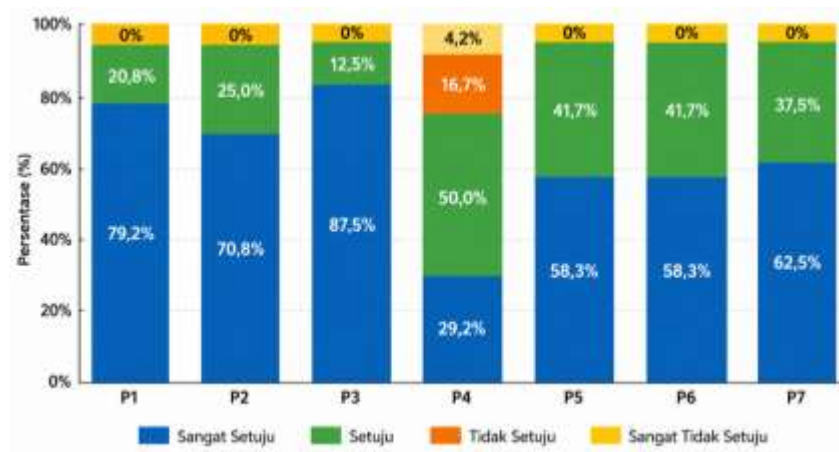
HASIL

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi GENZI.



Gambar 3. Skor *Pre-test* dan *Pos-test* Edukasi Cara Membaca Label Gizi

Gambar 3 menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi GENZI. Nilai rata-rata peserta meningkat dari 86,33 pada saat *pre-test* menjadi 97,67 pada saat *post-test*, sedangkan nilai minimum meningkat dari 71 menjadi 86. Secara keseluruhan, nilai rata-rata pengetahuan peserta mengalami peningkatan sebesar 13,13% setelah mengikuti edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai Diabetes Melitus Tipe 2, cara membaca label informasi gizi, dan penggunaan Label Pilihan Lebih Sehat (Nutri-Level) pada minuman kemasan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta.



Gambar 4. Distribusi Respons Sikap Peserta terhadap Pernyataan Kuesioner

Gambar 4 menunjukkan gambaran sikap peserta. Secara umum, mayoritas peserta telah memiliki sikap yang positif terkait pentingnya pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2

melalui penerapan pola makan sehat dan pemanfaatan label informasi gizi. Hal ini terlihat dari tingginya persentase responden yang menyatakan *sangat setuju* dan *setuju* pada seluruh pernyataan yang diajukan. Persentase *sangat setuju* tertinggi terdapat pada pernyataan mengenai kesadaran bahwa konsumsi gula berlebihan dapat meningkatkan risiko diabetes melitus (87,5%), sedangkan persentase terendah terdapat pada pernyataan mengenai pemahaman cara membaca informasi nilai gizi pada label kemasan (29,2%). Selain itu, masih terdapat peserta yang menyatakan *tidak setuju* (16,7%) dan *sangat tidak setuju* (4,2%) pada pernyataan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar peserta telah memiliki sikap yang baik terhadap pentingnya pola makan sehat dan pencegahan diabetes melitus, pemahaman terkait cara membaca label informasi gizi masih perlu ditingkatkan melalui kegiatan edukasi.

PEMBAHASAN

Efektivitas Program GENZI dalam Meningkatkan Pengetahuan Literasi Gizi Remaja.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat melalui program Gerakan Edukasi Nutrisi dan Label Gizi (GENZI) terlihat pada gambar 5 menunjukkan dampak positif terhadap tingkat pengetahuan remaja di SMKN 3 Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan adanya kenaikan nilai rata-rata peserta sebesar 13,13%, yaitu dari 86,33 pada saat *pre-test* menjadi 97,67 pada saat *post-test*. Selain itu, nilai minimum peserta yang semula berada di angka 71 meningkat menjadi 86 setelah intervensi diberikan. Temuan ini menegaskan bahwa materi mengenai bahaya Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2), batas konsumsi gula, garam, dan lemak (GGL), hingga tata cara membaca informasi nilai gizi berhasil diserap dengan baik oleh peserta.



Gambar 5. Pelaksanaan Cara Membaca Label Kemasan

Peningkatan pengetahuan ini menjadi instrumen krusial dalam menjawab permasalahan klinis dan epidemiologis yang dipaparkan pada latar belakang. Seperti yang dirilis oleh Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 (SKI, 2023), prevalensi diabetes pada usia ≥ 15 tahun telah menyentuh angka 11,7%, di mana Kota Samarinda sendiri mencatatkan prevalensi sebesar 3,04% (RISKESDAS, 2018). Mengingat remaja merupakan kelompok usia produktif yang rentan mengalami transisi gaya hidup, penguatan aspek kognitif menjadi fondasi utama.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan peserta tidak terlepas dari ketepatan pemilihan media edukasi yang digunakan. Kombinasi media visual berupa poster yang menarik dan presentasi *PowerPoint* interaktif mampu meningkatkan daya tarik serta mempermudah peserta dalam memahami materi yang disampaikan (Apriansa & Saidah, 2025). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kodir et al. (2026), yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis media visual dan alat peraga dapat meningkatkan atensi, pemahaman, serta retensi memori jangka pendek peserta secara signifikan dibandingkan metode ceramah konvensional (Kodir et al., 2026). Selain itu, penggunaan media *PowerPoint* juga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta pada berbagai kegiatan edukasi kesehatan (Ananda et al., 2025; Nurjanah et al., 2026). Hasil serupa dilaporkan oleh Patimah et al. (2022), yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan gizi setelah peserta memperoleh penyuluhan menggunakan media *PowerPoint* (Patimah et al., 2022).

Analisis Respons Sikap: Menjembatani Kesadaran Risiko dan Keterampilan Teknis Membaca Label

Berbeda dengan variabel pengetahuan yang diukur sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kegiatan edukasi, pengukuran sikap pada program GENZI dilakukan untuk memperoleh gambaran awal (sebelum pemberian edukasi) mengenai tingkat kesadaran dan respons remaja terhadap pencegahan DMT2. Secara umum, hasil kuesioner menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah memiliki sikap yang positif terhadap penerapan perilaku hidup sehat.

Distribusi respons menunjukkan bahwa persentase tertinggi (87,5%) terdapat pada indikator kesadaran bahwa konsumsi gula berlebihan dapat meningkatkan risiko Diabetes Melitus. Hasil ini menunjukkan bahwa peserta telah memahami dampak negatif konsumsi minuman manis dalam kemasan terhadap kesehatan, termasuk risiko terjadinya obesitas dan resistensi insulin yang berkontribusi terhadap perkembangan DMT2. Sikap positif tersebut merupakan modal penting dalam proses pembelajaran karena dapat meningkatkan penerimaan peserta terhadap materi edukasi yang diberikan. Kondisi ini diduga turut

mendukung peningkatan pengetahuan peserta yang ditunjukkan oleh tingginya nilai rata-rata post-test sebesar 97,67.

Meskipun demikian, hasil yang berbeda ditemukan pada indikator sikap mengenai pemahaman cara membaca informasi nilai gizi pada label kemasan. Indikator ini memperoleh persentase jawaban “Sangat Setuju” terendah, yaitu sebesar 29,2%. Selain itu, masih terdapat peserta yang menyatakan “Tidak Setuju” (16,7%) dan “Sangat Tidak Setuju” (4,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun remaja telah menyadari pentingnya membatasi konsumsi gula dan mencegah diabetes melitus, mereka masih mengalami kesulitan dalam memahami serta menerapkan keterampilan membaca label gizi pada produk pangan kemasan.

Kondisi ini menjadi perhatian karena tabel Informasi Nilai Gizi (ING) pada kemasan pangan sering kali memuat banyak informasi berupa angka, persentase Angka Kecukupan Gizi (%AKG), dan istilah teknis yang sulit dipahami oleh konsumen awam, terutama remaja. Oleh karena itu, pengenalan sistem pelabelan pada bagian depan kemasan menjadi penting untuk membantu konsumen memilih produk yang lebih sehat.

Salah satu bentuk upaya yang dilakukan pemerintah adalah melalui penerapan sistem pelabelan pada bagian depan kemasan. Pada minuman siap saji, sistem pelabelan tersebut diwujudkan dalam bentuk Nutri-Level yang diatur dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/301/2026 (KEMENKES RI, 2026). *Nutri-Level* menyajikan informasi kandungan gizi dalam kategori yang lebih sederhana sehingga memudahkan konsumen untuk menilai kualitas gizi suatu produk secara cepat. Selain itu, Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) juga memperkenalkan Logo Pilihan Lebih Sehat berupa tanda centang hijau pada makanan dan minuman kemasan yang memenuhi kriteria gizi tertentu (BPOM, 2023).

Melalui kegiatan pengabdian ini, edukasi mengenai *Nutri-Level* dan Logo Pilihan Lebih Sehat diberikan kepada remaja sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dalam memilih makanan dan minuman kemasan yang lebih sehat. Peningkatan pemahaman tersebut diharapkan dapat membentuk sikap positif terhadap kebiasaan membaca label gizi sebelum membeli atau mengonsumsi produk pangan, sehingga menjadi salah satu langkah preventif dalam menurunkan faktor risiko penyakit tidak menular, khususnya Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2).

Berdasarkan penelitian Rusiawati dan Wijana (2025), menunjukkan bahwa literasi gizi berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap siswa dalam memilih makanan yang sehat dan aman sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang (Rusiawati & Wijana, 2025). Oleh karena itu, peningkatan literasi gizi melalui edukasi yang berkelanjutan perlu terus

dilakukan agar remaja tidak hanya memahami risiko penyakit akibat pola makan yang tidak sehat, tetapi juga memiliki keterampilan praktis dalam memanfaatkan informasi gizi untuk mendukung pengambilan keputusan konsumsi yang lebih sehat.

Implikasi Edukasi Terhadap Perilaku Konsumsi Remaja dan Pencegahan DMT2 Sejak Dini

Sikap merupakan kecenderungan seseorang untuk memberikan respons atau bertindak terhadap suatu objek berdasarkan pengetahuan dan keyakinan yang dimilikinya (Sukaryawan & Sari, 2023). Peningkatan pengetahuan remaja mengenai pembatasan konsumsi gula, garam, dan lemak (GGL), yang didukung oleh sikap awal yang positif, berpotensi mendorong terbentuknya perilaku pemilihan pangan yang lebih sehat dan bijaksana (*food choices*). Selama kegiatan edukasi, peserta juga berpartisipasi aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperdalam pemahaman terhadap materi yang disampaikan. Proses diskusi dan tanya jawab selama kegiatan edukasi ditunjukkan pada Gambar 6.



Gambar 6. Proses Diskusi Tanya Jawab

Dalam konteks kehidupan remaja, faktor eksternal seperti kepemilikan uang saku sering kali mendorong kebiasaan jajan sembarangan atau membeli makanan dan minuman kemasan tinggi gula hanya karena mengikuti keinginan sesaat tanpa berpikir panjang (Saputri & Rakhma, 2025). Tanpa adanya literasi gizi yang mumpuni, uang saku tersebut secara tidak langsung menjadi pendorong percepatan faktor risiko diabetes. Intervensi GENZI hadir sebagai instrumen kendali internal. Melalui edukasi ini, remaja diharapkan tidak lagi sekadar membeli makanan berdasarkan rasa atau tren kemasan, melainkan mulai kritis dalam memperhatikan takaran saji, jumlah kalori, dan kandungan gula total sebelum membeli produk.

Temuan dalam pengabdian ini memperkuat studi dari Syafei & Badriyah, (2019) yang menegaskan bahwa penguatan literasi gizi di tingkat sekolah berkorelasi linier dengan

status gizi. Meskipun perubahan perilaku secara menyeluruh memerlukan waktu dan dukungan lingkungan (seperti kebijakan kantin sehat), peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif melalui program GENZI telah berhasil meletakkan dasar yang kokoh bagi strategi preventif primer. Langkah ini diharapkan dapat berkontribusi nyata dalam memutus rantai peningkatan prevalensi Diabetes Melitus Tipe 2 pada generasi muda di Kota Samarinda.

KESIMPULAN

Program GENZI di SMKN 3 Samarinda terbukti efektif meningkatkan literasi gizi remaja, tecermin dari kenaikan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 13,13% (dari 86,33 menjadi 97,67) serta nilai minimum (dari 71 menjadi 86). Sementara itu, data gambaran sikap awal menunjukkan mayoritas peserta sudah menyadari bahaya konsumsi gula berlebih terhadap risiko Diabetes Melitus Tipe 2 (87,5%), namun keterampilan praktis mereka dalam membaca label gizi masih menjadi titik terlemah (29,2%). Edukasi menggunakan sistem *Nutri-Level* dan Logo Pilihan Lebih Sehat dari BPOM diharapkan dapat mendorong remaja untuk lebih kritis dalam membatasi kebiasaan jajan sembarangan demi mencegah risiko diabetes sejak dini.

SARAN

Para remaja peserta edukasi diharapkan mulai berkomitmen menerapkan ilmu yang telah diperoleh dengan membiasakan diri memeriksa label gizi atau indikator *Nutri-Level* sebelum membelanjakan uang saku mereka untuk makanan atau minuman kemasan. Bagi pelaksana kegiatan pengabdian selanjutnya, disarankan memperluas jangkauan edukasi ke sekolah-sekolah lain di Kota Samarinda dengan metode yang lebih interaktif, seperti simulasi atau praktik belanja langsung (*mini-market tour*), serta menambahkan metode pemantauan dampak perilaku konsumsi peserta dalam jangka panjang. Keterbatasan pada kegiatan ini jumlah peserta yang hanya 24 siswa-siswi dari satu kelas sehingga belum dapat mewakili populasi remaja secara luas. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian selanjutnya diharapkan melibatkan jumlah peserta yang lebih besar berasal dari beberapa kelas maupun sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda atas dukungan yang diberikan, dan kepada Kepala Sekolah, staf guru, dan jajaran SMKN 3 Samarinda yang telah memberikan izin tempat dan membantu kelancaran jalannya acara. Apresiasi tinggi juga disampaikan

kepada seluruh siswa-siswi SMKN 3 Samarinda yang telah berpartisipasi aktif dengan penuh antusiasme sebagai peserta program GENZI, serta semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan ini dari tahap persiapan hingga penyusunan laporan akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, K. R., A'yuni, S. K., Fajarianoor, F., Husniah, L., & Susanti, L. (2025). FACE TO FACE EDUCATION DENGAN MEDIA PTT: PENGARUH PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN SIKAP PADA SISWA MAN 4 BALANGAN. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Kesehatan*, 1(02), 49–56. <https://doi.org/10.65369/b9rpe270>
- Apriansa, M., & Saidah, S. (2025). Penggunaan Media Visual Berupa Powerpoint untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di Kelas IV SD N 54/IV Danau Teluk Kota Jambi. *Akhlak : Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Filsafat*, 2(2), 359–388. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v2i2.695>
- BPOM. (2023). *Kenali dan Cermati Label Informasi Nilai Gizi*.
- Christy, A. A., Tjomiadi, C. E. F., Asmadiannor, A., & Syahlani, A. (2026). Hubungan Konsumsi Minuman Manis dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Remaja Perempuan. *RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business*, 4(4), 2348–2355. <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i4.3803>
- KEMENKES RI. (2026). *KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR HK.01.07/MENKES/301/2026 TENTANG PENCANTUMAN LABEL GIZI DAN PESAN KESEHATAN PADA PANGAN OLAHAN SIAP SAJI*.
- Kodir, Sari, N. W., Margiyati, & Rositayani, N. S. (2026). PENGARUH MEDIA POSTER DAN POWER POINT TERHADAP PENGETAHUAN LANSIA TERKAIT COVID-19 DI KOTA SEMARANG. *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 25–33. <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v3i2.107>
- Nurjanah, S. S., Indriani, T. T. D., Nurlita, N. T., Agustina, S. K. A., Hawa, A., Iryanti, D. D. N. C., & Mardiyana, M. K. N. (2026). Peningkatan Pengetahuan dan Literasi Label Gizi melalui Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja di SMA Plus Babussalam Bandung. *Jurnal Medika: Medika*, 5(1), 791–796. <https://doi.org/10.31004/08wkm833>
- Patimah, S., Sharief, S. A., Nukman, N., & Yusuf, R. A. (2022). Peningkatan Literasi Gizi-Kesehatan Perempuan sebagai Upaya Pencegahan Malnutrisi pada Kelompok Rawan Gizi di Level Keluarga: Improving Women's Nutrition-Health Literacy as an Effort to Prevent Malnutrition on Vulnerable Groups at the Family Level. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(4), 580–586. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i4.3094>
- Priambudi, D. A., & Farapti, F. (2023). Hubungan Tingkat Literasi Gizi pada Status Gizi Siswa SMA (Studi pada Siswa/i SMAN 1 Kota Tangerang). *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 1029–1035. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.1029-1035>
- RISKESDAS. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rusiawati, R. T. H. D., & Wijana, I. K. (2025). Pengaruh Literasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa dalam Memilih Makanan Sehat dan Aman sesuai

- Pedoman Gizi Seimbang. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(3), 669–674. <https://doi.org/10.37287/jppp.v7i3.6679>
- Saputri, M. R. D., & Rakhma, L. R. (2025). *Hubungan Uang Saku Dengan Konsumsi Minuman Manis Kekinian Pada Mahasiswa Non Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/136182/>
- Sari, S. L., Utari, D. M., & Trini Sudiarti. (2021). Konsumsi minuman berpemanis kemasan pada remaja. *Ilmu Gizi Indonesia*, 5(1).
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Sukaryawan, M., & Sari, D. K. (2023). *Instrumen Sikap Saintifik, mInat, dan Persepsi Terhadap Pembelajaran Konstruktivisme Lima Fhase Neddham*. Bening Media Publishing.
- Syafei, A., & Badriyah, L. (2019). Literasi Gizi (Nutrition Literacy) dan Hubungannya dengan Asupan Makan dan Status Gizi Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(04), 182–190. <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i04.402>