



## Sosialisasi Pembacaan Label pada Kemasan Produk Pangan bagi Orang Tua dan Guru Di TK Insani 1, Tambun Selatan, Bekasi

### *Socialization of Label Reading on Food Product Packaging for Parents and Teachers at Insani 1 Kindergarten, South Tambun, Bekasi*

Andini Putri Riandani<sup>1\*</sup>, Putri Nabila Adinda Adriansyah<sup>1</sup>, Isria Miharti Maherni Putri<sup>1</sup>, Septiayu Restu Wulandari<sup>1</sup>, Retno Fitri Astuti<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universtias Pelita Bangsa

#### Abstrak

Anak usia dini sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Gizi merupakan salah satu faktor mutlak yang diperlukan oleh tubuh dan memegang peranan penting dalam menunjang tumbuh kembang anak. Setiap harinya anak usia dini memerlukan asupan gizi yang cukup dan seimbang. Orang tua dan guru sebagai lingkungan terdekat anak memiliki peran sangat sentral terhadap pemenuhan gizi anak. Saat ini konsumsi pangan kemasan meningkat. Menurut survey yang kami lakukan 100% orangtua dan guru suka membeli makanan. Permasalahannya, orang tua dan guru belum mepedulikan label pada kemasan pangan, terbukti 3 dari 5 orangtua murid tidak mengetahui cara membaca label yang tertera pada kemasan. Pemahaman dan pengetahuan terkait label menjadi penting agar kita mengetahui kesehatan dan keamanan dari pangan yang kita konsumsi. Kegiatan penyuluhan berupa sosialisasi cara membaca label pada kemasan pangan yang diadakan di TK Insani 1, Kecamatan Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi. Kegiatan seminar ini dimaksudkan agar para orang tua murid dan guru, mampu membaca label pada kemasan pangan yang sering dikonsumsi sehingga anak usia dini memiliki pola makan yang lebih sehat dengan gizi yang cukup dan seimbang untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Hasil dari penyuluhan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan terkait dengan pembacaan label kemasan sebesar 58%.

#### Kata Kunci

Anak Usia Dini, Penyuluhan, label kemasan pangan

#### Abstract

Early childhood is experiencing a period of rapid growth and development. Nutrition is one of the absolute factors needed by the body and plays an important role in supporting the growth and development of children. Every day, young children need sufficient and balanced nutritional intake. Parents and teachers as the child's closest environment have a very central role in fulfilling children's nutrition. Currently consumption of packaged food is increasing, according to a survey we conducted 100% of parents and teachers like to buy packaged food. The problem is, parents and teachers don't care about the labels on food packaging, it's proven that 3 out of 5 parents don't know how to read the labels on the packages. Understanding and knowledge related to labels is important so that we know the health and safety of the food we consume. Counseling activities in the form of outreach on how to read labels on food packaging were held at Insani 1 Kindergarten, South Tambun District, Bekasi Regency. This seminar activity is intended so that parents and teachers are able to read labels on food packages that are often consumed so that young children have a healthier diet with adequate and balanced nutrition to support their growth and development. The result of this counseling is an increase in knowledge related to reading packaging labels by 58%.

#### Keyword

Early Childhood, Counseling, food packaging labels

\* Korespondensi : Andini Putri Riandani

✉ email korespondensi: andiniriandani@pelitabangsa.ac.id

## 1. Pendahuluan

Anak usia dini sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Gizi merupakan salah satu faktor mutlak yang diperlukan oleh tubuh dan memegang peranan penting dalam menunjang tumbuh kembang anak. Setiap harinya anak usia dini memerlukan asupan gizi yang cukup dan seimbang. Orang tua dan guru sebagai lingkungan terdekat anak memiliki peran sangat sentral terhadap pemenuhan gizi anak. Saat ini masyarakat lebih memilih makanan kemasan dan makanan siap saji karena lebih praktis, mudah dibawa, dan mudah dikonsumsi. Pergeseran kebiasaan ini perlu dicermati karena pangan dalam kemasan memiliki kandungan sodium, gula, asam lemak jenuh, asam lemak trans, maupun pengawet, yang mana jika kita konsumsi secara terus – menerus dalam jumlah yang berlebihan dapat berbahaya bagi kesehatan tubuh (Widiawati & Komalasari, 2020). Selain itu, kecenderungan masyarakat untuk mengkonsumsi makanan kemasan intensitasnya meningkat dikarenakan kesibukan, gaya hidup, dan lain sebagainya. Mengkonsumsi makanan kemasan dan cepat saji dengan porsi lebih besar dari ukuran penyajian semakin meningkatkan prevalensi penyakit-penyakit degeneratif di dunia (BPOM, 2018).

Berdasarkan Peraturan Menteri Perdagangan No.67/- DAG/PER/11/2013, label adalah setiap keterangan mengenai barang yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya atau bentuk lain yang memuat informasi tentang barang dan keterangan pelaku usaha serta informasi lainnya sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Peraturan perundang-undangan menetapkan bahwa semua makanan yang dikemas harus mempunyai label yang memuat keterangan mengenai isi, jenis dan jumlah bahan-bahan yang digunakan, tanggal kadaluwarsa, komposisi zat gizi yang dinyatakan dalam jumlah dan sebagai persen angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk setiap takaran saji, serta keterangan penting lainnya (seperti kehalalan produk), dengan demikian konsumen dapat mengetahui kandungan gizi dan kelayakan makanan kemasan tersebut (Almatsier, 2011).

Kesadaran pentingnya pemahaman label produksi pangan di Indonesia mulai berkembang serta adanya peningkatan perhatian dalam pelabelan. Pesan yang tercantum dalam Pedoman Gizi Seimbang (PGS) menyatakan pentingnya membaca label pangan. Label pangan tidak hanya mewakili harga, merk dan umur simpan, tetapi juga membuka fakta gizi dibalik makanan olahan (kemenkes, 2014).

Berkembangnya industri makanan dan minuman serta tingginya minat masyarakat terutama anak muda terhadap makanan/ minuman instan harus berbanding lurus dengan kemampuan masyarakat dalam membaca label kemasan. Sedangkan pada umumnya orang tua memilih makanan ringan dengan tidak mengetahui kandungan gizi yang terdapat pada makanan ringan tersebut. Dengan latar belakang permasalahan ini, Program Studi Teknologi Hasil Pertanian Universitas Pelita Bangsa ingin melaksanakan Sosialisasi pembacaan label kemasan pangan dengan tema “SOSIALISASI PEMBACAAN LABEL PADA KEMASAN PRODUK PANGAN UNTUK MEMBENTUK MASYARAKAT SADAR KONSUMSI PANGAN” sebagai upaya bimbingan kepada orangtua dan guru di TK Insani 1, Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi agar sadar konsumsi pangan instan dan kemasan.

## 2. Metode

Metode yang digunakan adalah Pendidikan Masyarakat dalam bentuk penyuluhan yang bertujuan meningkatkan pemahaman terkait cara membaca label pada kemasan produk pangan untuk membentuk masyarakat sadar konsumsi pangan. Kegiatan ini terbagi atas dilakukan dalam 3 tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan penilaian. Tahap pertama,

yaitu pelaksanaan, meliputi penyuluhan/seminar tentang cara membaca label pada kemasan produk pangan untuk membentuk masyarakat sadar konsumsi pangan bagi orang tua dan guru TK Insani 1 dalam bentuk ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Tahap kedua, yaitu tahap penilaian proses dan hasil yang diperoleh oleh peserta melalui pengadaan *pre-test* sebelum kegiatan penyuluhan dimulai dan *post-test* setelah kegiatan penyuluhan selesai. Perbandingan hasil antara *pre-test* dan *post-test* tersebut kemudian dievaluasi untuk mengetahui sejauh mana penguasaan materi peserta setelah dilaksanakannya penyuluhan/seminar.

### 3. Hasil & Pembahasan

Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa seminar dilakukan secara hybrid, yakni sebagian pembicara melakukan penyuluhan dengan tatap muka/langsung dan sebagian yang lain secara daring melalui *google meet* yang ditampilkan pada layar proyektor. Kegiatan seminar dilakukan pada tanggal 20 Desember 2022 jam 09.00–12.00 WIB yang bertempat di TK Insani 1, Kecamatan Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi. Kegiatan seminar diikuti oleh 15 peserta yang terdiri dari 12 orang tua murid dan 3 guru. Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan kondusif serta sesuai dengan waktu yang telah ditentukan dalam rundown pelaksanaan.

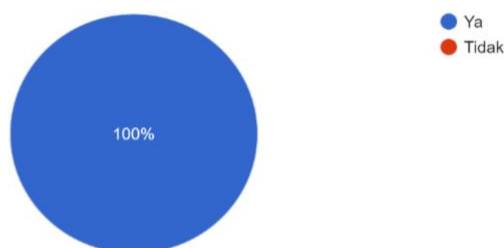


Gambar 1. Tempat Pelaksanaan Seminar di TK Insani 1

Sebelum seminar dimulai, para peserta diberikan kuisisioner untuk mengetahui seberapa sering orangtua dan guru membeli produk pangan kemasan. Dari data yang ditunjukkan pada Gambar 2, dapat diketahui bahwa 100% orangtua sering membeli makan dan minuman kemasan untuk anak-anaknya. Kemudahan akses beli pangan kemasan meningkatkan kecenderungan konsumen membeli pangan kemasan. Terbukti dari data yang dikutip dari Inslandun, 2022 pertumbuhan tahunan sektor makanan dan minuman kemasan di Indonesia selalu positif meningkat 2-4%.

Apakah anda sering membeli makanan dan minuman kemasan?

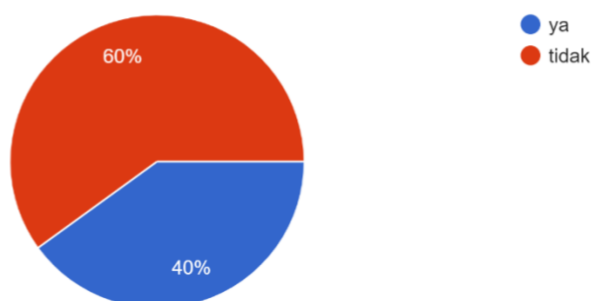
5 jawaban



Gambar 2. Survey kecenderungan pembelian pangan kemasan

Apakah anda tertarik membaca label pada kemasan?

5)

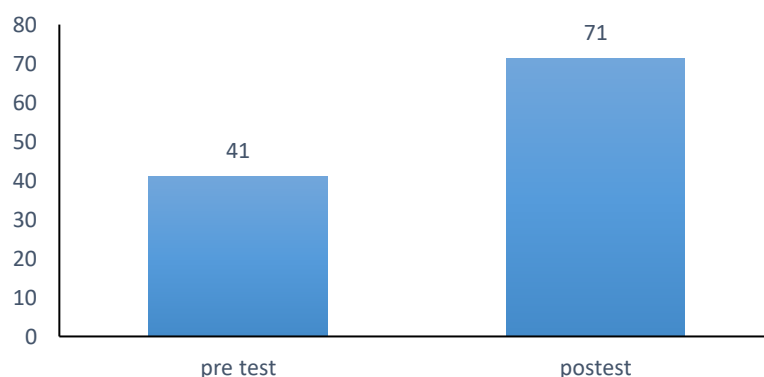


Gambar 3. Survey kecenderungan pembelian pangan kemasan

Dari survey yang dilakukan, diketahui bahwa orangtua dan guru gemar membeli berbagai jenis pangan kemasan, seperti mi instan, makanan ringan, dan minuman ringan dengan frekuensi 1-3 kali dalam 1 minggu. Hal yang mendorong orangtua murid dan guru untuk membeli pangan kemasan adalah Jenis dan nama produk. Sedangkan informasi pada label kurang diminati untuk dilihat seperti yang ditampilkan pada Gambar 3 bahwa 60% orangtua murid dan guru tidak tertarik membaca label pada kemasan pangan. Salah satu alasan mereka tidak tertarik dalam membaca label pada kemasan adalah karena ketidaktahuan pentingnya membaca label dan tidak mengetahui cara mengambil informasi dari label yang tertera pada kemasan tersebut.

Ketertarikan konsumen dalam membaca label pangan memang masih terbilang cukup rendah. Didukung oleh penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa 54,5% dari 161 konsumen jarang membaca label gizi (Widia Oktaviani, 2017). Menurut hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN), pada tahun 2007 mengungkapkan hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang membaca dan memperhatikan label pada kemasan.

### Rata-rata skor pre dan pos test



Gambar 4. Rata-rata skor pre dan pos test

Selama seminar berlangsung, para peserta sangat antusias memperhatikan materi dan aktif bertanya. Hasil *post-test* yang diperoleh menunjukkan (Gambar 4) para peserta

peningkatan pengetahuan yang mengenai pembacaan label yang tertera pada kemasan pangan. Semula rata-rata skor adalah 41 dan meningkat menjadi 71 setelah kegiatan penyuluhan. Luaran yang diharapkan setelah kegiatan seminar ini adalah para orang tua mampu mengetahui apa saja informasi yang bisa didapatkan dari label kemasan pangan dan bagaimana cara membacanya, terutama komposisi dan tabel informasi gizi.

#### 4. Kesimpulan

Kecenderungan konsumen, dalam kegiatan ini adalah orangtua murid dan guru TK Insani 1 dalam membeli dan mengkomsumsi pangan kemasan sangat tinggi, namun hanya 40% responden yang tertarik dan mengetahui cara membaca label yang tertera pada kemasan. Kegiatan penyuluhan berupa seminar dilakukan guna meningkatkan pengetahuan orangtua murid dan guru dalam membaca label pada kemasan pangan yang diharapkan berdampak positif pada kesadaran dalam mengkonsumsi pangan yang sehat terutama untuk anak usia dini. Antusiasme orangtua murid dan guru terhadap materi penyuluhan juga sangat baik, sehingga kegiatan seperti ini dianggap cukup efektif dalam usaha peningkatan pengetahuan dan ketertarikan membaca label pada kemasan pangan dibuktikan dengan kenaikan skor yang didapatkan saat post test dan pretest cukup signifikan yaitu 58%.

#### Daftar Pustaka

- Almatsier. (2011). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia.
- BPOM. (2018). Label Pangan Olahan. In *Bpom Ri*.
- Badan Perlindungan Konsumen Nasional. (2007). *Hasil Kajian BPKN di Bidang Pangan Terkait Perlindungan Konsumen*. In *BPKN*.
- Inslاندun. (2022). *Tren Pertumbuhan Industri Makanan Ringan di Indonesia - Islandsun Indonesia*. <https://islandsunindonesia.com/id/tren-makanan-ringan-indonesia/>
- Kemendes. (2014). (KEMENKES) *Peraturan menteri kesehatan republik Indonesia Nomor 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang* (Nomor 41 T, Vol. 14, Issue 02). Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Widia Oktaviani. (2017). *Hubungan Antara Karakteristik Individu Dan Pengetahuan Label Gizi Dengan Membaca Label Gizi Produk Pangan Kemasan Pada Konsumen Di 9 Supermarket Wilayah Kota Tangerang Selatan Tahun 2016*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Widiawati, D., & Komalasari, E. (2020). Gambaran Tingkat Kepatuhan Membaca Label Pangan pada Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Al Azhar Indonesia. *JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI SAINS DAN TEKNOLOGI*, 5(3), 151. <https://doi.org/10.36722/sst.v5i3.378>