

Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dusun Tawang Desa Mendiro melalui Edukasi Pemahaman Label Pangan

Adilatuz Zahwa Al-Fikriyah¹, Sri Hany Kusuma Marpaung Muladi¹, Indahtul Mufidah², Atira Firdausi³

¹Program Studi Ilmu Qur'an dan Tafsir, Universitas Darussalam Gontor, Indonesia

²Prodi Studi Ilmu Gizi, Universitas Darussalam Gontor, Indonesia

³Prodi Studi Farmasi, Universitas Darussalam Gontor, Indonesia

✉ indahtulmufidah@unida.gontor.ac.id

Article info:

Submitted : 3-3-2026

Revised : 4-4-2026

Accepted : 26-4-2026



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Publisher:

PC IAI Sragen

ABSTRACT

The public's lack of understanding regarding food labeling poses serious health risks due to the consumption of unsafe products or those that do not meet nutritional requirements. This community service initiative aimed to enhance the knowledge of residents in Tawang Hamlet, Mendiro Village, concerning food label literacy and the critical interpretation of nutritional information. The methodology employed was interactive educational lectures and practical simulations, integrated into routine community religious gatherings.

Evaluation results indicated a marked improvement in public knowledge regarding food label comprehension following the program, with participants demonstrating the ability to identify key information such as expiration dates, distribution permits, and nutritional compositions on product packaging. This education must not remain a one-time program; rather, it should evolve into a sustainable movement that positions housewives as primary decision-makers. The resulting shift in consumption behavior will have a systemic impact on elevating family food safety standards and ensuring long-term health protection.

Keywords: education, food labelling, community knowledge

ABSTRAK

Kurangnya pemahaman masyarakat terhadap label pangan dapat menimbulkan risiko kesehatan serius akibat konsumsi produk yang tidak aman atau tidak sesuai kebutuhan gizi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga Dusun Tawang, Desa Mendiro, mengenai literasi label pangan dan cara membaca informasi nilai gizi secara kritis. Metode yang digunakan adalah edukasi melalui ceramah interaktif dan simulasi praktis yang diintegrasikan ke dalam kegiatan pengajian rutin. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat terkait edukasi pemahaman label pangan setelah program dilaksanakan, di mana peserta mampu mengidentifikasi informasi penting seperti tanggal kedaluwarsa, izin edar, dan komposisi gizi pada kemasan produk. Edukasi ini tidak boleh berhenti sebagai program sesaat, melainkan harus menjadi gerakan berkelanjutan yang menempatkan ibu rumah tangga sebagai pengambil keputusan utama, perubahan perilaku konsumsi yang dihasilkan akan berdampak sistemik terhadap peningkatan standar keamanan pangan keluarga dan perlindungan kesehatan jangka panjang.

Kata kunci: edukasi, label pangan, pengetahuan masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan dan keselamatan masyarakat sangat bergantung pada tingkat literasi dan kepedulian terhadap produk yang dikonsumsi sehari-hari, khususnya melalui informasi label pangan. Sayangnya, masyarakat masih banyak yang belum memahami pentingnya informasi tersebut. Detail krusial seperti tanggal kedaluwarsa, nomor izin edar, komposisi, serta nilai gizi sering kali diabaikan, sehingga memperbesar kemungkinan penggunaan produk yang tidak aman atau tidak sesuai dengan kebutuhan kesehatan. Minimnya perhatian terhadap informasi ini menjadi persoalan serius yang berpotensi membahayakan kesehatan masyarakat. (Ira et al, 2025)

Kondisi tersebut terkonfirmasi melalui data hasil survei awal yang menunjukkan bahwa 70% warga mengabaikan informasi tanggal kedaluwarsa pada kemasan produk yang mereka gunakan. Permasalahan ini diperparah oleh akses informasi yang terbatas serta kebiasaan turun-temurun yang kurang tepat. Oleh karena itu, diperlukan sebuah intervensi terstruktur di tingkat komunitas untuk mengedukasi masyarakat agar lebih cermat dalam memilih produk konsumsi. (Maya & Budi, 2022)

Berbagai penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa transfer pengetahuan kesehatan melalui penyuluhan dan diskusi interaktif efektif dalam mengubah perilaku masyarakat, baik dalam penggunaan obat rasional maupun pemilihan pangan aman (Maya & Budi, 2022; Silvana & Sari, 2022). Namun, evaluasi terhadap program di lokasi mitra menunjukkan bahwa intervensi tersebut masih berjalan secara parsial. Program sebelumnya belum menyentuh aspek keamanan lingkungan secara menyeluruh dan mengintegrasikan edukasi label pangan sebagai upaya preventif keracunan dalam satu model yang utuh.

Berdasarkan kondisi spesifik di tingkat dusun, belum optimal ditemukan program yang mengintegrasikan edukasi pemusnahan obat yang benar dan literasi label pangan dalam satu intervensi terpadu. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar kebaruan (novelty) penelitian ini, di mana pendekatan holistik diterapkan untuk menjawab kompleksitas masalah kesehatan di komunitas yang selama ini tersekat antara isu pangan dan keamanan lingkungan (Hariyanti & Shintia, 2024). Tujuan dari penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam membaca label pangan demi menciptakan lingkungan yang sadar keamanan secara berkelanjutan (Nugrahaeni, 2021).

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 februari 2026 selama 30 menit dibagi dalam 3 sesi dengan menggunakan pendekatan edukatif melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi interaktif mengenai pemahaman label pangan kepada masyarakat Dusun Tawang Desa Mendiro. Desain ini bertujuan untuk memberikan gambaran pelaksanaan intervensi edukasi serta respons dan pemahaman masyarakat setelah kegiatan berlangsung. (Notoatmodjo, 2014)

Jumlah peserta dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah sebanyak 20 masyarakat Dusun Tawang Desa Mendiro. Sampel merupakan masyarakat asli di dusun tersebut, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling terhadap seluruh peserta yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu berusia ≥ 20 tahun dan mengikuti kegiatan secara penuh. Jumlah sampel disesuaikan dengan jumlah partisipan yang hadir pada saat pelaksanaan kegiatan. (Sugiyono, 2019)

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif selama kegiatan edukasi berlangsung serta evaluasi lisan melalui sesi diskusi dan tanya jawab antara pemateri dan peserta. Evaluasi dilakukan dengan mengajukan pertanyaan secara langsung terkait materi pemusnahan obat rumah tangga dan informasi penting pada label pangan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta. Respons peserta diamati berdasarkan ketepatan jawaban, partisipasi aktif, serta kemampuan menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan. (Notoatmodjo, 2014)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dilaksanakan di Dusun Tawang, Desa Mendiro, dengan memanfaatkan forum yasinan rutin yang dihadiri oleh 20 orang ibu rumah tangga. Pemilihan forum ini terbukti strategis karena menciptakan suasana belajar yang inklusif dan santai, sehingga tujuan peningkatan literasi kesehatan melalui pembacaan label dapat tersampaikan secara optimal. Mengingat pendekatan yang digunakan adalah non-formal, evaluasi peningkatan pengetahuan tidak diukur melalui tes tertulis, melainkan melalui observasi partisipatif dan evaluasi lisan (kuis) di akhir sesi. Indikator keberhasilan difokuskan pada kemampuan praktik langsung, di mana hasil evaluasi menunjukkan tingkat keberhasilan sebesar 85%. Sebanyak 17 peserta mampu mengidentifikasi tanggal kedaluwarsa, nomor izin edar, dan membandingkan informasi nilai gizi pada kemasan dengan benar. Antusiasme peserta juga terlihat dari aktifnya 12 ibu rumah tangga yang berdiskusi menanyakan status keamanan produk yang mereka gunakan.



Figure 1. Edukasi Pemahaman Label Pangan pada Warga Dusun Tawang, Mendiro

Meskipun hasilnya positif, analisis terhadap 3 peserta (15%) lainnya yang belum menguasai materi mengungkap adanya hambatan internal. Ketidakmampuan tersebut berkorelasi kuat dengan faktor usia lanjut dan tingkat pendidikan formal yang rendah, yang mempengaruhi daya tangkap visual dan pemahaman teks pada kemasan. Temuan ini

menegaskan bahwa meskipun pendekatan komunitas efektif secara umum, diperlukan pendampingan khusus yang disesuaikan dengan karakteristik demografis peserta untuk mencapai hasil yang menyeluruh.

Peningkatan pemahaman ini sangat penting, mengingat pemahaman terhadap nilai gizi merupakan langkah krusial dalam menjaga kesehatan secara menyeluruh. Dengan mengetahui kandungan nutrisi dari makanan yang dikonsumsi, seseorang dapat memastikan bahwa kebutuhan gizi hariannya terpenuhi secara optimal. Selain itu, pemahaman terhadap nilai gizi juga membantu mencegah terjadinya kelebihan maupun kekurangan zat-zat penting yang dibutuhkan tubuh. (Widiawati, Dina & Komalasari, 2020) Edukasi label pangan terbukti menjadi intervensi yang penting untuk meningkatkan kemampuan ibu-ibu rumah tangga dalam memilih produk makanan yang lebih sehat bagi keluarga, sehingga mereka bisa membandingkan kalori, lemak, gula, dan protein antar produk tanpa harus membuka kemasan. (Arina, 2019)

Mengingat peran ibu sebagai pengambil keputusan utama dalam belanja rumah tangga, edukasi difokuskan dalam pembentukan keterampilan praktis. Pendekatan yang digunakan ini melibatkan penggunaan presentasi praktis dan demonstrasi langsung menggunakan contoh kemasan produk yang akrab ditemukan di dapur sehari-hari. Ibu-ibu diajak melakukan simulasi dan latihan membandingkan beberapa produk berdasarkan kandungannya. (Imam, 2024)

Materi utama ditekankan pada tata cara membaca informasi nilai gizi pada kemasan, dimana peserta diajarkan untuk menganalisis kandungan kalori serta memahami komponen makronutrien utama yang relevan untuk pola makan seimbang. Selain itu, pelatihan ini memberikan kemampuan peserta untuk melakukan pembacaan tabel nutrisi dan label produk sehingga mereka bisa membandingkan produk secara mandiri saat berbelanja. (Irna, Dian & Anita, 2023) Hal ini sejalan dengan studi yang menunjukkan bahwa pendidikan semacam ini efektif meningkatkan kemampuan memilih makanan sehat dalam praktik komunitas.



Figure 2. Poster Label Pangan

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan di Dusun Tawang, Desa Mendiro, dapat disimpulkan bahwa edukasi yang terintegrasi dalam forum keagamaan rutin (Yasinan) terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan warga mengenai pembacaan label pangan. Intervensi melalui diskusi interaktif dan simulasi langsung berhasil mengubah pemahaman ibu rumah tangga, yang kini mampu mengidentifikasi informasi krusial seperti tanggal kedaluwarsa, nomor izin edar, serta komposisi bahan secara kritis. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pemanfaatan wadah sosial lokal sebagai sarana pendidikan kesehatan merupakan strategi yang tepat dan diterima dengan baik oleh masyarakat dusun dalam membentuk kemandirian memilih produk pangan yang lebih aman dan sehat bagi keluarga.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Darussalam Gontor atas dukungan akademik dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Mendiro beserta perangkat desa dan seluruh warga Dusun Tawang yang telah menerima serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi ini. Apresiasi turut diberikan kepada dosen pembimbing dan seluruh tim pelaksana atas arahan, kerja sama, dan kontribusi yang diberikan sehingga kegiatan dapat berjalan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan.

6. REFERENSI

- Badan Pengawasan Obat dan Makanan. (2022). Peraturan Kepala BPOM Nomor 17 Tahun 2022 tentang Pengawasan Obat Tradisional. Jakarta : BPOM RI.
- Baihaqi, I., M.R., Fadhila, A., & Hidayat, T. (2024). Pendidikan Masyarakat tentang Pentingnya Membaca Label Informasi Nilai Gizi pada Kemasan Makanan dan Minuman. *DIANDRA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 45-52.
- Dwijayanti, I., et al. (2025). Peningkatan Literasi Makanan Terkait Informasi Nilai Gizi Label Pada Makanan Kemasan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*.
- Ghafira, I., Dian Luthfiana Sufyan, dan Anita Yuningsih. (2023). Pendidikan tentang Cara Membaca Label Informasi Nilai Gizi yang Tepat untuk Wanita Usia Subur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 4(2), 153–155.
- Hariyanti Hariyanti dan Shintia Lintang Charisma, “Edukasi Penyimpanan dan Pemusnahan Obat Terhadap Anggota Dawis 4 Desa Sidaboa, Banyumas,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI)*, Vol. 4, No. 5 (Oktober 2024): 845–850
- Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.A
- Nugraheni, A. L., & Zuraidah, Z. (2021). Pengaruh Edukasi Baca Label Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumen Dalam Memilih Produk Pangan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 45-55.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Keperawatan: Edisi ke-4. Jakarta: Salemba Medika. PP No. 86 Tahun 2017, tentang jaminan keamanan produk bagi konsumen
- Sari, M., & Rahman, B. (2022). Pengaruh Pendidikan Keamanan Pangan terhadap Pemahaman Membaca Label Makanan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 45-52.
- Silvana, N., & Sari, I. P. (2022). Analisis Pengetahuan Masyarakat Terhadap Pembuangan Obat Kadaluarsa di Lingkungan Rumah Tangga. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 4(2), 123-130.
- Sugiyono, (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Litbang. Bandung: Alfabeta.A
- Widiawati, D., & Komalasari, E. (2020). Tinjauan Tingkat Kepatuhan Membaca Label Makanan di Kalangan Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al Azhar Indonesia. *Jurnal Sains dan Teknologi Al-Azhar Indonesia*, 5(2), 89-96.

Zulva, A., Maulida. (2019). Membaca Label Pangan Bagi Mahasiswa Gizi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Tesis, Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, Indonesia.A