

## Edukasi Label Informasi Nilai Gizi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa di SMAN 5 Mataram

### *Education on Nutritional Value Information Labels as an Effort to Increase Knowledge and Ability to Read Nutrition Labels for Students at SMAN 5 Mataram*

Novianti Tysmala Dewi\*, Lina Yunita, Ni Made Wiasty Sukanty, Farida Ariani

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Bumigora

Vol. 4 No. 1, Juni 2023

 DOI:

10.35311/jmpm.v4i1.225

#### Informasi artikel:

Submitted: 05 April 2023

Accepted: 12 Mei 2023

#### \*Penulis Korespondensi :

Novianti Tysmala Dewi

Program Studi S1 Gizi,

Fakultas Kesehatan,

Universitas Bumigora

E-mail :

novianti@universitasbumigora.  
ac.id

No. Hp : 081252437623

#### Cara Sitasi:

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.

[https://doi.org/10.35311/jmpm.](https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.225)

v4i1.225

#### ABSTRAK

Label informasi nilai gizi adalah label kemasan yang memuat daftar kandungan gizi makanan dan komponen lainnya seperti takaran saji, jumlah takaran saji, dan persen angka kecukupan gizi. Data Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) menunjukkan bahwa hanya 7,9% konsumen yang memperhatikan dan membaca label informasi nilai gizi. Kurangnya pengetahuan tentang label informasi nilai gizi dapat memengaruhi pola konsumsi, menyebabkan kegemukan, dan obesitas. Remaja tergolong salah satu konsumen yang paling aktif dalam mengonsumsi makanan kemasan. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang informasi nilai gizi adalah dengan memberikan edukasi. Selain bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan siswa, edukasi terkait label gizi juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan mengubah perilaku untuk mencapai kesehatan dan gizi yang optimal. Edukasi, *pretest*, dan *posttest* terkait informasi nilai gizi diberikan kepada 26 siswa SMAN 5 Mataram yang tergabung dalam kelompok UKS dan PMR. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengetahuan dan kemampuan membaca label informasi nilai gizi siswa meningkat setelah diberikan edukasi. Dengan demikian, pemberian edukasi ini memberikan hasil yang positif. Melalui kegiatan ini, kami berharap para siswa semakin sadar dan mampu memilih jajanan sehat untuk mencapai gizi yang optimal.

**Kata kunci:** Remaja, Makanan Ringan, Takaran Saji, Edukasi Kesehatan

#### ABSTRACT

The nutritional value information label is a packaging label that contains a list of the nutritional content of the food and other components such as serving sizes, number of servings, and the percent nutrition adequacy rate. Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) data shows that only 7.9% of consumers pay attention to and read nutritional value information labels. Lack of nutritional value information label knowledge can affect consumption patterns and lead to overweight and obesity. Teenagers are one of the most active consumers in consuming packaged food. One way to increase adolescents' knowledge of nutritional value information is by providing education. Besides aiming to increase students' knowledge and abilities, education related to nutrition labels also aims to improve awareness and change behaviour to achieve optimal health and nutrition. Education, pre-test, and post-test related to nutritional value information were given to 26 SMAN 5 Mataram students involved in the UKS and PMR groups. The results showed that students' knowledge and ability to read nutritional value information labels increased after being given education. Thus, the provision of this education gives positive results. Through this activity, we hope that students will become more aware and be able to choose healthy snacks to achieve optimal nutrition.

**Keywords:** Adolescent, Snacks, Serving Size, Health Education



Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

## PENDAHULUAN

Permasalahan gizi di sekolah yang sering terjadi adalah kebiasaan konsumsi jajanan kemasan (Fauziah et al., 2022). Berdasarkan survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), pangan jajanan menyumbang 31,1% energi dan 27,4% protein karena sebagian besar waktu anak di siang hari berada di sekolah (Briawan, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mengonsumsi jajanan kemasan berhubungan positif dengan penimbunan lemak dalam tubuh serta meningkatkan risiko overweight dan obesitas sentral pada siswa sekolah (Sineke et al., 2019).

Penjualan makanan dan minuman kemasan yang meningkat mengakibatkan perlunya masyarakat untuk memahami anjuran pembatasan konsumsi seperti gula, garam, dan lemak dengan cara mampu membaca label kemasan pada produk makanan dan minuman kemasan (Palupi et al., 2017). Hal ini telah tercantum pada salah satu dari sepuluh pesan pedoman gizi seimbang, yaitu "Biasakan membaca label pangan pada kemasan" (Pedoman Gizi Seimbang, 2014). Tujuan utama pelabelan gizi adalah membantu konsumen dalam mengetahui apakah kekurangan ataupun kelebihan asupan zat gizi yang dapat mengakibatkan masalah gizi dan menentukan pilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi sehingga aman bagi kesehatan. Setiap perusahaan makanan kemasan memiliki kewajiban untuk mencantumkan label pangan pada kemasan berupa kandungan kalori, lemak, protein, gula, dan natrium (Asgha, 2016). Namun berdasarkan data Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) menunjukkan bahwa hanya 7,9% konsumen yang memperhatikan dan membaca label informasi nilai gizi pada makanan kemasan (Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN), 2013). Berdasarkan penelitian di pasar Swalayan ADA Setiabudi Semarang memperoleh hasil bahwa setengah dari konsumen masih memiliki kesadaran yang cukup rendah dalam praktek pemilihan

produk makanan berdasarkan label informasi nilai gizi yang tercantum pada kemasan makanan. Padahal sebanyak 63,2% konsumen mengetahui bahwa informasi nilai gizi pada label makanan kemasan merupakan hal yang penting untuk diperhatikan (Chandra Devi et al., 2013).

Penelitian yang dilakukan di SMK Wijaya Kusuma menunjukkan bahwa yang mempunyai pengetahuan tentang label informasi zat gizi kurang sebanyak 48,7%, cukup sebanyak 42,7%, dan baik hanya 8,7% (Badriyah & Syafei, 2019). Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik, maka akan semakin baik pula dalam pemilihan makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik merupakan suatu bentuk pemahaman terkait makanan dan komponen zat gizi, sumber zat gizi pada bahan makanan, makanan yang aman dikonsumsi dan tidak menimbulkan penyakit, ketepatan dalam mengolah makanan agar tidak menghilangkan zat gizi dalam bahan makanan, hingga pola hidup sehat (Solehah et al., 2023).

Edukasi merupakan salah satu cara yang baik dalam meningkatkan pengetahuan karena dapat meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku untuk mencapai kesehatan dan gizi yang optimal (Rizkiyanti, 2015).

Siswa SMAN 5 Mataram menghabiskan banyak waktunya untuk berkegiatan di sekolah. Setiap siswa sebagian besar mengonsumsi makanan yang ada di sekolah dan pilihan mereka terbatas pada makanan yang disediakan di kantin sekolah, sedangkan kantin sekolah didominasi pedagang yang menyediakan makanan dan minuman kemasan. Keputusan mereka dalam memilih makanan dan minuman yang dikonsumsi tentu akan memengaruhi status kesehatan mereka.

Edukasi ini bertujuan untuk mengetahui perubahan pengetahuan gizi dan kemampuan membaca label informasi gizi siswa setelah dilakukan intervensi berupa edukasi label informasi nilai gizi.

## METODE

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 10 Maret 2023 di perpustakaan SMAN 5 Mataram dengan durasi kegiatan selama dua jam. Kegiatan ini diikuti oleh siswa-siswi yang terlibat di dalam kegiatan pembinaan UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) dan PMR (Palang Merah Remaja), yaitu sebanyak 26 siswa. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa penyuluhan interaktif kepada para siswa SMA menggunakan slide powerpoint dan game membaca informasi nilai gizi.

Kegiatan diawali dengan pretest selama 10 menit menggunakan kuesioner yang dibagikan ke setiap siswa, lalu dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai label informasi nilai gizi pada siswa selama 40 menit menggunakan media *powerpoint*. Setelah itu, dilakukan sesi tanya jawab selama 30 menit, game membaca informasi nilai gizi selama 20 menit, dan posttest selama 10 menit menggunakan kuisisioner. Adapun pre-test dan post-test dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan kemampuan siswa dalam membaca label informasi nilai gizi.

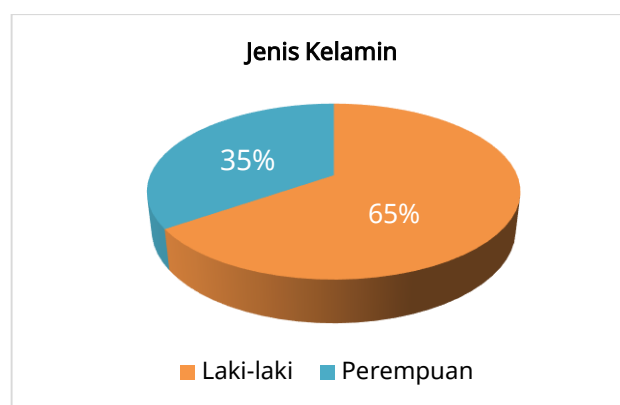
Materi yang disampaikan dalam edukasi ini meliputi definisi label pangan, manfaat label pangan, triguna makanan, dan angka kecukupan gizi pada remaja. Selain itu terdapat tambahan materi berupa keterangan yang wajib dicantumkan pada label pangan yang meliputi nama produk kemasan, komposisi, berat bersih, nama dan alamat produsen, label halal bagi yang di persyaratkan, tanggal produksi, kode produksi, tanggal kadaluwarsa, nomor izin edar, dan asal-usul bahan pangan tertentu. Pada kegiatan ini siswa juga diarahkan cara membaca informasi nilai gizi dan peringatan pangan olahan yang berbahaya untuk dikonsumsi,

Kegiatan edukasi ini berjalan dengan baik dan lancar yang dibuktikan dengan antusiasme dan keaktifan siswa dalam menyimak pemaparan materi dan diskusi. Para siswa sangat kooperatif dalam mengikuti kegiatan edukasi, mengerjakan pretest dan

posttest yang diberikan, aktif dalam bermain game tebak label gizi, dan aktif bertanya terkait materi yang telah disampaikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi mengenai label informasi nilai gizi pada siswa SMAN 5 Mataram diikuti sebanyak 26 siswa dengan rentang usia antara 15-17 tahun dengan karakteristik peserta seperti ditampilkan pada gambar 1. Remaja dengan usia antara 15-17 tahun termasuk ke dalam kelompok remaja menengah yang mengalami perubahan biologis, psikologis, dan sosial sebagai transisi dari usia anak-anak ke usia dewasa (Mashar et al., 2022).



Gambar 1. Proporsi peserta kegiatan edukasi berdasarkan jenis kelamin

Tahapan utama pengabdian ini yaitu seluruh tim pengabdian memperkenalkan diri kemudian menyampaikan tujuan dari edukasi ini kepada peserta. Selanjutnya pemberian kuesioner kepada siswa. Pre-test ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal peserta mengenai label kemasan. Setelah pre-test selesai, peserta diberikan materi tentang syarat label kemasan dan cara membaca label pada kemasan, serta dampak konsumsi makanan yang tidak memenuhi persyaratan label kemasan makanan. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media *powerpoint*. Tahap selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab serta diskusi. Beberapa siswa mengajukan pertanyaan terkait dengan materi dan pengalaman mereka mengenai label makanan. Pada akhir sesi, siswa kembali

diberikan pertanyaan tertutup menggunakan kuesioner untuk melihat peningkatan pengetahuan siswa. Pre-test yang diberikan dikerjakan dengan serius oleh semua siswa. Gambaran kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 2.



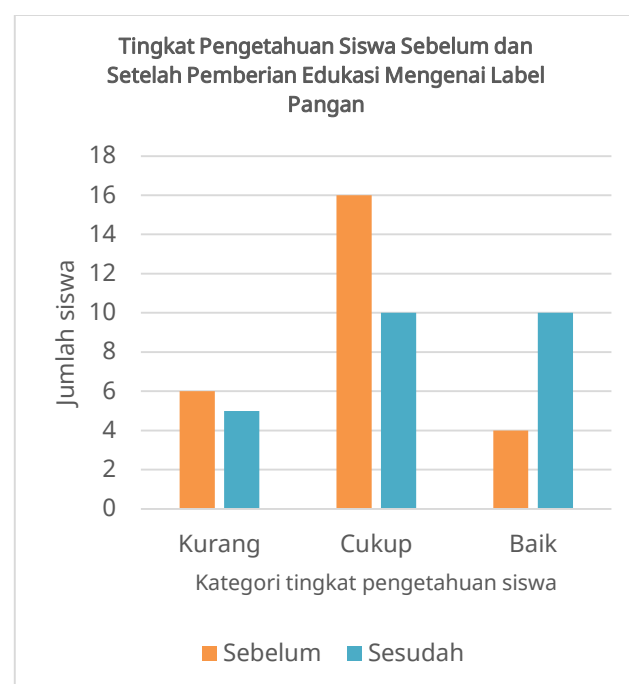
Gambar 2. Penyampaian materi (Atas) dan pre-test (Bawah).

Pretest dan posttest pengetahuan gizi yang diberikan merupakan hasil dari proses pemahaman materi edukasi yang telah disampaikan. Kategori tingkat pengetahuan gizi yang terdiri dari 10 pertanyaan dibagi menjadi tiga, yaitu "Baik" jika nilainya  $\geq 76-100$ , "Cukup" jika nilainya 60-75 dan "Kurang" jika nilainya  $< 60$ . Perbandingan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah mendapatkan edukasi dapat dilihat pada Gambar 3.

Tingkat pengetahuan gizi di kalangan siswa SMAN 5 Mataram dengan kategori kurang mengalami penurunan dari 6 orang menjadi 5 orang, dan kategori cukup dari 16 orang menjadi 10 orang. Peningkatan terjadi pada kategori baik, yaitu dari 4 orang menjadi

10 orang. Dengan demikian, materi edukasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh para siswa.

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang diantaranya usia, tingkat pendidikan, dan media informasi (Illavina & Kusumaningati, 2022). Usia siswa yang mengikuti edukasi ini berkisar antara 16-17 tahun yang tergolong usia remaja pertengahan, dimana pada usia remaja ini terjadi peningkatan fungsi intelektual. Selain itu, remaja pertengahan juga memiliki kemampuan untuk menangkap informasi dengan lebih cepat. Jika dilihat dari faktor tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula kemampuannya untuk menerima dan memahami informasi yang diberikan (Illavina & Kusumaningati, 2022).



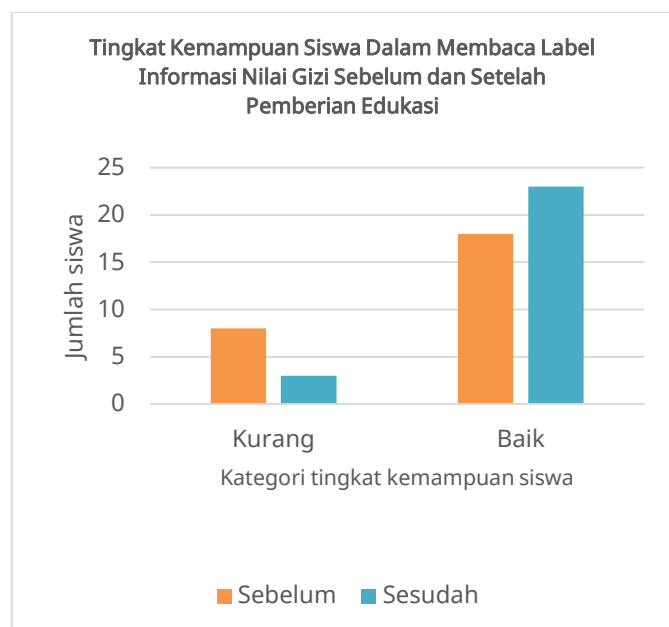
Gambar 3. Tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah pemberian edukasi mengenai label pangan.

Pengetahuan dalam bentuk informasi dapat disampaikan melalui suatu media informasi (Illavina & Kusumaningati, 2022). Edukasi mengenai informasi label pangan disampaikan menggunakan media *powerpoint*. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Illavina yang menunjukkan



pemberian edukasi menggunakan powerpoint dapat meningkatkan pengetahuan siswa SMA (Illavina & Kusumaningati, 2022). Hal ini dapat disebabkan karena media ini dapat menampilkan teks, gambar, audio, dan video yang dapat menarik perhatian siswa dan membantu siswa untuk lebih mudah memahami materi yang disampaikan (Sukanty et al., 2023). Penelitian oleh Az-zahra dan Kurniasari juga menunjukkan bahwa pemberian edukasi dengan media yang menarik dan inovatif berdampak terhadap peningkatan pengetahuan gizi remaja putri (Az-zahra & Kurniasari, 2022).

Selain mengukur tingkat pengetahuan gizi, dalam edukasi ini juga dilakukan pengukuran tingkat kemampuan siswa dalam membaca label informasi gizi. Kategori penilaian dibagi menjadi dua, yaitu "Baik" jika nilainya  $\geq 30$  dan "Kurang" jika nilainya  $< 30$ . Proporsi tingkat kemampuan membaca label informasi gizi siswa sebelum dan setelah mendapatkan edukasi dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Tingkat kemampuan siswa dalam membaca label informasi nilai gizi sebelum dan setelah pemberian edukasi

Berdasarkan data pada Gambar 3, kemampuan membaca label informasi gizi di

kalangan siswa SMAN 5 Mataram mengalami peningkatan sebanyak 19,3%, yaitu dari 18 orang menjadi 23 orang pada kriteria "Baik". Dengan demikian, lebih dari 75% peserta mampu menerapkan materi yang diberikan melalui uji pembacaan label informasi nilai gizi.

Peningkatan pengetahuan siswa ini disebabkan karena media edukasi yang diberikan kepada siswa bersifat menarik dan disajikan dengan jelas menggunakan bahasa yang sederhana, sehingga dapat dipahami dengan baik. Adapun media yang digunakan untuk melatih kemampuan siswa dalam membaca informasi nilai gizi yaitu makanan kemasan. Siswa diminta untuk menjelaskan persyaratan dalam label kemasan pangan yang belum tertera dan sudah tertera pada beberapa makanan kemasan. Hasil kegiatan ini sesuai beberapa hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pemberian media edukasi pada siswa dapat meningkatkan pengetahuan siswa dan mengubah perilaku anak (Syafrawati et al., 2019) dan sejalan juga dengan penelitian Arza yang menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan baik secara *online* maupun *offline* (tatap muka) dapat meningkatkan pengetahuan siswa (Aulia Arza et al., 2022).

Berdasarkan hasil kuesioner pre-test dan post-test yang telah diisi oleh siswa yang terlibat, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa terkait label pangan dan juga terdapat peningkatan kemampuan siswa dalam membaca label informasi nilai gizi setelah pemberian edukasi. Siswa tampak antusias dalam mengikuti setiap tahapan kegiatan. Selain bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan siswa, melalui kegiatan ini juga diharapkan siswa menjadi lebih bijak dalam memilih makanan kemasan agar sesuai dengan kebutuhan tubuhnya untuk mencapai gizi yang optimal.



Gambar 5. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi gizi di SMAN 5 Mataram, terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan siswa tentang pentingnya membaca label kemasan makanan dan minuman. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perbedaan antara tingkat pengetahuan dan kemampuan siswa dalam membaca label informasi nilai gizi sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) edukasi gizi.

Peserta juga memiliki motivasi yang kuat untuk menerapkan dan mengembangkan ilmu yang sudah didapatkan melalui kegiatan pengabdian. Hal ini dibuktikan dengan adanya komunikasi dua arah yang membangun antara tim dengan peserta pengabdian. Diharapkan pengabdian kepada masyarakat ini dapat semakin meningkatkan kesadaran siswa dalam membaca label terlebih dahulu sebelum mengonsumsi makanan kemasan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, guru SMAN 5 Mataram, serta seluruh peserta yang turut berperan serta baik secara langsung maupun tidak langsung dalam kegiatan program pengabdian masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

Asgha, B. (2016). Analisa Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi pada Produk Pangan oleh Konsumen di Kota Semarang. *Buletin Studi Ekonomi*. <https://doi.org/10.24843/bse.2016.v21.i>

02.p02

Aulia Arza, P., Afifah, S. N., Gizi, P., Masyarakat, K., & Andalas, U. (2022). Efektifitas Edukasi Gizi Dengan Tatap Muka Dan Online Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Susu Siswa SMP. *Jurnal Endurance*, 7(2), 255–260. <https://doi.org/10.22216/JEN.V7I2.840>

Az-zahra, K., & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas Pemberian Media Edukasi Gizi yang Menarik dan Inovatif terhadap Pencegahan Anemia kepada Remaja Putri: Literature Review: The Effectiveness of Providing Attractive and Innovative Nutrition Education Media on Anemia Prevention to Young Women. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(6 SE-Review Article), 618–627. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i6.2293>

Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN). (2013). *Hasil Kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) di Bidang Pangan terkait Perlindungan Konsumen*.

Badriyah, L., & Syafei, A. (2019). Persepsi dan Perilaku Membaca Label Pangan dan Informasi Gizi pada Siswa SMK Wijaya Kusuma. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8, 167–174. <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i04.401>

Briawan, D. (2016). Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Pangan Jajanan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(3), 201–210.

Chandra Devi, V., Sartono, A., Teguh Isworo, J., & Studi III Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, P. D. (2013). Praktek Pemilihan Makanan Kemasan Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tentang Label Produk Makanan Kemasan, Jenis Kelamin, dan Usia Konsumen di Pasar Swalayan ADA Setiabudi Semarang. *Jurnal Gizi*, 2(2).

- <https://doi.org/10.26714/JG.2.2.2013>
- Fauziyah, A. N., Astuti, P., & Fathonah, S. (2022). Pengaruh antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Siswa dengan Pola Konsumsi Jajan Siswa di SD Negeri 08 Brebes. *Food Science and Culinary Education Journal*, 11(1), 22–30.
- Illavina, I., & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh Edukasi Pembacaan Label Informasi Nilai Gizi dengan Media Slide PowerPoint terhadap Pengetahuan Siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 27–35. <https://doi.org/10.24853/MJNF.3.1.27-35>
- Mashar, H., Damiti, S., Dali, D., Ysrafil, Y., Ismail, I., & Sukrianur, A. (2022). Edukasi Potensi Kelakai Sebagai Obat Tradisional Antibakteri. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 3, 72–79. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v3i2.72>
- Palupi, I. R., Naomi, N. D., & Susilo, J. (2017). Penggunaan Label Gizi dan Konsumsi Makanan Kemasan pada Anggota Persatuan Diabetisi Indonesia. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Daulan*, 11(1), 1–8.
- Pedoman Gizi Seimbang, 96 (2014).
- Rizkiyanti, G. A. (2015). *Status Hidrasi, Aktivitas Fisik Dan Tingkat Kebugaran Atlet Futsal Remaja Putri*. <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/80604>
- Sineke, J., Kawulusan, M., Purba, R., & Dolang, A. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Smk Negeri 1 Biaro. *Jurnal GIZIDO*, 11, 28–35. <https://doi.org/10.47718/gizi.v11i01.752>
- Solehah, N. Z., Dewi, N. T., Lastyana, W., Rahmiati, B. F., Naktiany, W. C., & Jauhari, T. (2023). Edukasi melalui Media Ular Tangga sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja di Mts Nurul Qur'an Pagutan. *ADMA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 239–244. <https://doi.org/10.30812/ADMA.V3I2.2566>
- Sukanty, M. N. W., Yunita, L., Rahmiati, B. F., Astawan, W. J., & Septian, D. (2023). Edukasi PHBS dalam Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat di Tatanan Rumah Tangga. *ADMA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 253–260. <https://doi.org/10.30812/ADMA.V3I2.2498>
- Syafrawati, S., Nursal, D. G. A., Chikita, R., & Tundun, N. (2019). Upaya Menurunkan Dampak Negatif Gadget Melalui Media Promosi Kesehatan Pada Siswa SDN 01 Sawahan Kota Padang. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 2(2), 138–148. <https://doi.org/10.25077/JHI.V2I2.230>