

**LAPORAN**  
**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**



**PENGENDALIAN KONSUMSI GULA DENGAN EDUKASI BERBASIS KANAL  
MEDIA SOSIAL SEKOLAH DI SMA MUHAMMADIYAH 11 JAKARTA**

**Oleh :**

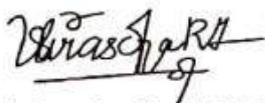
**Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc (13039202/Ketua)**  
**Imawati Eka Putri, S.Gz., M.Si (0324089101/Anggota)**  
**Dr. Sarah Handayani, M.Kes (0307077107/ Anggota)**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI**  
**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**  
**TAHUN 2022**

## HALAMAN PENGESAHAN PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT

1. Judul : Pengendalian Konsumsi Gula dengan Edukasi berbasis Kanal Media Sosial Sekolah di SMA Muhammadiyah 11 Jakarta
2. Mitra Program PKM : Dikdasmen PWM DKI Jakarta
3. Jenis Mitra : Non-produktif
4. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc
  - b. NIDN : 0313039202
  - c. Program Studi/Fakultas : Ilmu Gizi / Ilmu-ilmu Kesehatan
  - d. Bidang Keahlian : Gizi Masyarakat
  - e. Alamat Rumah /Telp/Faks/ : VIRETA II Blok FH 2/29, Pasar Kemis, Tangerang
  - f. No Handphone : 08551491965
  - g. E-mail : imasarumsari@uhamka.ac.id
5. Anggota Tim Pengusul
  - a. Jumlah Anggota : Dosen 2 orang
  - b. Nama Anggota I/bidang keahlian : Imawati Eka Putri / Ilmu Pangan
  - c. Nama Anggota II/bidang keahlian : Dr. Sarah Handayani, M.Kes / Promosi Kesehatan
  - d. Mahasiswa yang terlibat : 2 orang
6. Lokasi Kegiatan/Mitra
  - a. Wilayah Mitra (Desa / Kecamatan) : Rawamangun
  - b. Kabupaten / Kota : Jakarta Timur
  - c. Provinsi : DKI Jakarta
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) : 18
  - e. Alamat Mitra/Telp/Faks : Jalan Balai Pustaka Barat No 2, Rawamangun, Jakarta Timur
7. Jangka waktu pelaksanaan : 6 Bulan
8. Biaya Total : Rp. 7.000.000,00
  - a. LPPM UHAMKA : Rp. 7.000.000,00
  - b. Sumber lain (tuliskan ....) : Rp. 0

Mengetahui,  
Wakil Dekan I

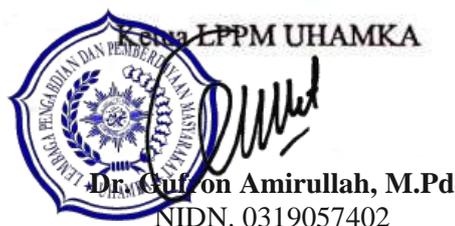


**Mira Sofyaningsih, STP., M.Si**  
NIDN. 0313096903

Jakarta, 15 Februari 2022  
Ketua Tim Pengusul



**Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc**  
NIDN. 0313039202



## SURAT PERINTAH KERJA (SPK)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA  
**LEMBAGA PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT**  
Jl. Raya Bogor, KM 23 No. 99. Flyover Pasar Rebo, Jakarta Timur, 13830  
Tlp. (021) 8401780, Fax. 87781809, E-mail : [lpdm@uhamka.ac.id](mailto:lpdm@uhamka.ac.id) Web: <https://ppm.uhamka.ac.id>

203

Nomor : ~~093~~ /H.04.02/2021  
Tanggal : 22 September 2021

Pada hari ini Rabu Tanggal Dua Puluh Dua September Dua Ribu Dua Puluh Satu (22-09-2021) telah dilaksanakan kegiatan perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat antara:

1. **Prof. Dr. Nani Solihati, M.Pd.** bertindak untuk dan atas nama Ketua Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**

2. **Imas ARUMSARI S.Gz., M.Sc** bertindak untuk dan atas nama penerima bantuan biaya pelaksanaan Pengabdian dan Pemberdayaan Pada Masyarakat yang selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

Kedua belah pihak bersama-sama telah sepakat untuk melakukan perjanjian pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat dengan ketentuan sebagai berikut :

### Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada PIHAK KEDUA dan PIHAK KEDUA bersedia menerima tugas dari PIHAK PERTAMA untuk melaksanakan Pengabdian Pada Masyarakat dengan judul *PENGENDALIAN KONSUMSI GULA DENGAN EDUKASI BERBASIS KANAL MEDIA SOSIAL SEKOLAH DI SMA MUHAMMADIYAH 11 JAKARTA*. Kegiatan pengabdian masyarakat tersebut berisi luaran wajib dan tambahan yang telah disampaikan dalam laman [simakip.uhamka.ac.id](http://simakip.uhamka.ac.id).

### Pasal 2

PIHAK PERTAMA memberi bantuan biaya Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 sebesar 7.000.000(Tujuh Juta). Pembayaran bantuan tersebut pada ayat (1) dilakukan dua tahap, yaitu :

1. Tahap pertama sebesar Rp4.900.000 (Empat Juta Sembilan Ratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah surat perjanjian ini ditandatangani oleh dua belah pihak.
2. Tahap kedua sebesar Rp2.100.000 (Dua Juta Seratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah PIHAK KEDUA menyerahkan laporan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat beserta luarannya kepada PIHAK PERTAMA.

### Pasal 3

1. PIHAK KEDUA diwajibkan melaksanakan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat seperti tersebut pada pasal 1 dengan sungguh-sungguh dan penuh rasa tanggung jawab serta menjunjung tinggi/menjaga wibawa dan citra positif Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
2. PIHAK KEDUA harus menyelesaikan Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 dalam kurun waktu 4 (Empat) bulan terhitung sejak tanggal surat ini ditandatangani. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan, luaran wajib, dan luaran tambahan kegiatan pengabdian pada masyarakat sebagaimana tersebut pada pasal 1 di laman [simakip.uhamka.ac.id](http://simakip.uhamka.ac.id)

3. PIHAK PERTAMA akan melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan kegiatan sebagaimana disebutkan pada pasal 1.

4. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, luaran wajib, dan tambahan paling lambat tanggal 22 Desember 2021.

5. Jika PIHAK KEDUA terlambat menyerahkan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, maka PIHAK KEDUA dikenakan denda sebesar 1% (satu persen) setiap hari dari nilai surat perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

6. Jika PIHAK KEDUA tidak bisa melaksanakan kegiatan tersebut pada pasal 1, maka PIHAK KEDUA wajib mengembalikan seluruh biaya yang telah diberikan oleh PIHAK PERTAMA.

#### Pasal 4

Hal yang belum diatur dalam perjanjian ini akan ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

PIHAK PERTAMA



Prof. Dr. Nani Solihati, M.Pd

PIHAK KEDUA



Imas ARUMSARI S.Gz., M.Sc

Mengetahui,  
Wakil Rektor II,



Dr. Zamah Sari, M.Ag

## ABSTRAK

Kegiatan PKM ini merupakan hilirisasi dari penelitian tim pengusul yang sebelumnya dilakukan pada siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta. Hasil penelitian dengan metode *Photovoice* menunjukkan bahwa siswa mengaku sering memesan minuman berpemanis melalui layanan ojek online. Kondisi pandemi membuat akses minuman berpemanis menjadi lebih praktis. Layanan online juga membantu mereka untuk membeli produk yang diinginkan di masa pembatasan selama pandemi COVID-19. Terkait dengan kebiasaan membaca label pangan, siswa merasa bahwa label makanan menjadi prioritas terakhir untuk dibaca dalam kemasan produk makanan ketika memilih suatu produk makanan dan minuman. Mengusung permasalahan tersebut, siswa melaporkan bahwa pendidikan atau promosi di media sosial cukup efektif untuk melibatkan remaja untuk melakukan perilaku tertentu. Penelitian yang telah dilakukan oleh tim pengusul juga menemukan bahwa media sosial merupakan media yang lebih disukai yang dipilih oleh peserta untuk melakukan promosi kesehatan. Media sosial masih menjadi platform media yang populer di kalangan remaja. Oleh karena itu potensi ini dapat diterapkan sebagai peluang untuk menyampaikan pesan terkait gizi dan kesehatan. *Islamic Health Promoting School Program (I-HELP)* merupakan sebuah program inisiasi (pilot project) yang digagas oleh UHAMKA bekerjasama dengan SEAMEO-RECFON. Salah satu masalah gizi yang diangkat adalah masalah gizi anak dan remaja di kota besar, yaitu obesitas. Program kemitraan masyarakat ini bekerjasama dengan mitra untuk memberdayakan kanal media sosial yang telah dimiliki SMA Muhammadiyah 11 Jakarta untuk dapat menjadi *platform* edukasi gizi terkait pengendalian konsumsi gula. Kanal media sosial yang dimanfaatkan dalam program ini adalah YouTube dan Instagram. Program yang dilaksanakan berupa pembuatan video edukasi gizi di kanal YouTube (*smamuh11id*), seminar, dan Campaign Instagram (*@smamuh11id*) menggunakan tagar dan twibbon dengan melibatkan tag pada akun Instagram official UHAMKA. Luaran yang dihasilkan kegiatan PKM ini adalah artikel pada jurnal nasional, video edukasi ber HKI, dan publikasi di media massa.

**Kata Kunci: Gizi, sekolah, remaja**

## PRAKATA

*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

*Alhamdulillah* rabbil'alam, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah swt karena atas berkat rahmatNya, penulis dapat menyelesaikan Laporan PKM “Pengendalian Konsumsi Gula Dengan Edukasi Berbasis Kanal Media Sosial Sekolah Di SMA Muhammadiyah 11 Jakarta” ini tepat pada waktu yang ditargetkan.

Kegiatan PKM ini merupakan salah satu program implemementasi *pilot project* program promosi kesehatan di sekolah bernama I-HELP. *Islamic Health Promoting School Program* (I-HELP) merupakan sebuah program inisiasi (*pilot project*) yang digagas oleh UHAMKA bekerjasama dengan SEAMEO-RECFON. UHAMKA sebagai kampus islam menambahkan nilai-nilai islam pada aspek gizi di program *Nutrition Goes to School* lokus DKI Jakarta, khususnya di sekolah muhammadiyah.

Salah satu masalah gizi yang diangkat adalah masalah gizi anak dan remaja di kota besar, yaitu obesitas. Asupan energi tinggi disebabkan karena sumber makanan tinggi gula. Tingginya asupan gula disebabkan pula oleh rendahnya minat membaca label pangan dan rendahnya pengetahuan terkait dengan label pangan. Penelitian yang dilakukan oleh tim pengusul pada mitra menemukan fakta bahwa remaja sering mengabaikan label pangan dan tidak mempertimbangkan asupan gula yang diasup.

Remaja merupakan kelompok usia yang menggunakan media social dalam frekuensi sering di kehidupan sehari-hari. Paparan yang tinggi terhadap media social memungkinkan remaja untuk mendapatkan informasi yang beragam, baik dari teman sebaya maupun promosi produk. Hasil penelitian menunjukkan remaja menganggap media social adalah saluran yang tepat untuk melakukan promosi hidup sehat. Oleh karena itu, kegiatan PKM ini memanfaatkan potensi akun media social yang telah dimiliki sekolah untuk melakukan promosi kesehatan serta mengenalkan program I HELP.

Akhir kata, semoga kegiatan PKM ini bermanfaat bagi orang tua dan guru dalam melakukan upaya-upaya promosi kesehatan di rumah dan sekolah.

Jakarta, Februari 2022

Tim PKM

## DAFTAR ISI

2.1 Tujuan: .....	14
2.2 Sasaran .....	14
4.1 Gambaran Umum Mitra .....	18
Sejarah sekolah .....	18
VISI .....	19
MISI.....	19
4.2 Karakteristik Peserta .....	19
4.3 Persiapan .....	20
Koordinasi dengan PWM DKI Jakarta dan SEAMEO RECFON .....	20
Sosialisasi penentuan strategi PKM bersama guru dan kepala sekolah .....	21
Brainstorming Strategi PKM dengan Metode Photovoice bersama Siswa .....	21
4.4 Pelaksanaan .....	22
Perancangan Program .....	22
Penyusunan Pesan Kunci.....	23
Pengembangan Media Infografis.....	23
Pengembangan Media Video.....	25
Launching Media di Media Sosial.....	26
Sosialisasi Kegiatan PKM dan Penelitian-penelitian dalam lingkup I HELP bersama Guru dan Kepala Sekolah .....	28
4.4 Seminar dan kampanye twibbon .....	29
4.5 Evaluasi .....	30
Realisasi Anggaran (Lampiran G).....	35
Instrumen dan Media.....	37
Absen Peserta Pertemuan Tim PKM dengan Guru .....	41
Personalia tenaga pelaksana beserta kualifikasinya .....	42
Identitas Ketua.....	43
Identitas Anggota .....	45
Manuskrip (submission).....	49
HKI.....	59
Press release media massa dan youtube .....	59
Surat Mitra.....	61

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Project Planning Matrix (PPM) .....	15
--	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan .....	15
Gambar 2. Logo I HELP .....	20
Gambar 3. Pertemuan antara pimpinan UHAMKA, PWM DKI Jakarta, dan SEAMEO-RECFON ....	20
Gambar 4. Sosialisasi penentuan strategi PKM bersama guru dan kepala sekolah .....	21
Gambar 5. Kegiatan FGD .....	22
Gambar 6. Akun Instagram sekolah.....	22
Gambar 7. Kanal YouTube sekolah.....	23
Gambar 8. Alur pengembangan media infografis .....	24
Gambar 9. Konsep branding media infografis .....	24
Gambar 10. Cover media infografis.....	25
Gambar 11. Alur Pengembangan Media Video .....	25
Gambar 12. Video Portrait .....	26
Gambar 13. Launching Media pada Instagram sekolah.....	27
Gambar 14. Repost Instagram oleh siswa .....	27
Gambar 15. Video edukasi gula.....	28
Gambar 16. Pertemuan tim PKM dengan orang tua dan guru .....	28
Gambar 17. Template twibbon ( <a href="https://twb.nz/ihelpcemalcemil">https://twb.nz/ihelpcemalcemil</a> ).....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

Realisasi Anggaran.....	35
Instrumen dan Media.....	37
Absen Peserta Pertemuan Tim PKM dengan Guru.....	41
Personalia tenaga pelaksana beserta kualifikasinya.....	42
Identitas Ketua.....	43
Identitas Anggota.....	45
Manuskrip (submission) dan artikel.....	49
HKI.....	59
Press release media massa dan youtube.....	59
Surat Mitra.....	61

## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1.1 Analisis Situasi

Makanan tinggi lemak dan gula, serta kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama penyebab tingginya angka obesitas di dunia (World Health, 2014). Konsumsi makanan tinggi gula, khususnya gula sederhana, meningkatkan risiko obesitas dan diabetes melitus tipe II (MacDonald, 2016; Savona, 2018). Sebuah studi longitudinal menunjukkan tingginya konsumsi minuman berpemanis berhubungan dengan besarnya rasio pinggang dan panggul serta munculnya penyakit kanker yang berkaitan dengan obesitas di masa depan (Hodge, Bassett, Milne, English, & Giles, 2018). Mekanisme langsung yang berkaitan dengan hal tersebut adalah adanya gangguan regulasi hepatic uptake dan metabolisme fruktosa, yang akhirnya menyebabkan akumulasi lemak, dislipidemia, turunnya sensitivitas insulin, dan meningkatnya kadar asam urat. Mekanisme tidak langsung yang menjelaskan bagaimana konsumsi gula berlebih dapat menyebabkan diabetes melitus tipe II adalah terjadinya peningkatan berat badan dan persen lemak akibat menurunnya regulasi hormon leptin (Stanhope, 2016).

Tingkat konsumsi minuman manis di Indonesia meningkat tajam dari 51 juta liter pada tahun 1996 menjadi 253 juta liter pada tahun 2005, dan 780 juta liter pada tahun 2014 (Ardiansyah, 2017). Harga minuman manis relatif cukup terjangkau bagi seluruh kalangan, mudah didapat, dan rasa manis disukai segala usia. Salah satu faktor juga yang menyebabkan tingginya konsumsi minuman berpemanis adalah karena harganya yang terjangkau. Penerapan sugar tax merupakan salah satu alternatif kebijakan dalam menentukan harga jual minuman berpemanis di pasar. Beberapa negara telah menerapkan sugar tax yang berpengaruh signifikan terhadap pola konsumsi minuman berpemanis di masyarakat (Phulkerd, Thongcharoenchupong, Chamrathirong, Soottipong Gray, & Prasertsom, 2020). Harga minuman berpemanis yang relative terjangkau juga memungkinkan remaja untuk abai terhadap nilai gizi dan status halal produk sehingga tidak memperhatikan label pangan. Padahal, sudah dijelaskan di dalam Al-Quran bahwa mengkonsumsi pangan halal adalah kewajiban bagi setiap muslim:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

*“Wahai sekalian manusia makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti syaitan! Sesungguhnya syaitan itu musuh yang nyata bagi kamu” (QS Al Baqarah 168)*

SMA Muhammadiyah 11 Jakarta adalah salah satu dari 11 sekolah yang berada di bawah naungan program promosi kesehatan di sekolah kerjasama UHAMKA dan SEAMEO-RECFON, yaitu *Islamic Health Promoting School Program (I-HELP)*. Program ini merupakan *pilot project* promosi kesehatan berbasis islam di DKI Jakarta.

Kegiatan PKM ini merupakan hilirisasi dari penelitian tim pengusul yang sebelumnya dilakukan pada siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta yang menemukan bahwa siswa mengaku sering memesan minuman berpemanis melalui layanan ojek online. Dengan perkembangan teknologi saat ini, semakin memudahkan mereka dalam mengakses produk minuman berpemanis. Layanan online juga membantu mereka untuk membeli produk yang diinginkan di masa pembatasan selama pandemi COVID-19.

Kepedulian untuk membaca label pangan juga ditemukan masih rendah di kalangan siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta. Label pangan menjadi prioritas terakhir untuk dibaca dalam kemasan produk makanan ketika memilih suatu produk makanan dan minuman. Label makanan dibaca setelah mempertimbangkan merek, kualitas kemasan, harga, rasa, dan tanggal kadaluarsa. Selain itu, siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta juga mengaku kesulitan dalam memahami istilah ilmiah yang ada pada label gizi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh tim pengusul, siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta mengemukakan bahwa pendidikan atau promosi di media sosial atau media nasional (di televisi misalnya) cukup efektif untuk mendorong remaja untuk melakukan perilaku-perilaku baik di kesehatan. Mereka menganggap itu juga bisa diterapkan dalam edukasi label makanan. Mengingat media sosial masih menjadi platform media yang populer di kalangan remaja, potensi ini dapat diterapkan sebagai peluang untuk menyampaikan pesan terkait gizi dan kesehatan (Jones, Eathington, Baldwin, & Sipsma, 2014).

## **1.2 Permasalahan Mitra**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh tim PKM, siswa sering memesan minuman berpemanis (minuman dengan gula tambahan) melalui layanan ojek online. Perkembangan teknologi semakin memudahkan mereka untuk mengakses minuman berpemanis tanpa memperhatikan kandungan gizi nya. Terlebih, pembatasan social selama pandemic COVID-19 semakin mendorong mereka untuk menggunakan layanan pesan antar

makanan secara online. Semakin beragamnya jenis aplikasi dan promosi, juga telah memberikan banyak opsi untuk menggunakan layanan pesan antar makanan.

Siswa merasa bahwa teman sebaya mempengaruhi keputusan mereka untuk membeli minuman berpemanis. Dalam pandangan mereka, konsumsi minuman berpemanis terkait dengan gaya hidup. Konsumsi minuman berpemanis juga identik dengan konstruksi sosial di kalangan remaja. Agar mampu “masuk” ke dalam kelompok sosialnya, siswa menyebutkan bahwa kebutuhan mereka untuk membeli produk minuman berpemanis merupakan salah satu cara untuk menunjukkan kelas sosial mereka. Kafe dengan menu utama minuman berpemanis sering dipilih sebagai tempat berkumpul bersama teman-teman. Oleh karena itu, lokasi toko juga dipertimbangkan. Beberapa dari mereka sudah memiliki kafe favorit tertentu yang sering menjadi tempat *hangout* bersama teman-teman sebayanya.

Media sosial merupakan *platform* yang lebih disukai siswa untuk memberdayakan diri dan komunitasnya. Media sosial masih menjadi platform media yang populer di kalangan remaja. Oleh karena itu potensi ini dapat diterapkan sebagai peluang untuk menyampaikan pesan terkait gizi dan kesehatan.

## **BAB 2. TUJUAN DAN SASARAN**

SMA Muhammadiyah 11 Jakarta merupakan salah satu sekolah sasaran kegiatan promosi kesehatan di lingkup DKI Jakarta, yaitu *Islamic Health Promoting School Program (I-HELP)*. Pada program ini, guru dan kepala sekolah diajak ikut serta dalam pembuatan rencana tindak lanjut yang dievaluasi secara berkala.

Program kemitraan masyarakat ini bekerjasama dengan mitra untuk memberdayakan kanal media sosial yang telah dimiliki mitra untuk dapat menjadi *platform* edukasi gizi terkait pengendalian konsumsi gula. Kanal media sosial yang dimanfaatkan dalam program ini adalah YouTube dan Instagram.

Pengendalian konsumsi gula dan label pangan adalah muatan materi dalam program edukasi di PKM ini. Video edukasi akan ditayangkan dari kanal YouTube mitra. Kampanye pengendalian gula akan ditayangkan pada linimasa Instagram. Seluruh konten edukasi disusun oleh tim PKM yang memiliki kompetensi dalam bidang gizi, pangan, dan promosi kesehatan.

### **2.1 Tujuan:**

Meningkatkan literasi warga sekolah tentang pentingnya membaca label pangan dan membatasi konsumsi gula.

### **2.2 Sasaran**

Guru dan siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta

### BAB 3. METODE PELAKSANAAN YANG TELAH DILAKUKAN

Kegiatan program kemitraan masyarakat (PKM) ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan

Secara umum, kegiatan ini memanfaatkan 3 (tiga) *channel* media utama sekolah, yaitu Instagram, YouTube, dan Zoom. Masing-masing media memiliki tujuan dan luaran yang dijelaskan dalam *Project Planning Matrix (PPM)* sebagai berikut:

Tabel 1. Project Planning Matrix (PPM)

Summary of Objectives	Indicator of Objectives	Means of Verification	Important Assumption
PROJECT PURPOSE: Meningkatnya pengetahuan siswa/I SMA Muhammadiyah 11	80% peserta program mengalami peningkatan pengetahuan	Kuesioner pre dan post test	Kondisi lingkungan mendukung

Jakarta tentang label pangan dan batas konsumsi gula tambahan per hari			
<i>RESULTS:</i>	<i>Indicator</i>	<i>Place</i>	<i>Targeted person</i>
Terciptanya video edukasi dengan judul <b>“Pengenalan I HELP”</b> dan <b>“CEMAL CEMIL (Cermat membaca label, Cerdik menghitung gula)”</b> yang ditayangkan pada kanal YouTube sekolah	Video ditayangkan pada saat seminar dan disimak oleh peserta seminar	YouTube	Siswa/I SMA Muhammadiyah 11 Jakarta
Terselenggaranya seminar edukasi hidup sehat muse	80% peserta program mengalami peningkatan pengetahuan	Luring	
Terselenggaranya <i>campaign</i> dengan tagar dan twibbon <b>#IHELP</b> <b>#CEMALCEMIL</b> di Instagram sekolah dengan melibatkan tag Instagram official UHAMKA	1. Di-tag nya akun Instagram resmi UHAMKA dan Fikes UHAMKA dalam setiap post peserta 2. Terpilihnya 3 pemenang dengan foto menggunakan twibbon dan	Instagram	

	caption paling menarik		
--	------------------------	--	--

Melalui serangkaian kegiatan ini, dihasilkan luaran berupa video edukasi ber HKI, artikel jurnal nasional, media infografis yang dipublikasikan di media social sekolah, dan publikasi media massa.

## **BAB 4. KELUARAN YANG DICAPAI (*OUTPUT*)**

### **4.1 Gambaran Umum Mitra**

#### **Sejarah sekolah**

Pada tahun 1970 Muhammadiyah mendapat bantuan sebidang tanah kapling di Jalan Rukem Rawamangun seluas 280 meter persegi. Bantuan ini atas upaya dari Bapak Drs. Sumedji dan Endjo Djahuri. Tanah tersebut diperuntukkan untuk TK 'Aisyiyah. Luas tanah yang dimiliki Muhammadiyah di Jalan Balai Pustaka Barat mencapai 3.495 meter. Karena luas tanah cukup memadai, maka Pemda DKI memberikan bantuan gedung satu unit lagi pada tahun 1973. Gedung ini diperuntukkan untuk SD Muhammadiyah 24. Serah terima gedung dilaksanakan pada tahun 1974. Pada saat serah terima, pihak Muhammadiyah diwakili oleh Drs. A. Nawas Risa dan pihak pemda diwakili oleh Urip Widodo (Wakil Gubernur DKI). Untuk memperkuat status kepemilikan tanah, Muhammadiyah mengurus pensertifikatan tanah seluas 3.495 meter ke Agraria DKI Jakarta. Pengurusan untuk memperoleh sertifikat tanah dimaksud Muhammadiyah dibantu oleh Bapak H. Endjo Djahuri (pegawai Agraria DKI Jakarta). Pengurusan pensertifikatan tanah ini menggunakan data kepemilikan foto copy "ferfounding" (kalau tulisannya salah dibetulkan). Akhirnya Kepala Agraria mengeluarkan sertifikat dengan status hak yaitu Hak Pakai". Untuk meningkatkan pelayanan pada masyarakat dan siswa, pada tahun 1976 Muhammadiyah mendirikan Masjid berbentuk persegi enam seluas 210 meter persegi. Masjid tersebut diberi nama masjid Ar-Rahman. Ketua Panitia Pembangunan adalah Bapak H. Iman Anis, SH. Dana untuk penyelesaian pembangunan masjid bersumber dari infaq panitia, pengurus, dan masyarakat sekitar. Bangunan masjid selesai dikerjakan dalam waktu 6 bulan. Sejalan dengan makin meningkatnya minat masyarakat untuk menyekolahkan putra/putri mereka di SD Muhammadiyah 24, maka kebutuhan ruangan untuk menampung jumlah siswa yang mendaftar bertambah. Untuk itu pada tahun 1980 Muhammadiyah Rawamangun Pulogadung membongkar sebagian ruangan yang ada (di sebelah selatan) dan di atasnya dibangun gedung berlantai dua.

Pada tahun 1986 PCM Rawamangun Pulogadung mengajukan permohonan izin kepada Pemda DKI Jakarta untuk membongkar bangunan yang terletak di sebelah utara, yaitu bangunan lama berlantai satu. Di atas tanah tersebut PCM Rawamangun Pulogadung membangun gedung berlantai tiga, dengan nomor IMB: 04713/IMB/1985. Bangunan ini diperuntukkan untuk SMA 11. Pada tahun 1985 Muhammadiyah Rawamangun mendapat wakaf tanah dari Bapak H. Hermanto Pane di Penggilingan Cakung seluas 500 meter. Tahun 1990 PCM Rawamangun Pulogadung membangun gedung sebanyak empat ruang belajar

diperuntukkan untuk SMP Muhammadiyah 30. SMP Muhammadiyah 30 ini semula dikelola oleh PDM Jakarta Timur. Karena jalannya yang terseok-seok, tanggungjawab pengelolaannya diserahkan oleh Pimpinan Daerah Muhammadiyah Jakarta Timur kepada PCM Rawamangun Pulogadung. Untuk memperluas halaman sekolah pada tahun 1994 PCM Rawamangun Pulogadung membeli tanah seluas 150 meter dari Bapak Drs. H. M. Natsir Bakri. Selanjutnya pada tahun 1995 membeli tanah lagi seluas 300 meter, tahun 1999 seluas 165 meter, tahun 2000 seluas 188 meter. Tahun 2004 Muhammadiyah membeli tanah di Jalan Bekasi Timur seluas 3646 meter, terdiri atas dua sertifikat. Sertifikat 601 seluas 2530 dan sertifikat 653 seluas 1.116. Di atas tanah tersebut direncanakan dibangun gedung untuk SMA Muhammadiyah 11 ([www.smamuh11jakarta.sch.id](http://www.smamuh11jakarta.sch.id)).

## **VISI**

“Cerdas Iman, hati, & Ilmu”

## **MISI**

1. Meningkatkan pengamalan ajaran Islam dengan baik dan benar berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits dalam setiap aspek kehidupan pribadi maupun sosial, keluarga, masyarakat dan Negara;
2. Meningkatkan kemampuan membaca Alquran, pemahaman dan hafalan Alquran bagi seluruh civitas sekolah;
3. Meningkatkan pembinaan akhlak dan budi pekerti yang luhur sesuai dengan budaya Indonesia dan nilai-nilai agama Islam;
4. Mengembangkan minat, bakat dan kreativitas peserta didik agar tumbuh dan berkembang sesuai dengan potensi yang dimiliki peserta didik;
5. Meningkatkan Profesionalisme Tenaga Pendidik dan Kependidikan dalam implementasi Manajemen Peningkatan Mutu Berbasis Sekolah;
6. Menciptakan kegiatan belajar mengajar yang menarik dan menyenangkan, berpusat pada peserta didik dan dapat memotivasi peserta didik untuk kreatif, inisiatif, dan inovatif baik dalam kegiatan intra maupun ekstrakurikuler.

## **4.2 Karakteristik Peserta**

Siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta berjumlah 388 siswa, terdiri atas 222 laki-laki dan 166 perempuan. Kelas X terdiri atas 142 siswa, kelas XI 96 siswa, dan kelas XII 65 siswa.

### 4.3 Persiapan

#### Koordinasi dengan PWM DKI Jakarta dan SEAMEO RECFON

Persiapan yang dilakukan oleh tim PKM adalah terlebih dahulu mengikuti proses koordinasi antara UHAMKA, PWM DKI Jakarta, dan SEAMEO RECFON yang telah dilakukan sejak 2019. Peran UHAMKA adalah sebagai perguruan tinggi mitra dari program *Nutrition Goes to School (NGTS)* atau Gizi untuk Prestasi. Sebagai mitra di lokus DKI Jakarta, UHAMKA mengembangkan program NGTS dengan menambahkan ciri khas nilai-nilai Islam dalam promosi kesehatan yang dilakukan dalam *Islamic Health Promoting School (I HELP)*. Saat ini, terdapat 8 sekolah dan madrasah di DKI Jakarta yang didampingi dalam payung I HELP, salah satunya adalah SMA Muhammadiyah 11 Jakarta.



Gambar 2. Logo I HELP



Gambar 3. Pertemuan antara pimpinan UHAMKA, PWM DKI Jakarta, dan SEAMEO-RECFON

## Sosialisasi penentuan strategi PKM bersama guru dan kepala sekolah

Sebelum merancang strategi PKM, tim melakukan penelitian dengan metode *photovoice* untuk menggali persepsi siswa terkait konsumsi minuman berpemanis. Dalam penelitian tersebut juga dilakukan brainstorming untuk menggali pendapat siswa tentang bagaimana cara yang paling efektif untuk dalam menggerakkan komunitasnya untuk dapat melakukan upaya perubahan gaya hidup sehat. Dalam melakukan persiapan kegiatan tersebut, tim melakukan koordinasi dengan guru dan kepala sekolah SMA Muhammadiyah 11 Jakarta untuk memilih kelas yang dapat dijadikan informan serta berkoordinasi untuk kegiatan-kegiatan penelitian dan pengabdian lanjutan. Kegiatan ini menghasilkan keputusan untuk memilih kelas XI sebagai informan penelitian karena berkaitan dengan kesesuaian timeline belajar siswa.



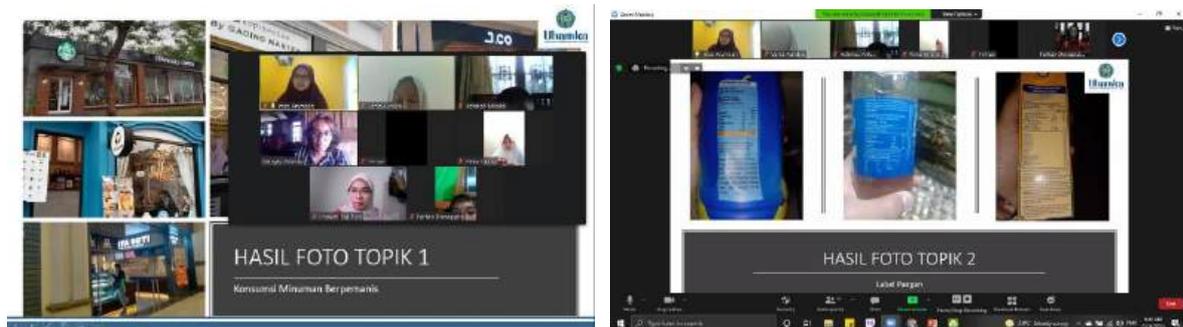
Gambar 4. Sosialisasi penentuan strategi PKM bersama guru dan kepala sekolah

## Brainstorming Strategi PKM dengan Metode Photovoice bersama Siswa

Photovoice merupakan sebuah metode kualitatif dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan komunitas secara langsung untuk bersama-sama menggali permasalahan yang ada di komunitas serta upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk memberdayakan diri dan lingkungannya. Dalam konteks kegiatan pengabdian kepada masyarakat, metode ini dapat dilakukan bersama dengan komunitas target untuk mendiskusikan potensi komunitas untuk dapat menerima perubahan perilaku yang diharapkan.

*Focus group discussion* (FGD) dilakukan bersama dengan 5 orang informan yang terdiri atas 2 perempuan dan 3 laki-laki. Informan berpendapat bahwa untuk membiasakan

perilaku sehat pada siswa di sekolahnya, kegiatan intervensi harus dilakukan untuk semua elemen sekolah agar program dapat berkelanjutan. Program harus melibatkan guru, OSIS atau kegiatan siswa lain, karyawan, dan pedagang kantin. Salah satu kegiatan yang dapat dimanfaatkan untuk dapat menanamkan nilai-nilai Islam dan kesehatan contohnya adalah *class meeting* dan festival sekolah. Media sosial juga banyak digunakan oleh siswa, khususnya Instagram. Dalam kondisi pandemi dengan terbatasnya pembelajaran tatap muka, tim PKM memanfaatkan kanal media sosial sebagai sarana untuk meningkatkan literasi label pangan dan mendorong perilaku membatasi konsumsi gula tambahan.



Gambar 5. Kegiatan FGD

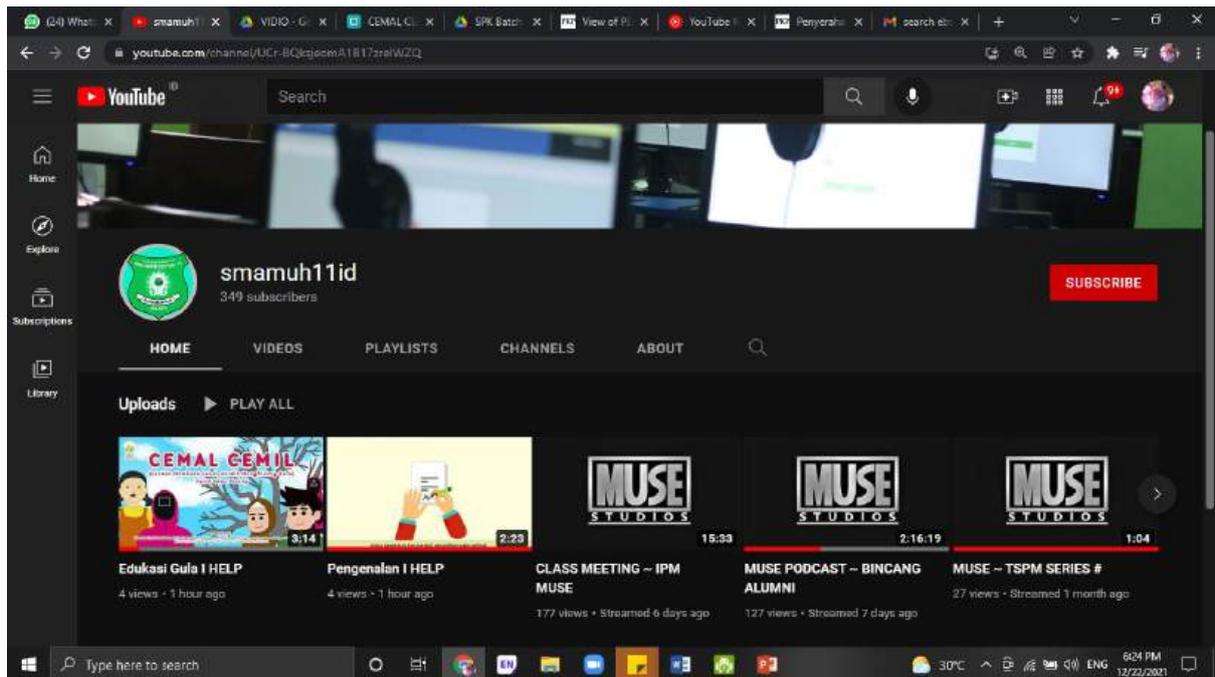
#### 4.4 Pelaksanaan

##### Perancangan Program

Setelah proses koordinasi selesai dilakukan, tim PKM melakukan diskusi untuk merancang program intervensi yang akan dilakukan. Tim merancang program berdasarkan potensi jenis media social yang dimiliki oleh sekolah, yaitu YouTube dan Instagram.



Gambar 6. Akun Instagram sekolah



Gambar 7. Kanal YouTube sekolah

Melalui akun tersebut, tim merencanakan kegiatan intervensi melalui media edukasi inovatif berupa video yang ditampilkan pada fitur Reels Instagram dan YouTube serta infografis pada Instagram. Konten dijadwalkan utk diunggah setiap 2 hari.

### Penyusunan Pesan Kunci

Pesan kunci gizi yang ditanamkan pada setiap media intervensi digali dari *assessment* kebutuhan yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh tim PKM dengan metode *photovoice* (telah dijelaskan sebelumnya), siswa masih memiliki minat yang rendah dalam membaca label pangan dan gemar mengonsumsi minuman berpemanis. Oleh karena itu, materi pada media berfokus pada literasi label pangan dan pembatasan konsumsi gula.

### Pengembangan Media Infografis

Setelah pesan kunci ditetapkan, tim mengembangkan media infografis yang dijadwalkan untuk diupload setiap 2 hari sekali sejak tanggal 17 Desember 2021. Alur pengembangan media infografis dijelaskan dalam diagram berikut.



Gambar 8. Alur pengembangan media infografis

Dalam melakukan pengembangan media, kami memperhatikan aspek branding warna dan font yang nantinya akan menjadi kekhasan media promosi I HELP di sekolah-sekolah lain.



Gambar 9. Konsep branding media infografis

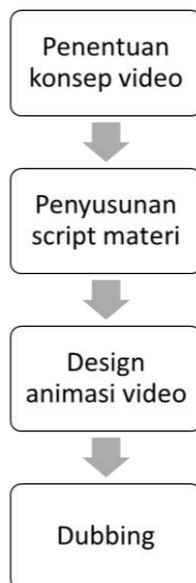
Terdapat 3 set (masing-masing set terdiri atas beberapa slide) media infografis pada akun Instagram dengan topik pengenalan program I HELP, diseminasi hasil penelitian sebagai landasan, dan edukasi literasi label pangan serta pembatasan konsumsi gula.



Gambar 10. Cover media infografis

### Pengembangan Media Video

Pengembangan media video dilakukan dalam beberapa tahapan yang dijelaskan dalam diagram alir berikut.



Gambar 11. Alur Pengembangan Media Video

Terdapat 2 video yang menjadi luaran PKM ini, yaitu video pengenalan program I HELP dan video edukasi pembatasan konsumsi gula dan pembacaan label pangan. Video tersedia dalam format portrait dan landscape untuk memudahkan penyesuaian dengan beragam platform publikasi.



Gambar 12. Video Portrait

### **Launching Media di Media Sosial**

Launching media mulai dilakukan sejak tanggal 17 Desember 2021. Infografis yang diunggah adalah tentang pengenalan Program I HELP, dilanjutkan dengan materi tentang diseminasi hasil penelitian yang telah dilakukan, dan edukasi tentang cara membaca label pangan dan membatasi konsumsi gula. Tagar yang digunakan adalah #IHELP dan #CEMALCEMIL yang merupakan akronim dari “*Cerdas membaca label, Cerdik menghitung gula*”. Setiap unggahan melakukan tag pada akun @uhamkaid, @seameorecfon, @fikesuhamka, dan @puskakes.uhamka.



Gambar 13. Launching Media pada Instagram sekolah

Untuk melihat partisipasi siswa dalam edukasi di social media, tim menelusuri hastag #IHELP dan #CEMALCEMIL di Instagram. Terdapat beberapa repost yang terdeteksi.



Gambar 14. Repost Instagram oleh siswa



Gambar 15. Video edukasi gula

### **Sosialisasi Kegiatan PKM dan Penelitian-penelitian dalam lingkup I HELP bersama Guru dan Kepala Sekolah**

Setelah tim selesai menyusun konsep program, gambaran kegiatan PKM disosialisasikan kepada Guru dan Kepala Sekolah. Dikarenakan oleh padatnya jadwal kegiatan di sekolah, kegiatan sosialisasi dapat dilakukan pada tanggal 23 Desember 2021. Selain mendiskusikan program yang dilakukan pada PKM periode ini, pertemuan juga menyosialisasikan penelitian-penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi di SMA Muhammadiyah 11 Jakarta. Penelitian-penelitian ini juga merupakan bagian dari program I HELP. Program intervensi dan assessment akan terus dapat berjalan berkesinambungan sesuai dengan kebutuhan akan masalah gizi di sekolah.



Gambar 16. Pertemuan tim PKM dengan orang tua dan guru

#### 4.4 Seminar dan kampanye twibbon

Seminar dilaksanakan di aula SMA Muhammadiyah 11 Jakarta pada tanggal 7 Januari 2022. Sebanyak 130 siswa kelas X berpartisipasi dalam kegiatan ini.



Gambar 17 seminar edukasi hidup sehat MUSE



Gambar 18. Template twibbon (<https://twb.nz/ihelpcemalcemil> )

#### 4.5 Evaluasi

Program Kemitraan Masyarakat ini merupakan kegiatan intervensi untuk mengendalikan konsumsi gula pada mitra, yang terdiri dari edukasi dengan media infografis dan video di Instagram dan YouTube, kampanye Twibbon, dan live streaming seminar. Edukasi dengan media infografis di YouTube dan Instagram menargetkan pencapaian output berupa publikasi infografis di akun Instagram sekolah setiap 2 hari sekali dan meningkatkan literasi serta partisipasi siswa dalam program. Terkait dengan kegiatan edukasi dengan media infografis dan video di Instagram dan YouTube, PKM ini telah meningkatkan paparan, awareness, literasi, dan partisipasi siswa dalam program promosi kesehatan. PKM dilanjutkan dengan kegiatan lanjutan berupa seminar dan kampanye twibbon.

Pengguna media sosial umumnya adalah kalangan remaja. Penggunaan media sosial secara intens pada remaja umumnya disebabkan karena dorongan yang diakibatkan oleh rasa tidak ingin “ditinggalkan” atau FOMO (*Fear of missing out*) (Barry, Sidoti, Briggs, Reiter, & Lindsey, 2017). Penggunaan teknologi berbasis digital, dalam hal ini penggunaan aplikasi media sosial, pada remaja meningkatkan tingkat kepercayaan diri, persepsi dukungan sosial, dan sebagai media untuk mencari identitas. Oleh karena itu, media sosial dapat dimanfaatkan untuk tujuan yang lebih positif, misalnya kegiatan promosi kesehatan (Best, Manktelow, & Taylor, 2014). Kegiatan PKM yang dilakukan oleh tim dapat meningkatkan partisipasi dan

*awareness* sasaran terhadap isu terkini gizi dan kesehatan, meskipun upaya ini harus terus berjalan berkelanjutan agar paparan isu dapat disebarluaskan ke seluruh penjuru sekolah dan bahkan dalam *engagement* yang lebih merikat, seharusnya isu kesehatan dapat didiskusikan dalam forum-forum santai yang dilakukan oleh siswa.

Media sosial memiliki potensi untuk menjangkau puluhan hingga ratusan *audience*, di mana perilaku penggunaan media sosial dipengaruhi pula oleh lingkungan. Pada sebuah penelitian yang mengidentifikasi hubungan antara literasi media dan perilaku ditemukan bahwa pengaruh teman sebaya memegang peranan penting dalam menentukan perilaku menggunakan media sosial pada remaja (Festl, 2021). Sebuah penelitian yang dilakukan untuk mengidentifikasi efektivitas media dalam pencegahan penyakit menular seksual menjelaskan bahwa, edukasi menggunakan media sosial dan pesan *broadcast* pada remaja pada suatu wilayah dapat mencegah perilaku-perilaku seksual berisiko (Jones et al., 2014). Penggunaan media sosial juga mendorong melakukan upaya-upaya preventif terkait COVID-19 (Arumsari, Ayunin, Surayya, & Sari, 2021).

Promosi kesehatan di sekolah merupakan pendekatan yang sangat penting untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan pada remaja. Program ini merupakan bagian dari *pilot project Islamic Health Promoting School (I HELP)*. Pada kegiatan sebelumnya yang dilakukan dalam lingkup binaan I HELP, kegiatan promosi kesehatan di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan guru dan orang tua tentang gizi seimbang (Arumsari & Putri, 2021). Sekolah merupakan setting yang penting dalam melakukan program promosi kesehatan di sekolah. Penelitian sebelumnya menunjukkan kampanye promosi kesehatan di sekolah berpengaruh terhadap membaiknya nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa di sekolah (Lavelle, Mackay, & Pell, 2012), menurunnya aktivitas sedenter (Silva et al., 2018), dan meningkatnya konsumsi sayur dan buah (Gold, Larson, Tucker, & Strang, 2017).

## **BAB 5. FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT**

Sekolah sangat kooperatif dalam mendukung program PKM. Dukungan yang diberikan dalam program I HELP secara umum sangat signifikan dalam membantu tim untuk mengakses dan mengupdate media sosial yang digunakan. Sekolah juga berperan besar dalam terlaksananya penelitian-penelitian dalam lingkup I HELP dalam rangka melakukan assessment kebutuhan untuk melakukan intervensi gizi.

Kegiatan ini didukung oleh Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) DKI Jakarta dan SEAMEO-RECFON, serta berada di bawah payung *pilot project* I-HELP yang memungkinkan untuk program ini dapat berlanjut di sekolah-sekolah binaan I-HELP yang lain.

## **BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Persiapan**

Periode persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi bersama berbagai stakeholder, mulai dari PWM DKI Jakarta, SEAMEO-RECFON, dan pihak sekolah. Selanjutnya dilakukan dengan perumusan pesan kunci dan pengembangan media.

### **Pelaksanaan**

Pelaksanaan program dibagi menjadi beberapa kanal media sosial, yaitu Instagram, YouTube, dan yang mendatang adalah melalui seminar di Zoom.

### **Evaluasi**

PKM ini telah meningkatkan paparan, awareness, literasi, dan partisipasi siswa dalam program promosi kesehatan. PKM dilanjutkan dengan kegiatan lanjutan berupa seminar dan kampanye twibbon.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, B. G. (2017). Analisis fisibilitas pengenaan cukai atas minuman berpemanis (sugar-sweetened beverages). *Kajian Ekonomi dan Keuangan*, 1(3), 229-241.
- Arumsari, I., Ayunin, E. N., Surayya, I., & Sari, M. P. (2021). Dietary Supplement Intake is Differed by Covid-19 Risk Perception and Media Exposure among Indonesian Social Media Users. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 422-430.
- Arumsari, I., & Putri, I. E. (2021). PENDAMPINGAN GURU DAN ORANG TUA DENGAN MODUL GIZI SEIMBANG DALAM ISLAMIC HEALTH PROMOTING SCHOOL PROGRAM. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(3), 819-827.
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of adolescence*, 61, 1-11.
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27-36.
- Festl, R. (2021). Social media literacy & adolescent social online behavior in Germany. *Journal of Children and Media*, 15(2), 249-271.
- Gold, A., Larson, M., Tucker, J., & Strang, M. (2017). Classroom nutrition education combined with fruit and vegetable taste testing improves children's dietary intake. *Journal of School Health*, 87(2), 106-113.
- Hodge, A. M., Bassett, J. K., Milne, R. L., English, D. R., & Giles, G. G. (2018). Consumption of sugar-sweetened and artificially sweetened soft drinks and risk of obesity-related cancers. *Public health nutrition*, 21(9), 1618-1626.
- Jones, K., Eathington, P., Baldwin, K., & Sipsma, H. (2014). The impact of health education transmitted via social media or text messaging on adolescent and young adult risky sexual behavior: a systematic review of the literature. *Sexually transmitted diseases*, 41(7), 413-419.
- Lavelle, H. V., Mackay, D. F., & Pell, J. P. (2012). Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to reduce body mass index. *Journal of Public Health*, 34(3), 360-369.
- MacDonald, I. A. (2016). A review of recent evidence relating to sugars, insulin resistance and diabetes. *European journal of nutrition*, 55(2), 17-23.
- Phulkerd, S., Thongcharoenchupong, N., Chamrathirong, A., Soottipong Gray, R., & Prasertsom, P. (2020). Changes in Population-Level Consumption of Taxed and Non-Taxed Sugar-Sweetened Beverages (SSB) after Implementation of SSB Excise Tax in Thailand: A Prospective Cohort Study. *Nutrients*, 12(11), 3294.
- Savona, N. J. (2018). Government must take action on industry to improve public health. *Bmj*, 360.
- Silva, D. A. S., Chaput, J.-P., Katzmarzyk, P. T., Fogelholm, M., Hu, G., Maher, C., . . . Standage, M. (2018). Physical education classes, physical activity, and sedentary behavior in children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 50(5), 995-1004.
- Stanhope, K. L. (2016). Sugar consumption, metabolic disease and obesity: The state of the controversy. *Critical reviews in clinical laboratory sciences*, 53(1), 52-67.
- World Health, O. (2014). *Global status report on noncommunicable diseases 2014*: World Health Organization.

## LAMPIRAN

### Realisasi Anggaran (Lampiran G).

<b>1. Honorarium</b>				
Honor	Honor/Jam (Rp)	Waktu (jam/minggu)	Minggu	Total Honor
Pelaksana 1	20,000	3	12	720,000
Pelaksana 2	20,000	3	12	720,000
Pelaksana 3	20,000	3	12	720,000
Asisten Pelaksana 1	20,000	1	5	100,000
Asisten Pelaksana 2	20,000	1	5	100,000
Subtotal (Rp)				<b>2,360,000</b>
<b>2. Pembelian bahan habis pakai</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya habis pakai
Materai	Administrasi	4	10,000	40,000
ATK	Administrasi	1	50,000	50,000
Pembuatan media seminar (virtual background, publikasi seminar, display virtual banner)	Seminar	1	200,000	200,000
Editor video	Video edukasi	1	500,000	500,000
Pembuatan media Instagram (twibbon campaign, post feed IG)	Campaign Instagram	1	350,000	350,000
Penyusunan konsep campaign dan konten feed IG	Campaign Instagram	1	200,000	200,000
Pembuatan link live streaming YouTube dan live Instagram	Seminar	1	500,000	500,000
			Subtotal (Rp)	<b>1,840,000</b>
<b>3. Perjalanan</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya perjalanan
Pembelian paket internet guru penanggungjawab	Guru admin YouTube dan Instagram	5	100,000	500,000

Pembelian paket internet tim pengmas	Tim	5	100,000	500,000
Pulsa internet rapat guru	Guru penanggungjawab	10	50,000	500,000
Pulsa internet rapat tim internal	Rapat tim	20 (4x rapat @ 5 anggota)	50,000	1.000,000
			Subtotal (Rp)	<b>2,500,000</b>
<b>4. Sewa</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Sewa
Sewa Zoom kapasitas 500	Seminar	1	300,000	300,000
			Subtotal (Rp)	<b>300,000</b>
<b>TOTAL ANGGARAN YANG DIPERLUKAN SELURUHNYA (Rp)</b>				<b>7,000,000</b>

## Instrumen dan Media



# APA ITU ISLAMIC HEALTH PROMOTING SCHOOL?



SWIPE ►



## APA ITU I HELP

Islamic Health Promoting School (I HELP) adalah program tindak lanjut dari kerjasama SEAMEO RECFON dengan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka (UHAMKA) pada bulan Desember 2019. Berkolaborasi dengan institusi yang sangat berpengalaman di tingkat regional ini, tim Pusat Kajian Kesehatan (PUSKAKES) UHAMKA melakukan pendampingan program Nutrition Goes to School (NGTS) di delapan sekolah dan madrasah Provinsi DKI Jakarta.

I HELP adalah bentuk program promosi kesehatan di sekolah dengan ciri khas khusus, yaitu dengan ciri nilai-nilai ajaran Islam. Sebagai program pembentukan perilaku sehat warga sekolah, nilai ajaran Islam tentang hidup sehat, kebersihan dan keseimbangan menjadi landasan penting, khususnya dalam pembentukan perilaku sehat.



## HASIL PENELITIAN I HELP di SMA Muhammadiyah 11 Jakarta

SWIPE ►



### Judul Artikel :

The urban adolescents' perception on sugar-sweetened beverages and food label (nutrition and halal label): A photovoice study

Referensi : Arumsari, et al (in press)

**PENDAPAT SISWA TENTANG MINUMAN BERPEMANIS (MINUMAN YANG MENGANDUNG GULA TAMBAHAN)**

"...saya tahu mengonsumsi minuman berpemanis berlebihan itu berbahaya terutama untuk kesehatan karena bisa menyebabkan berbagai penyakit, tapi kadang saya masih tetap saja mengkonsumsinya..."

**PENDAPAT SISWA TENTANG KEBIASAAN MEMBACA LABEL PANGAN**

"Saya pertama kali lihat merek."

"Males aja, langsung milih produknya aja sih..."

"Mungkin karena kurangnya pengetahuan. Tapi bisa juga pengetahuan ada, tapi karena pengen banget mengkonsumsi itu, jadi ga dibaca labelnya."

Nutrition Facts	
Serving Size 100g Amount Per Serving	
Calories	Calories From Fat
% Daily Value*	
Total Fat	%
Saturated Fat	%
Trans Fat	%
Cholesterol	%
Sodium	%
Total Carbohydrate	%
Dietary Fiber	%
Sugars	%
Protein	%

\*Percent Daily values are based on a 2000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

**PEMBACAAN LABEL PANGAN**

INFORMASI NILAI GIZI (Nutrition Facts)	
Sajikan 100g (Serving Size) 100g	
JUMLAH PER SAJIAN / AMOUNT PER SERVING	
Energi Total/Total Calories	35 kcal
Energi dari Lemak/Calories from Fat	10 kcal
Lemak Total/Total Fat	1g 2%
Protein	0g 0%
Gula/Glucose	10g 20%
Sodium	10mg 2%
Asam Lemak/Total Fat	0g 0%
Asam Lemak Jenuh/Saturated Fat	0g 0%
Asam Lemak Tak Jenuh/Unsaturated Fat	0g 0%
Asam Lemak Trans/Trans Fat	0g 0%
Asam Lemak Omega-3/Omega-3	0g 0%
Asam Lemak Omega-6/Omega-6	0g 0%
Asam Lemak Omega-9/Omega-9	0g 0%
Asam Lemak Omega-11/Omega-11	0g 0%
Asam Lemak Omega-12/Omega-12	0g 0%
Asam Lemak Omega-13/Omega-13	0g 0%
Asam Lemak Omega-14/Omega-14	0g 0%
Asam Lemak Omega-15/Omega-15	0g 0%
Asam Lemak Omega-16/Omega-16	0g 0%
Asam Lemak Omega-17/Omega-17	0g 0%
Asam Lemak Omega-18/Omega-18	0g 0%
Asam Lemak Omega-19/Omega-19	0g 0%
Asam Lemak Omega-20/Omega-20	0g 0%
Asam Lemak Omega-21/Omega-21	0g 0%
Asam Lemak Omega-22/Omega-22	0g 0%
Asam Lemak Omega-23/Omega-23	0g 0%
Asam Lemak Omega-24/Omega-24	0g 0%
Asam Lemak Omega-25/Omega-25	0g 0%
Asam Lemak Omega-26/Omega-26	0g 0%
Asam Lemak Omega-27/Omega-27	0g 0%
Asam Lemak Omega-28/Omega-28	0g 0%
Asam Lemak Omega-29/Omega-29	0g 0%
Asam Lemak Omega-30/Omega-30	0g 0%
Asam Lemak Omega-31/Omega-31	0g 0%
Asam Lemak Omega-32/Omega-32	0g 0%
Asam Lemak Omega-33/Omega-33	0g 0%
Asam Lemak Omega-34/Omega-34	0g 0%
Asam Lemak Omega-35/Omega-35	0g 0%
Asam Lemak Omega-36/Omega-36	0g 0%
Asam Lemak Omega-37/Omega-37	0g 0%
Asam Lemak Omega-38/Omega-38	0g 0%
Asam Lemak Omega-39/Omega-39	0g 0%
Asam Lemak Omega-40/Omega-40	0g 0%
Asam Lemak Omega-41/Omega-41	0g 0%
Asam Lemak Omega-42/Omega-42	0g 0%
Asam Lemak Omega-43/Omega-43	0g 0%
Asam Lemak Omega-44/Omega-44	0g 0%
Asam Lemak Omega-45/Omega-45	0g 0%
Asam Lemak Omega-46/Omega-46	0g 0%
Asam Lemak Omega-47/Omega-47	0g 0%
Asam Lemak Omega-48/Omega-48	0g 0%
Asam Lemak Omega-49/Omega-49	0g 0%
Asam Lemak Omega-50/Omega-50	0g 0%

Informasi pertama dari informasi nilai gizi makanan saja. Artinya berapa jumlah asupan kalori dan semua nutrisi yang ada per porsi produk yang dapat dikonsumsi. Jadi informasi nilai gizi ini untuk per sajian bukan dalam 1 kemasan.

Energi total adalah kontribusi asupan energi yang dapat diberikan sesuai kebutuhan kalori kita.

Memuat kandungan lemak, gula (dituliskan dengan total karbohidrat), dan garam (dituliskan dengan nilai natrium) dalam setiap label pangan. Harapannya ini perlu kita perhatikan karena jika konsumsi GGL (gula, garam, lemak) yang berlebihan akan memicu terjadinya penyakit jantung coroner, diabetes mellitus, hingga obesitas.

\*%ARND (Angka Kecukupan Gizi) memberikan informasi tentang kualitas produk terhadap kebutuhan sehari-hari. Misalnya %ARND menunjukkan nilai 20%, maka kebutuhan minimal harian akan terpenuhi 20% jika dikonsumsi sesuai takaran saja.

**CARA MEMBACA LABEL PANGAN DAN MENGETAHUI BATAS KONSUMSI GULA**

SWIPE ▶

**I AM A PART OF #CEMALCEMIL MOVEMENT**

**CERMAT MEMBACA LABEL CERDIK MENGHITUNG GULA**

Dari Ibnu Abbas radhiyallaahu 'anhuma, Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda :

نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

"Ada dua kenikmatan yang banyak manusia tertipu, yaitu nikmat sehat dan waktu senggang," (HR. Bukhari no. 6412).

0:18 / 3:22 kesehatan yang baik dan waktu luang." (HR. Bukhari).



# CEMAL GEMIL

(Cermat Membaca Label, Cerdik Menghitung Gula)

*Squid Game Parody*



Pesan kunci:

Konsumsi gula tambahan dari makanan atau minuman per hari batasnya 50 gram atau setara dengan 4 sendok makan  
Biasakan baca label pangan di kemasan makanan dan minuman

0:00 / 3:13

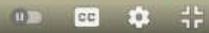


**I HELP**

Islamic Health  
Promoting School

Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc  
Imawati Eka Putri, S.Gz., M.Si  
Dr. Sarah Handayani, M.Kes

▶ ⏪ 🔊 3:04 / 3:13



### Absen Peserta Pertemuan Tim PKM dengan Guru

Timestamp	Nama	No HP
12/23/2021 10:16:10	Yurikanita	08992218808
12/23/2021 10:16:32	Nani Rahayu	08561090349
12/23/2021 10:16:35	Lela Agustin	081574480659
12/23/2021 10:20:05	Budhiyanto	081380727324
12/23/2021 10:20:31	Zulfa Saleh	081519910886
12/23/2021 10:24:31	Agus Gunawan S.Pd.I., M.H.I	081314656306
12/23/2021 10:29:23	ihsan	08567800642
12/23/2021 10:30:50	Garnis lusiana	08986789721
12/23/2021 10:31:33	Mohamad Nashir	085692768816
12/23/2021 10:32:10	Nurhikmah	085719746040
12/23/2021 10:32:11	Rosidah	08577753201
12/23/2021 10:33:07	Ratih Tri Puspita	085810246476
12/23/2021 10:46:39	NUR APRILIA JUWITA	087883937984
12/23/2021 10:46:43	Muhammad Bintang Faroby	085777863091
12/23/2021 10:47:24	Selvi Oktafianti	082299463788
12/23/2021 10:52:15	zaenal mustaqim	081511954647
12/23/2021 10:53:08	Rahmad deni	082389534046

**Personalia tenaga pelaksana beserta kualifikasinya**

<b>Nama</b>	<b>Bidang keilmuan</b>	<b>Kompetensi</b>	<b>Keahlian</b>	<b>Deskripsi kepakaran</b>
Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc	Gizi Masyarakat	<ul style="list-style-type: none"><li>• Metabolisme zat gizi</li><li>• Pangan fungsional</li><li>• Zat gizi mikro</li><li>• Penyelia halal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Penilaian status gizi</li><li>• Pengembangan produk pangan</li><li>• Pangan halal</li></ul>	Mampu melakukan penilaian status gizi, identifikasi titik kritis halal, dan pengembangan produk pangan
Imawati Eka Putri, S.Gz., M.Si	Pangan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teknologi pangan</li><li>• Analisis sensori</li><li>• Ilmu bahan makanan</li><li>• Penyelia halal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Perencanaan Program Gizi</li><li>• Pengembangan produk pangan</li><li>• Pangan halal</li></ul>	Mampu melakukan penilaian status gizi, identifikasi titik kritis halal, dan pengembangan produk pangan
Dr. Sarah Handayani, M.Kes	Promosi kesehatan	Promosi kesehatan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Promosi kesehatan</li><li>• Pengembangan media</li></ul>	

## Identitas Ketua

### 1. Identitas Diri

1	Nama Lengkap ( dengan gelar )	Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIDN	0313039202
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Wonogiri, 13 Mei 1992
6	e-mail	<a href="mailto:imasarumsari@uhamka.ac.id">imasarumsari@uhamka.ac.id</a>
7	Nomor Telepon /HP	08551491965
8	Alamat Kantor	021 7256154
9	Nomor Telepon / Fax	
10	Mata kuliah yang diampu	1. Metabolisme zat gizi mikro
		2. Gizi Olahraga
		3. Biostatistik deskriptif
		4. Biostatistik inferens

### 2. Riwayat Pendidikan

	S1	S2
Nama PT	Univesitas Indonesia	Chulalongkorn University
Bidang Ilmu	Gizi	Gizi
Tahun Masuk-Lulus	2010-2014	2015-2018
Judul Skripsi / Tesis / Disertasi	Hubungan kondisi psikososial dan faktor lainnya dengan kebiasaan sarapan pada siswa/i terpilih di Kabupaten Tangerang tahun 2014	Effect of different cooking methods on the bioaccessibility of phytochemical compounds and antioxidant activity of <i>Sauropus androgynus</i>
Nama Pembimbing / Promotor	Prof. Ratu Ayu Dewi Sartika	Dr. Kittana Makynen

### 3. Pengalaman Penelitian 5 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1				
2				
3				

### 4. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul pengabdian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah

				( Juta Rp )
1				
2				
3				

**5. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal**

No.	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume / Nomor	Nama Jurnal
1				
2				

**6. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation)**

No.	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume / Nomor	Nama Proseding
1	2016	The relationship between availability and other factors with breakfast pattern at selected highschool student in Tangerang, Indonesia 2014	2016	4th Asian Academic Society International Conference
2	2018	The effect of different cooking methods on the bioaccessibility of polyphenols on <i>Sauropus androgynus</i>	2018	The Agricultural and Natural Resources International Conference

**7. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul Buku	Jumlah Halaman	Penerbit

Pembuat daftar riwayat hidup



Inas Aramsari, M.Sc

## Identitas Anggota

### Lampiran 3. Tenaga Pelaksana PKM

#### A. IDENTITAS KETUA

##### 1. Identitas Diri

1	Nama Lengkap ( dengan gelar )	Imawati Eka Putri S.Gz., M.Si
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIDN	0324089101
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 24 Agustus 1991
6	e-mail	<a href="mailto:imawatiep@uhamka.ac.id">imawatiep@uhamka.ac.id</a>
7	Nomor Telepon /HP	089602785342
8	Alamat Kantor	021 7256154
9	Nomor Telepon / Fax	
10	Mata kuliah yang diampu	1. Ilmu bahan makanan 2. Kimia organik dan anorganik 3. Analisa zat gizi 4. Analisis Sensori

##### 2. Riwayat Pendidikan

	S1	S2
Nama PT	Univesitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka	Institut Pertanian Bogor
Bidang Ilmu	Gizi	Ilmu Pangan
Tahun Masuk-Lulus	2009-2013	2015-2018
Judul Skripsi / Tesis / Disertasi	Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Status Gizi Pasien HIV/AIDS di RSPI. Sulianti Saroso Jakarta Utara	Film Edibel Isolat Protein Kedelai dengan Penambahan Ekstrak Kunyit Dan Nanopartikel Zno serta Aplikasinya Sebagai Pelapis pada Produk Tahu
Nama Pembimbing / Promotor	Leny Sri Rahayu, SKM., MPH	Nugraha E. Suyatna, STP., DEA

##### 3. Pengalaman Penelitian 5 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah ( Juta Rp )
1	-			
2				
3				

**4. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat 5 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul pengabdian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1	-			
2				
3				

**5. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal**

No.	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume / Nomor	Nama Jurnal
1	2018	Film edible berbasis isolat protein kedelai dengan penambahan ekstrak kunyit dan nanopartikel ZnO	Vol: 29 (1)	Jurnal Teknologi dan Industri Pangan
2				

**6. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation)**

No.	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume / Nomor	Nama Prosiding
1	-			
2				

**7. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul Buku	Jumlah Halaman	Penerbit
	-			

Pembuat daftar riwayat hidup



Imawati E. Putri, S.Gz., MSi



NIDN :0307077107  
NAMA LENGKAP :DR SARAH HANDAYANI SKM, M.KES  
FAKULTAS/PROGRAM STUDI :PASCASARJANA/S2 KESEHATAN MASYARAKAT  
JABATAN AKADEMIS :LEKTOR  
PANGKAT/GOL RUANG :PANGKAT PENATA MUDA TINGKAT I, III/B

## JENIS LUARAN: PUBLIKASI JURNAL

Jumlah: 9

No.	Judul	Penulis Publikasi	Jurnal
1	KONTAMINASI BAKTERI ESCHERICIA COLI PADA MAKANAN DAN MINUMAN PENJUAL JAJANAN DI LINGKUNGAN PENDIDIKAN MUHAMMADIYAH LIMAU, JAKARTA SELATAN.	• DR SARAH HANDAYANI SKM, M.KES	ARKESMAS ISSN: 25027980 VOLUME: 1 NOMOR: 1 HALAMAN: 25 - 30 URL: <a href="http://JOURNAL.UHAMKA.AC.ID/INDEX.PHP/ARKESMAS/ARTICLE/VIEW/223">HTTP://JOURNAL.UHAMKA.AC.ID/INDEX.PHP/ARKESMAS/ARTICLE/VIEW/223</a>
2	PEMANFAATAN KB DAN DROP OUT KB DI KABUPATEN MAGELANG JAWA TENGAH 2011 (TEMPAT PENGUNGSIAN BENCANA LAHAR DINGIN)	• DR SARAH HANDAYANI SKM, M.KES	ILMU KESEHATAN MASYARAKAT ISSN: 2252-3723 VOLUME: 1 NOMOR: 1 HALAMAN: 30 - 35 URL:
3	FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PERLENGKETAN PLASENTA (RETENSIO PLACENTA) DI RUMAH SAKIT ISLAM JAKARTA CEMPAKA PUTIH: SEBUAH STUDI KASUS KONTROL	• DR SARAH HANDAYANI SKM, M.KES	ARKESMAS ISSN: 2579-8898 VOLUME: 2 NOMOR: 1 HALAMAN: 102 - 108 URL: <a href="http://JOURNAL.UHAMKA.AC.ID/INDEX.PHP/ARKESMAS">HTTP://JOURNAL.UHAMKA.AC.ID/INDEX.PHP/ARKESMAS</a>

## JENIS LUARAN: BUKU/BAHAN AJAR

Jumlah: 1

No.	Judul	Buku
1	MODUL KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA UNTUK PROGRAM WARGA PEDULI REMAJA	PENERBIT: PP IAKMI ISBN : 9786021958209 JML. HALAMAN :70

## JENIS LUARAN: PEMAKALAH FORUM ILMIAH

Jumlah: 7

No.	Nama Dosen	Judul Makalah	Penyelenggara
1	DR SARAH HANDAYANI SKM, M.KES	THE ROLE OF SUPPORT IN IMPROVING QUALITY OF LIFE OF PLHIV IN INDONESIA YEAR 2011 (QUALITATIVE STUDY IN 10	INSTITUSI : APACPH TGL. : 25/10/2013 - 08/08/2017 TEMPAT : WUHAN UNIVERSITY GLOBAL HEALTH INSTITUTE

**PENELITIAN MANDIRI**

Jumlah: 6

No.	Tahun	Judul	Lokasi
1	2019	PELAYANAN ANTE NATAL CARE PADA PELAYANAN KESEHATAN TAHUN 2019 Anggaran: Rp. 15.000.000,- Sumber Dana: Non-Pemerintah	TANGERANG
2	2019	ADVOCACY TO EXPAND SMOKE-FREE AREA COVERAGE IN LEBAK AND PANDEGLANG REGENCY, BANTEN PROVINC Anggaran: Rp. 354.598.560,- Sumber Dana: Non-Pemerintah	KAB LEBAK DAN PANDEGLANG, PROVINSI BANTEN
3	2016	LAPORAN TRACER STUDY PROGRAM STUDI S2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT Anggaran: Rp. 5.500.000,- Sumber Dana: Non-Pemerintah	DKI JAKARTA
4	2020	LAPORAN TRACER STUDY PROGRAM STUDI S2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT Anggaran: Rp. 5.500.000,- Sumber Dana: Non-Pemerintah	DKI JAKARTA

Pembuat Daftar Riwayat Hidup



Dr. Sarah Handayani, M.Kes

# Manuskrip (submission)

**JURNAL KREATIVITAS  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)**

Terakreditasi No : 36/E/KPT/2019 DOI: 10.3324 P-ISSN : 2615-0921 E-ISSN: 2622-6030  
Publisher By: Prodi Keperawatan Universitas Malahayati Lampung dan Pandawa Institute

BAHASA:

PERANGKAT: Anda login sebagai...  
Masa Depan  
Survei Data  
Pustaka Saya  
Log Out

**HOME**

- Fokus dan Ruang Lingkup
- Dewan Editorial
- Peer Reviewer
- Etika Publikasi
- Kebijakan
- Frekuensi Penerbitan
- Pengarsipan
- Penyerahan Naskah Online

BERANDA TENTANG KAMI BERANDA PENGUNJUNG CARI TERKINI ARSIP INFORMASI  
ISSN (CETAK) ISSN (ONLINE)  
Beranda > Program > Penulis > Penyerahan Aktif

### PENYERAHAN AKTIF

ID	NO/ISSN	BAGIAN	JENJIS	JUDUL	STATUS
5472	12-22	ART	Asuransi Pula Masyarakat	IMPLEMENTASI ISLAND HEALTH PROMOTING SCIENCE (IHPS)	Menunggu Penegapan

1 - 1 of 1 Item

### MEMULAI PENYERAHAN NASKAH BARU

KLIK DISINI Masuki ke langkah pertama dari lima langkah proses penyerahan naskah.

### REFBACKS

DATA	BARU	STATUS	STATUS
DATA	BARU	STATUS	STATUS

Saat ini tidak ada refbacks.

**AKREDITASI**

**SERTIFIKAT**

ISSN 2615-0921 (Cetak)  
9 772615 032091  
ISSN 2622-6030 (Online)  
9 772622 603099

## Artikel

### IMPLEMENTASI ISLAMIC HEALTH PROMOTING SCHOOL (I HELP) DENGAN KAMPANYE BERBASIS MEDIA SOSIAL

Imas Arumsari<sup>1\*</sup>, Imawati Eeka Putri<sup>1</sup>, Sarah Handayani<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta 12130, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta 12130, Indonesia

Email: imasarumsari@uhamka.ac.id

#### ABSTRAK

*Islamic Health Promoting School Program (I-HELP)* merupakan sebuah program inisiasi yang digagas oleh UHAMKA bekerjasama dengan SEAMEO-RECFON. Program Keitraan Masyarakat ini merupakan hilirisasi dari penelitian yang dilakukan pada siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta. Hasil penelitian dengan metode *Photovoice* menunjukkan bahwa siswa mengaku sering memesan minuman berpemanis melalui layanan ojek online, terlebih pada kondisi pandemi COVID-19. Terkait dengan kebiasaan membaca label pangan, siswa merasa bahwa label makanan menjadi prioritas terakhir untuk dibaca dalam kemasan produk makanan ketika memilih suatu produk makanan dan minuman. Mengusung permasalahan tersebut, siswa melaporkan bahwa pendidikan atau promosi di media sosial cukup efektif untuk melibatkan remaja untuk melakukan perilaku tertentu. Oleh karena itu potensi ini dapat diterapkan sebagai peluang untuk menyampaikan pesan terkait gizi dan kesehatan. Salah satu masalah gizi yang diangkat adalah masalah gizi anak dan remaja di kota besar, yaitu obesitas. Program ini bekerjasama dengan mitra untuk memberdayakan kanal media sosial yang telah dimiliki SMA Muhammadiyah 11 Jakarta untuk dapat menjadi platform edukasi gizi terkait pengendalian konsumsi gula. Kanal media sosial yang dimanfaatkan dalam program ini adalah YouTube (smamuh11id) dan Instagram (@smamuh11id), webinar live streaming di kanal Youtube, dan Campaign Instagram menggunakan tagar dan twibbon.

**Kata Kunci:** Gizi, Remaja, Gula, Label Pangan

#### ABSTRACT

*Islamic Health Promoting School Program (I-HELP)* is a pilot project initiative by UHAMKA and SEAMEO-RECFON. This community empowerment program is a follow up from the previous research conducted in Muhammadiyah 11 Jakarta High School with *Photovoice* method which demonstrated that students are often ordering sugar sweetened beverages (SSBs) using online delivery service. This habit is getting more frequent during COVID-19 pandemic. Regarding to the food label literacy, food label has been always be a last priority to read when choosing a food or beverage product. Considering those facts, the students are reported that health promotion campaign using social media is effective to address the problem. Therefore, this potential phenomenon could be applied to share the message about food label literacy and sugar consumption limit since obesity in adolescent is also need to be concerned. This program involved the community

to optimizing the use of its social media channel to bring health and nutrition message. The channels are YouTube (*smamuh11id*) and Instagram (*@smamuh11id*), webinar live streaming in YouTube channel, and Instagram Campaign Instagram using hashtag and Twibbonize.

**Keywords:** Nutrition, Adolescent, Sugar, Food Label

## 1. PENDAHULUAN

Makanan tinggi lemak dan gula, serta kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama penyebab tingginya angka obesitas di dunia (World Health, 2014). Konsumsi makanan tinggi gula, khususnya gula sederhana, meningkatkan risiko obesitas dan diabetes melitus tipe II (MacDonald, 2016; Savona, 2018). Sebuah studi longitudinal menunjukkan tingginya konsumsi minuman berpemanis berhubungan dengan besarnya rasio pinggang dan panggul serta munculnya penyakit kanker yang berkaitan dengan obesitas di masa depan (Hodge, Bassett, Milne, English, & Giles, 2018). Mekanisme langsung yang berkaitan dengan hal tersebut adalah adanya gangguan regulasi hepatic uptake dan metabolisme fruktosa, yang akhirnya menyebabkan akumulasi lemak, dislipidemia, turunnya sensitivitas insulin, dan meningkatnya kadar asam urat. Mekanisme tidak langsung yang menjelaskan bagaimana konsumsi gula berlebih dapat menyebabkan diabetes melitus tipe II adalah terjadinya peningkatan berat badan dan persen lemak akibat menurunnya regulasi hormon leptin (Stanhope, 2016).

Tingkat konsumsi minuman manis di Indonesia meningkat tajam dari 51 juta liter pada tahun 1996 menjadi 253 juta liter pada tahun 2005, dan 780 juta liter pada tahun 2014 (Ardiansyah, 2017). Harga minuman manis relatif cukup terjangkau bagi seluruh kalangan, mudah didapat, dan rasa manis disukai segala usia. Salah satu faktor juga yang menyebabkan tingginya konsumsi minuman berpemanis adalah karena harganya yang terjangkau. Penerapan sugar tax merupakan salah satu alternatif kebijakan dalam menentukan harga jual minuman berpemanis di pasar. Beberapa negara telah menerapkan sugar tax yang berpengaruh signifikan terhadap pola konsumsi minuman berpemanis di masyarakat (Phulkerd, Thongcharoenchupong, Chamrathirong, Soottipong Gray, & Prasertsom, 2020).

SMA Muhammadiyah 11 Jakarta adalah salah satu dari 11 sekolah yang berada di bawah naungan program promosi kesehatan di sekolah kerjasama UHAMKA dan SEAMEO-RECFON, yaitu *Islamic Health Promoting School Program (I-HELP)*. Program ini merupakan *pilot project* promosi kesehatan berbasis islam di DKI Jakarta.

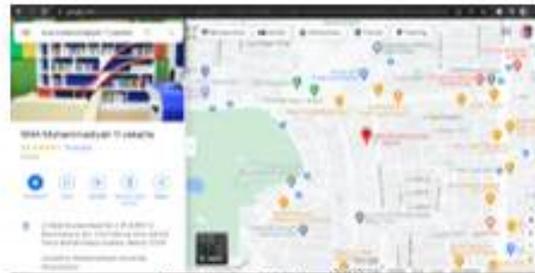
Kegiatan PKM ini merupakan hilirisasi dari penelitian tim pengusul yang sebelumnya dilakukan pada siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta yang menemukan bahwa siswa mengaku sering memesan minuman berpemanis melalui layanan ojek online. Dengan perkembangan teknologi saat ini, semakin memudahkan mereka dalam mengakses produk minuman berpemanis. Layanan online juga membantu mereka untuk membeli produk yang diinginkan di masa pembatasan selama pandemi COVID-19.

Kepedulian untuk membaca label pangan juga ditemukan masih rendah di kalangan siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta. Label pangan menjadi prioritas terakhir untuk dibaca dalam kemasan produk makanan ketika memilih suatu produk makanan dan minuman. Label makanan dibaca setelah mempertimbangkan merek, kualitas kemasan, harga, rasa, dan tanggal kadaluarsa. Selain itu, siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta juga mengaku kesulitan dalam memahami istilah ilmiah yang ada pada label gizi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh tim pengusul, siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta mengemukakan bahwa pendidikan atau promosi di media sosial atau media nasional (di televisi misalnya) cukup efektif untuk mendorong remaja untuk melakukan perilaku-perilaku baik di kesehatan. Mereka menganggap itu juga bisa diterapkan dalam edukasi label makanan. Mengingat media sosial masih menjadi platform media yang populer di kalangan remaja, potensi ini dapat diterapkan sebagai peluang untuk menyampaikan pesan terkait gizi dan kesehatan (Jones, Eathington, Baldwin, & Sipsma, 2014).

## 2. MASALAH

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh tim PKM, siswa sering memesan minuman berpemanis (minuman dengan gula tambahan) melalui layanan ojek online. Perkembangan teknologi semakin memudahkan mereka untuk mengakses minuman berpemanis tanpa memperhatikan kandungan gizinya. Terlebih, pembatasan social selama pandemic COVID-19 semakin mendorong mereka untuk menggunakan layanan pesan antar makanan secara online. Semakin beragamnya jenis aplikasi dan promosi, juga telah memberikan banyak opsi untuk menggunakan layanan pesan antar makanan.



Gambar 1. Lokasi mitra

Media sosial merupakan *platform* yang lebih disukai siswa untuk memberdayakan diri dan komunitasnya. Media sosial masih menjadi platform media yang populer di kalangan remaja. Oleh karena itu potensi ini dapat diterapkan sebagai peluang untuk menyampaikan pesan terkait gizi dan kesehatan.

## 3. METODE

Siswa SMA Muhammadiyah 11 Jakarta berjumlah 388 siswa, terdiri atas 222 laki-laki dan 166 perempuan. Kelas X terdiri atas 142 siswa, kelas XI 96 siswa, dan kelas XII 65 siswa. Kegiatan program kemitraan masyarakat (PKM) ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:



Gambar 2. Alur Pelaksanaan Kegiatan

Secara umum, kegiatan ini memanfaatkan 3 (tiga) *channel* media utama sekolah, yaitu Instagram, YouTube, dan Zoom. Melalui serangkaian kegiatan ini, dihasilkan luaran berupa video edukasi ber HKI, artikel jurnal nasional, media infografis yang dipublikasikan di media social sekolah, dan publikasi media massa.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### 4.1. Persiapan

##### Koordinasi dengan PWM DKI Jakarta dan SEAMEO RECFON

Persiapan yang dilakukan oleh tim PKM adalah terlebih dahulu mengikuti proses koordinasi antara UHAMKA, PWM DKI Jakarta, dan SEAMEO RECFON yang telah dilakukan sejak 2019. Peran UHAMKA adalah sebagai perguruan tinggi mitra dari program *Nutrition Goes to School (NGTS)* atau Gizi untuk Prestasi. Sebagai mitra di lokus DKI Jakarta, UHAMKA mengembangkan program NGTS dengan menambahkan ciri khas nilai-nilai Islam dalam promosi kesehatan yang dilakukan dalam *Islamic Health Promoting School (I HELP)*. Saat ini, terdapat 8 sekolah dan madrasah di DKI Jakarta yang didampingi dalam payung I HELP, salah satunya adalah SMA Muhammadiyah 11 Jakarta.



Gambar 3. Pertemuan antara pimpinan UHAMKA, PWM DKI Jakarta, dan SEAMEO-RECFON

##### Sosialisasi penentuan strategi PKM bersama guru dan kepala sekolah

Sebelum merancang strategi PKM, tim melakukan penelitian dengan metode *photovoice* untuk menggali persepsi siswa terkait konsumsi minuman berpemanis. Dalam penelitian tersebut juga dilakukan *brainstorming* untuk menggali pendapat siswa tentang bagaimana cara yang paling efektif untuk dalam

menggerakkan komunitasnya untuk dapat melakukan upaya perubahan gaya hidup sehat. Dalam melakukan persiapan kegiatan tersebut, tim melakukan koordinasi dengan guru dan kepala sekolah SMA Muhammadiyah 11 Jakarta untuk memilih kelas yang dapat dijadikan informan serta berkoordinasi untuk kegiatan-kegiatan penelitian dan pengabdian lanjutan. Kegiatan ini menghasilkan keputusan untuk memilih kelas XI sebagai informan penelitian karena berkaitan dengan kesesuaian timeline belajar siswa.

#### **Brainstorming Strategi PKM dengan Metode Photovoice bersama Siswa**

Photovoice merupakan sebuah metode kualitatif dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan komunitas secara langsung untuk bersama-sama menggali permasalahan yang ada di komunitas serta upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk memberdayakan diri dan lingkungannya. Dalam konteks kegiatan pengabdian kepada masyarakat, metode ini dapat dilakukan bersama dengan komunitas target untuk mendiskusikan potensi komunitas untuk dapat menerima perubahan perilaku yang diharapkan.

*Focus group discussion (FGD)* dilakukan bersama dengan 5 orang informan yang terdiri atas 2 perempuan dan 3 laki-laki. Informan berpendapat bahwa untuk membiasakan perilaku sehat pada siswa di sekolahnya, kegiatan intervensi harus dilakukan untuk semua elemen sekolah agar program dapat berkelanjutan. Program harus melibatkan guru, OSIS atau kegiatan siswa lain, karyawan, dan pedagang kantin. Salah satu kegiatan yang dapat dimanfaatkan untuk dapat menanamkan nilai-nilai Islam dan kesehatan contohnya adalah *class meeting* dan festival sekolah. Media sosial juga banyak digunakan oleh siswa, khususnya Instagram. Dalam kondisi pandemi dengan terbatasnya pembelajaran tatap muka, tim PKM memanfaatkan kanal media sosial sebagai sarana untuk meningkatkan literasi label pangan dan mendorong perilaku membatasi konsumsi gula tambahan.



Gambar 3. Kegiatan FGD

#### **4.2. Pelaksanaan Perancangan Program**

Setelah proses koordinasi selesai dilakukan, tim PKM melakukan diskusi untuk merancang program intervensi yang akan dilakukan. Tim merancang program berdasarkan potensi jenis media sosial yang dimiliki oleh sekolah, yaitu YouTube dan Instagram.



Gambar 4. Kanal media sosial sekolah

Melalui akun tersebut, tim merencanakan kegiatan intervensi melalui media edukasi inovatif berupa video yang ditampilkan pada fitur Reels Instagram dan YouTube serta infografis pada Instagram. Konten dijadwalkan untuk diunggah setiap 2 hari.

#### **Pengembangan Media Infografis**

Setelah pesan kunci ditetapkan, tim mengembangkan media infografis yang dijadwalkan untuk diupload setiap 2 hari sekali sejak tanggal 17 Desember 2021.

Dalam melakukan pengembangan media, tim memperhatikan aspek branding warna dan font yang nantinya akan menjadi kekhasan media promosi I HELP di sekolah-sekolah lain.

Terdapat 3 set (masing-masing set terdiri atas beberapa slide) media infografis pada akun Instagram dengan topik pengenalan program I HELP, diseminasi hasil penelitian sebagai landasan, dan edukasi literasi label pangan serta pembatasan konsumsi gula.

#### **Pengembangan Media Video**

Terdapat 2 video yang menjadi luaran PKM ini, yaitu video pengenalan program I HELP dan video edukasi pembatasan konsumsi gula dan pembacaan label pangan. Video tersedia dalam format portrait dan landscape untuk memudahkan penyesuaian dengan beragam platform publikasi.

#### **Launching Media di Media Sosial**

Launching media mulai dilakukan sejak tanggal 17 Desember 2021. Infografis yang diunggah adalah tentang pengenalan Program I HELP, dilanjutkan dengan materi tentang diseminasi hasil penelitian yang telah dilakukan, dan edukasi tentang cara membaca label pangan dan membatasi konsumsi gula. Tagar yang digunakan adalah #IHELP dan #CEMALCEMIL yang merupakan akronim dari "Cerdas membaca label, Cerdik menghitung gula". Setiap unggahan melakukan tag pada akun @uhamkaid, @seameorecfon, @fikesuhamka, dan @puskakes.uhamka.

Untuk melihat partisipasi siswa dalam edukasi di social media, tim menelusuri hastag #IHELP dan #CEMALCEMIL di Instagram. Terdapat beberapa repost yang terdeteksi.



Gambar 5. Repost Instagram oleh siswa

Program Kemitraan Masyarakat ini merupakan kegiatan intervensi untuk mengendalikan konsumsi gula pada mitra, yang terdiri dari edukasi dengan media infografis dan video di Instagram dan YouTube, kampanye Twibbon, dan live streaming webinar. Edukasi dengan media infografis di YouTube dan Instagram menargetkan pencapaian output berupa publikasi infografis di akun Instagram sekolah setiap 2 hari sekali dan meningkatkan literasi serta partisipasi siswa dalam program. Terkait dengan kegiatan edukasi dengan media infografis dan video di Instagram dan YouTube, PKM ini telah meningkatkan paparan, awareness, literasi, dan partisipasi siswa dalam program promosi kesehatan. PKM dilanjutkan dengan kegiatan lanjutan berupa webinar dan kampanye twibbon.

Pengguna media sosial umumnya adalah kalangan remaja. Penggunaan media sosial secara intens pada remaja umumnya disebabkan karena dorongan yang diakibatkan oleh rasa tidak ingin "ditinggalkan" atau FOMO (*Fear of missing out*) (Barry, Sidoti, Briggs, Reiter, & Lindsey, 2017). Penggunaan teknologi berbasis digital, dalam hal ini penggunaan aplikasi media sosial, pada remaja meningkatkan tingkat kepercayaan diri, persepsi dukungan sosial, dan sebagai media untuk mencari identitas. Oleh karena itu, media sosial dapat dimanfaatkan untuk tujuan yang lebih positif, misalnya kegiatan promosi kesehatan (Best, Manktelow, & Taylor, 2014). Kegiatan PKM yang dilakukan oleh tim dapat meningkatkan partisipasi dan awareness sasaran terhadap isu terkini gizi dan kesehatan, meskipun upaya ini harus terus berjalan berkelanjutan agar paparan isu dapat disebarluaskan ke seluruh penjuru sekolah dan bahkan dalam *engagement* yang lebih merikat, seharusnya isu kesehatan dapat didiskusikan dalam forum-forum santai yang dilakukan oleh siswa.

Media sosial memiliki potensi untuk menjangkau puluhan hingga ratusan *audience*, di mana perilaku penggunaan media sosial dipengaruhi pula oleh lingkungan. Pada sebuah penelitian yang mengidentifikasi hubungan antara literasi media dan perilaku ditemukan bahwa pengaruh teman sebaya memegang peranan penting dalam menentukan perilaku menggunakan media sosial pada remaja (Festl, 2021). Sebuah penelitian yang dilakukan untuk mengidentifikasi efektivitas media dalam pencegahan penyakit menular seksual menjelaskan bahwa, edukasi menggunakan media sosial dan pesan *broadcast* pada remaja pada suatu wilayah dapat mencegah perilaku-perilaku seksual berisiko (Jones et al.,

2014). Penggunaan media sosial juga mendorong melakukan upaya-upaya preventif terkait COVID-19 (Arumsari, Ayunin, Surayya, & Sari, 2021).

Promosi kesehatan di sekolah merupakan pendekatan yang sangat penting untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan pada remaja. Program ini merupakan bagian dari *pilot project Islamic Health Promoting School (I HELP)*. Pada kegiatan sebelumnya yang dilakukan dalam lingkup binaan I HELP, kegiatan promosi kesehatan di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan guru dan orang tua tentang gizi seimbang (Arumsari & Putri, 2021). Sekolah merupakan setting yang penting dalam melakukan program promosi kesehatan di sekolah. Penelitian sebelumnya menunjukkan kampanye promosi kesehatan di sekolah berpengaruh terhadap membaiknya nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa di sekolah (Lavelle, Mackay, & Pell, 2012), menurunnya aktivitas sedenter (Silva et al., 2018), dan meningkatnya konsumsi sayur dan buah (Gold, Larson, Tucker, & Strang, 2017).

#### 5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dengan media infografis dan video di Instagram dan YouTube, PKM ini telah meningkatkan paparan, awareness, literasi, dan partisipasi siswa dalam program promosi kesehatan. PKM dilanjutkan dengan kegiatan lanjutan berupa webinar dan kampanye twibbon. Sekolah sangat kooperatif dalam mendukung program PKM. Dukungan yang diberikan dalam program I HELP secara umum sangat signifikan dalam membantu tim untuk mengakses dan mengupdate media sosial yang digunakan. Sekolah juga berperan besar dalam terlaksananya penelitian-penelitian dalam lingkup I HELP dalam rangka melakukan assessment kebutuhan untuk melakukan intervensi gizi.

Kegiatan ini didukung oleh Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) DKI Jakarta dan SEAMEO-RECFON, serta berada di bawah payung pilot project I-HELP yang memungkinkan untuk program ini dapat berlanjut di sekolah-sekolah binaan I-HELP yang lain.

#### 6. DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, B. G. (2017). Analisis fisibilitas pengenalan cukai atas minuman berpemanis (sugar-sweetened beverages). *Kajian Ekonomi dan Keuangan*, 1(3), 229-241.
- Arumsari, I., Ayunin, E. N., Surayya, I., & Sari, M. P. (2021). Dietary Supplement Intake is Differed by Covid-19 Risk Perception and Media Exposure among Indonesian Social Media Users. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 422-430.
- Arumsari, I., & Putri, I. E. (2021). PENDAMPINGAN GURU DAN ORANG TUA DENGAN MODUL GIZI SEIMBANG DALAM ISLAMIC HEALTH PROMOTING SCHOOL PROGRAM. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(3), 819-827.
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of adolescence*, 61, 1-11.
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27-36.
- Festl, R. (2021). Social media literacy & adolescent social online behavior in Germany. *Journal of Children and Media*, 15(2), 249-271.
- Gold, A., Larson, M., Tucker, J., & Strang, M. (2017). Classroom nutrition education combined with fruit and vegetable taste testing improves children's dietary intake. *Journal of School Health*, 87(2), 106-113.

- Hodge, A. M., Bassett, J. K., Milne, R. L., English, D. R., & Giles, G. G. (2018). Consumption of sugar-sweetened and artificially sweetened soft drinks and risk of obesity-related cancers. *Public health nutrition, 21*(9), 1618-1626.
- Jones, K., Eathington, P., Baldwin, K., & Sipsma, H. (2014). The impact of health education transmitted via social media or text messaging on adolescent and young adult risky sexual behavior: a systematic review of the literature. *Sexually transmitted diseases, 41*(7), 413-419.
- Lavelle, H. V., Mackay, D. F., & Pell, J. P. (2012). Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to reduce body mass index. *Journal of Public Health, 34*(3), 360-369.
- MacDonald, I. A. (2016). A review of recent evidence relating to sugars, insulin resistance and diabetes. *European journal of nutrition, 55*(2), 17-23.
- Phulkerd, S., Thongcharoenchupong, N., Chamrathirong, A., Soottipong Gray, R., & Prasertsom, P. (2020). Changes in Population-Level Consumption of Taxed and Non-Taxed Sugar-Sweetened Beverages (SSB) after Implementation of SSB Excise Tax in Thailand: A Prospective Cohort Study. *Nutrients, 12*(11), 3294.
- Savona, N. J. (2018). Government must take action on industry to improve public health. *Bmj, 360*.
- Silva, D. A. S., Chaput, J.-P., Katzmarzyk, P. T., Fogelholm, M., Hu, G., Maher, C., . . . Standage, M. (2018). Physical education classes, physical activity, and sedentary behavior in children. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 50*(5), 995-1004.
- Stanhope, K. L. (2016). Sugar consumption, metabolic disease and obesity: The state of the controversy. *Critical reviews in clinical laboratory sciences, 53*(1), 52-67.
- World Health, O. (2014). *Global status report on noncommunicable diseases 2014*: World Health Organization.

# HKI

**REPUBLIK INDONESIA**  
**KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA**

**SURAT PENCATATAN**  
**CIPTAAN**

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00302209634, 8 Februari 2022

**Pencipta**

Nama : **Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc., Imawati Eka Putri, S.Gz., M.Si dkk**

Alamat : **VIRETA II Blok FH 2 No.29, Desa Gelam Jaya, Pasar Kemis, Tangerang, BANTEN, 15562**

Kewarganegaraan : **Indonesia**

**Pemegang Hak Cipta**

Nama : **Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc., Imawati Eka Putri, S.Gz., M.Si dkk**

Alamat : **VIRETA II Blok FH 2 No.29, Desa Gelam Jaya, Pasar Kemis, Tangerang, BANTEN, 15562**

Kewarganegaraan : **Indonesia**

Jenis Ciptaan : **Karya Rekaman Video**

Judul Ciptaan : **Cermat Membaca Label Cerdik Menghitung Gula**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : **22 Desember 2021, di SMA Muhammadiyah 11 Jakarta**

Jangka waktu perlindungan : **Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.**

Nomor pencatatan : **000224938**

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.  
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak Cipta ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

s.a Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia  
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual  
i.k.  
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Dr. Syarifuddin, S.T., M.H.  
NIP.197112182002121001



Disclaimer:  
Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

## Press release media massa dan youtube

Link <https://www.koranmu.com/2021/12/fikes-uhamka-kampanyekan-edukasi-i-help.html>

## Youtube

[https://www.youtube.com/watch?v=nwN\\_1QIG7Mk&t=1s](https://www.youtube.com/watch?v=nwN_1QIG7Mk&t=1s)

<https://www.youtube.com/watch?v=XbhkjD-0Fpk>

Headline

# FIKES UHAMKA Kampanyekan Edukasi I HELP : Cara Membaca Label Pangan dan Konsumsi Gula



Media Kampanye edukasi I-Help

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UHAMKA bekerjasama dengan LPPM UHAMKA, PWM DKI Jakarta, SEAMEO RECFON, dan SMA Muhammadiyah 11 Jakarta menyelenggarakan rangkaian acara pengabdian masyarakat berupa kampanye edukasi I-Help dan cara membaca label pangan dan konsumsi gula yang dimulai sejak Sabtu Tanggal 19 Desember 2021 melalui media Sosial Instagram



Info Beasiswa: 061513001400

mgid ▶



Bagaimana Rumor Mbak You Palsukan Kematianmu Mulai Beredar?

Limelight Media



## Surat Mitra



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
PIMPINAN WILAYAH MUHAMMADIYAH DKI JAKARTA**  
Sekretariat : Jalan Kramat Raya Nomor 49 Jakarta Pusat  
No. Telp./Fax 3909824,3912842. Email : dikdasmen.pwmdki@gmail.com

### SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

1. Nama : Drs. H. Diding Zainuddin, MM
2. Jabatan : Ketua
3. Nama IRT/Kelompok : Dikdasmen PWM DKI
4. Bidang Usaha : Pendidikan
5. Alamat : Jalan Kramat Raya Nomor 49 Jakarta Pusat  
No. Telp./Fax 3909824  
Email : dikdasmen.pwmdki@gmail.com

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan Program PKM, guna menerapkan IPTEK dengan tujuan mengembangkan produk/jasa atau target sosial lainnya, dengan :

Nama Ketua Tim Pengusul : Imas Arumsari, S.Gz., M.Sc  
NIDN : 13039202  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara Usaha Kecil/Menengah atau Kelompok dan Pelaksanaan Kegiatan Program tidak dapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

27 Safar 1443 H  
04 Oktober 2021 M



Yang membuat pernyataan

Drs. H. Diding Zainuddin, MM