

Peningkatan literasi gizi siswa SMP melalui media interaktif canva dalam pembelajaran PJOK

Muhammad Rexi Sharma^{*1ABCO}, Mochamad Ridwan^{2BCN}

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Surabaya

²Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Surabaya

*Corresponding author: muhhammadrexii.23118@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Latar Belakang Masalah: Kurangnya kesadaran dan pemahaman pada remaja dalam hal literasi gizi, khususnya dalam hal memahami label makanan yang tertera pada produk makanan menjadi permasalahan yang terjadi saat ini. Rendahnya kemampuan memahami label gizi dapat menyebabkan pemilihan makanan yang tidak sehat dan berdampak pada risiko penyakit degeneratif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas penggunaan media pembelajaran interaktif Canva terhadap peningkatan pemahaman label makanan pada siswa Sekolah Menengah Pertama. Pendekatan kuantitatif dipilih pada penelitian ini, dengan menggunakan desain pre-experimental one group *pretest posttest*, yang melibatkan 62 siswa pada jenjang kelas VIII di salah satu SMP Negeri yang ada di Kabupaten Sidoarjo. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner Newest Vital Sign (NVS) yang terdiri dari enam pertanyaan untuk mengukur kemampuan literasi gizi siswa. Uji Wilcoxon digunakan dengan bantuan program IBM SPSS 25 untuk menganalisis data yang diperoleh selama penelitian.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor yang signifikan pada kemampuan literasi gizi siswa, nilai *pretest* (2,31) setelah diberikan perlakuan menggunakan media Canva selama empat pertemuan, nilai *posttest* meningkat menjadi (4,98). Media pembelajaran Canva terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami label makanan melalui penyajian visual dan fitur yang interaktif. **Kesimpulan:** Kesimpulan pada penelitian ini menyatakan media pembelajaran Canva mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap peningkatan kemampuan literasi gizi siswa, khususnya dalam hal memahami label makanan yang tertera pada produk kemasan.

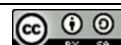
Kata Kunci: literasi gizi, label makanan, Canva, media pembelajaran, remaja, NVS

Abstract

Research Problems: The lack of awareness and understanding of nutritional literacy among adolescents, especially in understanding food labels printed on food products, is a current problem. Poor ability to understand food labels can influence someone to choose unhealthy diet, which will increase the risk of degenerative disease. This study wants to find out how using Canva interactive learning media can improve high school students' understanding of food labels. **Methods:** A quantitative approach was chosen for this study, using a pre-experimental one-group *pretest-posttest* design, involving 62 eighth-grade students at a state junior high school in Sidoarjo Regency. This research instrument used the Newest Vital Sign (NVS) questionnaire consisting of six questions to measure students' nutritional literacy skills. The data were examined using the Wilcoxon test through the IBM SPSS 25 software. **Results:** The results of the study showed a significant increase in scores in students' nutritional literacy skills, *pretest* (2,31) after being given treatment using Canva media for four meetings, *posttest* scores increased to (4.98). Canva learning media has been proven effective in improving students' ability to understand food labels through visual presentation and interactive features. **Conclusion:** In conclusion, using Canva learning media helps students' improving their nutritional literacy, especially in terms of understanding food labels printed on packaged products.

Keywords: : nutrition literacy, food labels, Canva, instructional media, adolescent, NVS

Copyright © 2025 Author(s)



Received: 30 11 2025

Revised: 12 12 2025

Accepted: 31 12 2025

Authors' Contribution: A – Conceptualization; B – Methodology; C – Software; D – Validation; E - Formal analysis; F – Investigation; G – Resources; H - Data Curation; I - Writing - Original Draft; J - Writing - Review & Editing; K – Visualization; L – Supervision; M - Project administration; N - Funding acquisition

PENDAHULUAN

Kurangnya kesadaran dan pemahaman literasi gizi tentang memahami label makanan yang tertera dalam produk makanan menjadi permasalahan yang paling sering terjadi di remaja saat ini, hal tersebut akan mengakibatkan penyakit degeneratif (Akhfa, 2021; Aprianti et al., 2023; Masrikhiyah, 2025). Literasi gizi merupakan kemampuan individu dalam menerima, memahami, dan mengartikan informasi gizi yang akan diterapkan dalam pengambilan keputusan tentang masalah gizi (Hirda et al., 2023). Dalam konteks pendidikan, salah satu kompetensi yang diajarkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) adalah literasi gizi, khususnya tentang kesehatan, yang menekankan pentingnya pola hidup sehat, keseimbangan gizi, dan kemampuan untuk membuat keputusan tentang makanan. PJOK tidak hanya berfokus pada aktivitas fisik, tetapi juga berperan sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pemahaman peserta didik mengenai makanan yang tepat guna mendukung pertumbuhan, kebugaran, dan performa belajar (Siddik et al., 2024). Gizi pada remaja adalah aspek penting dalam perbaikan masalah gizi di masyarakat. Fase remaja adalah fase yang krusial untuk masa perkembangan dan juga fase beralihnya anak-anak ke dewasa (Pfledderer et al., 2024; Putri & Mangalik, 2022). Dalam fase ini, akan ada berbagai perubahan fisik seperti, kematangan organ reproduksi dan pertumbuhan badan, hingga berkembangnya dalam hal sosial dan kepribadian (Al Hakim, 2024; Izah et al., 2023). Oleh karena itu, diperlukan intervensi gizi untuk mengatasinya. Langkah yang dapat diambil untuk memilih produk makanan yang sehat adalah dengan meningkatkan kemampuan memahami label makanan yang tertera di kemasan produk tersebut (Temple, 2020).

Kemampuan untuk membaca label makanan adalah bagian penting dari meningkatkan literasi gizi karena kemampuan ini dapat membantu seseorang memahami apa yang terkandung dalam makanan dan bagaimana dampaknya terhadap kesehatan mereka. (Setyaningrum et al., 2025). Pemahaman yang mendalam tentang gizi akan memengaruhi perilaku seseorang dalam menentukan makanan yang tidak sesuai dengan anjuran gizi yang diperlukan (Kusumawardani et al., 2022; Permatasari et al., 2022; Safitri & Rahayu, 2018). Sebaliknya, apabila seseorang belum memiliki pengetahuan tentang gizi yang cukup baik, maka akan memiliki kecenderungan memilih pola makan tidak sehat, sehingga dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan khususnya pada remaja, hal ini menjadi salah satu faktor penentu yang akan memengaruhi status gizi seseorang (Lestari & Iswahyudi, 2024). Status gizi seseorang adalah keseimbangan antara asupan gizi yang diterima dengan gizi yang dibutuhkan oleh seseorang (Fernández-Lázaro & Seco-Calvo, 2023). Berdasarkan uraian tersebut, peningkatan pemahaman tentang gizi adalah hal yang penting untuk dilakukan. Upaya peningkatan

pemahaman tentang gizi dapat dilakukan dengan berbagai metode, termasuk dengan edukasi dalam kelas dengan media pembelajaran yang interaktif.

Penelitian terdahulu terkait pemahaman remaja dalam hal literasi gizi masih belum menunjukkan adanya media Canva yang interaktif. Selain itu, usia yang diteliti pada penelitian sebelumnya berkisar pada usia 15-18 tahun atau pada kalangan Sekolah Menengah Atas (SMA). Berdasarkan hal tersebut, masih belum ada penelitian yang meneliti dengan pembahasan yang sama untuk kelompok usia dibawahnya atau pada kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Menanggapi hal tersebut, perlu dilakukan penelitian yang mengkaji pemanfaatan media pembelajaran yang menggunakan Canva yang interaktif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang label makanan (Dewi et al., 2023; Illavina & Kusumaningati, 2022; Setianingsih & Zhafira, 2024).

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang memaparkan materi menggunakan media *powerpoint*, media canva menawarkan fitur-fitur yang lebih menarik dan interaktif. Canva adalah aplikasi yang digunakan untuk membuat ilustrasi maupun desain berbasis online yang sangat populer, karena menyediakan berbagai pilihan desain ilustrasi (Nugraha et al., 2023). Melalui media ini, beberapa media pembelajaran lain seperti poster hingga video dapat digabung, sehingga akan menjadi lebih variatif. Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media pembelajaran interaktif Canva dalam meningkatkan literasi gizi remaja, terutama dalam kemampuan membaca dan memahami label makanan pada kemasan produk.

METODE

Pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experiment one group pretest posttest* dipilih pada penelitian ini, dimana penelitian ini hanya melibatkan satu kelompok saja yang akan diuji dengan *pretest* sebelum diberikan perlakuan (*treatment*), kemudian hasilnya akan diuji ulang dengan *posttest*. Pemberian materi tentang literasi gizi mengenai label makanan yang menggunakan media pembelajaran interaktif Canva sebanyak empat pertemuan adalah bentuk perlakuan yang digunakan pada penelitian ini. Berlokasi di Kabupaten Sidoarjo, penelitian ini dilakukan di salah satu SMP Negeri di daerah tersebut. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas 8 SMP Negeri di Kabupaten Sidoarjo. Pemilihan sampel menggunakan *cluster random sampling* sebanyak dua kelas dengan jumlah 62 siswa. Pengumpulan data tingkat literasi gizi menggunakan kuesioner (*Newest Vital Sign*) NVS. Kuesioner ini terdiri dari 6 pertanyaan, dan nilainya ditentukan berdasarkan jawaban yang benar. Skor 0–1 mengindikasikan kemungkinan sangat keterbatasan literasi; skor 2–3 menunjukkan

kemungkinan adanya keterbatasan literasi, dan skor 4–6 hampir selalu mengacu pada literasi yang memadai (Pintér et al., 2025). Kuesioner ini diadopsi dari (Sopamena et al., 2020) yang sudah diubah dengan menggunakan Bahasa Indonesia, hasil uji korelasi NVS dengan domain fungsional dari HLS-EU-Q16 menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan ($r=0,11$, $p=0,04$), dan hasil Cronbach Alpha adalah 0,59. Hal tersebut membuktikan bahwa NVS memiliki nilai validitas yang baik untuk mengukur tingkat fungsional literasi gizi.

Sebelum melakukan penelitian, penulis mengajukan surat izin penelitian kepada pihak sekolah yang akan diambil datanya dan berkoordinasi dengan guru PJOK untuk menentukan hari pengisian angket dan eksperimen. Penelitian ini menggunakan analisis uji non-parametrik dikarenakan distribusi data yang tidak normal. Hal tersebut dapat dijelaskan karena pola atau trend jawaban responden yang cenderung berkumpul, sehingga persebaran data tidak berdistribusi normal. Hasil perolehan data dari penelitian ini akan diolah menggunakan aplikasi IBM SPSS 25 dengan menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui seberapa besar pengaruh sebelum adanya perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan media pembelajaran Canva dengan literasi gizi pada siswa SMP.

HASIL

Hasil dari penelitian ini menunjukkan data hasil dari efektivitas media pembelajaran terhadap tingkat pemahaman atau hasil belajar siswa mengenai literasi gizi tentang label makanan. Data tersebut diperoleh melalui kuesioner yang terdiri dari enam soal yang berfokus pada functional nutritional literacy atau literasi gizi fungsional.

Tabel 1. Analisis deskriptif

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Mean	2,31	4,98
Median	2	5
Minimum	0	3
Maksimum	4	6
Std. Deviasi	1,236	0,949

Tabel 1. menyajikan data yang diperoleh selama *pretest* dan *posttest*. Selama *pretest* diperoleh hasil nilai mean (rata-rata) 2,31, nilai median 2, nilai minimum 0, nilai maksimum 4, dan nilai standar deviasi 1,236. Sedangkan nilai *posttest* yang diperoleh setelah dilakukan perlakuan menggunakan media Canva, mendapatkan hasil nilai rata rata yang meningkat, yaitu 4,98, dengan nilai median 5, nilai minimum 3, nilai maksimum 6, dan nilai standar deviasi 0,949. Dengan adanya peningkatan pada hasil nilai rata-rata *posttest* menunjukkan bahwa adanya pengaruh pada penggunaan media pembelajaran Canva.

Tabel 2. Hasil uji normalitas

	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,000	Tidak normal
<i>Posttest</i>	0,000	Tidak normal

Tabel 2. menyajikan hasil uji normalitas yang bernilai $0,000 < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal. Hal tersebut dikarenakan batas maksimum dan minimum data termasuk kecil, yaitu dari nilai 1-6. Oleh karena itu, langkah selanjutnya adalah adalah menggunakan uji hipotesis *non-parametric*, yaitu uji Wilcoxon untuk mengetahui pengaruh dalam satu variabel yang sama setelah diberikan perlakuan.

Tabel 3. Hasil uji Wicoxon

PRETEST POSTTES	
Z	-6,414 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Tabel 3. menyajikan hasil analisis uji Wilcoxon, diperoleh nilai $Z = -6,414$ dan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000. Dari hasil tersebut dapat diartikan nilai signifikan $< 0,05$, maka dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan atau pengaruh yang signifikan antara nilai *pretest* dengan nilai *posttest*. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan tingkat pemahaman siswa mengenai literasi gizi khususnya label makanan setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan media pembelajaran Canva.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah media pebelajaran Canva dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai literasi gizi tentang label makanan. Hasil dari penelitian ini didapatkan melalui pemberian perlakuan menggunakan media pembelajaran Canva, diperoleh hasil nilai rata-rata *pretest* 2,31 dan terjadi peningkatan nilai rata-rata setelah dilakukan perlakuan, pada hasil *posttest* nilai rata-rata menjadi 4,98. Peingkatan tersebut menunjukkan bahwa siswa tidak hanya meningkat secara pengetahuan umum saja, tetapi juga mengalami peningkatan dalam kemampuan fungsional literasi gizi yang meliputi, kemampuan membaca, memahami, dan menafsirkan informasi gizi yang terdapat pada kemasan makanan. Hal tersebut menunjukkan bahwa intervensi pembelajaran berbasis media digital mampu meningkatkan kemampuan literasi gizi siswa (Azevedo et al., 2019; Kulandaivelu et al., 2023).

Kemampuan yang dimiliki individu untuk memperoleh, memahami, dan menggunakan informasi tentang nutrisi dalam membuat pilihan makanan yang sehat dikenal sebagai literasi gizi. (Silva, 2023). Dalam penelitian ini, peningkatan literasi gizi ditunjukkan melalui kemampuan siswa dalam memahami kandungan gizi dalam kemasan makanan, seperti kandungan energi, takaran saji, zat makro, dan komposisi makanan. Hasil tersebut juga sependapat dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Addison-Akotoye et al., 2024; Alpat Yavaş et al., 2024) yang menyatakan bahwa literasi gizi yang baik akan meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan terkait konsumsi makanan secara lebih sehat. Siswa yang sebelumnya hanya melihat kemasan makanan dari segi rasa dan tampilan, setelah diberikan pembelajaran berbasis Canva, mulai mempertimbangkan aspek kandungan gizi dan dampaknya bagi tubuh.

Peningkatan tersebut dapat dijelaskan melalui karakteristik media Canva yang interaktif, visual, dan mudah dipahami (Novita Sari Hutapea et al., 2024). Media ini mampu menampilkan informasi yang kompleks, seperti tabel gizi atau komposisi makanan, dalam bentuk yang menarik secara visual melalui infografis, warna, dan ilustrasi. Tampilan yang menarik secara visual dapat mempermudah siswa dalam memahami pesan yang disampaikan, terutama bagi kelompok usia remaja yang cenderung memiliki gaya belajar visual dan membutuhkan stimulasi visual untuk mempertahankan perhatian belajar (Wahidin, 2025).

Selain itu, hasil penelitian dari (Dewi et al., 2023; Dini et al., 2025; Setianingsih & Zhafira, 2024) menunjukkan hal yang sama, bahwa media pembelajaran digital interaktif mampu meningkatkan pemahaman dan motivasi pada siswa dalam topik yang berhubungan dengan kesehatan dan gizi. Perbedaan signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa Canva berperan sebagai media pembelajaran yang mampu menyederhanakan materi. Siswa dapat lebih mudah memahami label gizi, seperti informasi energi total, kadar lemak, protein, karbohidrat, serta mengenali arti simbol dan klaim pada kemasan makanan.

Implementasi literasi gizi dalam pembelajaran PJOK melalui media Canva juga terbukti relevan karena PJOK tidak hanya menekankan kebugaran jasmani, tetapi juga kesehatan secara menyeluruh, termasuk keseimbangan gizi (Ihsan et al., 2025). Pembelajaran yang mengintegrasikan aktivitas fisik dengan edukasi gizi akan membentuk pemahaman yang lebih utuh bagi siswa bahwa kesehatan tidak hanya ditentukan oleh olahraga, tetapi juga oleh pola makan yang tepat. Dengan meningkatnya literasi gizi, siswa diharapkan mampu mengaplikasikan prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari untuk mendukung pertumbuhan, kebugaran, dan prestasi akademik mereka.

Dari pembahasan diatas, hasil penelitian ini menegaskan bahwa literasi gizi dapat ditingkatkan secara efektif melalui pembelajaran PJOK yang memanfaatkan media pembelajaran interaktif seperti Canva. Media ini tidak hanya berguna untuk memberikan informasi, tetapi juga membantu siswa memahami secara kritis apa yang mereka konsumsi. Peningkatan literasi gizi sejak usia SMP menjadi langkah strategis dalam membentuk generasi yang lebih sadar gizi, mampu mengambil keputusan konsumsi yang sehat, serta memiliki kualitas kesehatan yang lebih baik di masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dan data yang dianalisis pada penelitian ini, disimpulkan bahwa pembelajaran menggunakan media pembelajaran Canva mampu meningkatkan literasi gizi pada siswa sekolah menengah pertama, khususnya dalam kemampuan memahami label makanan pada kemasan produk. Peningkatan nilai rata-rata literasi gizi pada hasil *pretest* dan *posttest* merupakan bukti adanya pengaruh yang signifikan setelah diberikan perlakuan menggunakan media pembelajaran Canva. Meski penelitian ini memiliki peningkatan pada nilai rata-ratanya, penelitian ini masih menggunakan desain *pre-experiment one group pretest posttest* tanpa menggunakan kelompok kontrol sebagai pembandingnya. Pada penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan desain quasi experiment, dan menggunakan lebih dari satu kuesioner untuk mengukur dimensi lain dari literasi gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Addison-Akotoye, E., Adongo, C. A., Amenumey, E. K., & Amuquandoh, F. E. (2024). Nutrition literacy and decision confidence among nutrition gatekeepers of restaurants. *Food and Humanity*, 3(November 2023), 100337. <https://doi.org/10.1016/j.foohum.2024.100337>
- Akhfa, A. N. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, dan Tingkat Pemahaman dengan Perilaku Membaca Label Gizi. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 6(1), 52–62. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i1.6196>
- Al Hakim, E. (2024). Hubungan Kebiasaan Membaca Label Gizi Dengan Gizi Lebih Di Sman 5 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 7243–7251.
- Alpat Yavaş, İ., Guney-Coskun, M., Saleki, N., Sezer Karataş, F. E., & Keskin, E. (2024). Nutrition literacy and its relationship with diet quality and quality of life among white-collar employees: a study from Türkiye. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-21078-4>
- Aprianti, A., Mubarokah, K., Yuanarti, M. G. C., & Rahma, N. S. (2023). Nutrition Fact Literacy in Productive Age Communities in Semarang City, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 7(3), 406–412. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.406-412>
- Azevedo, J., Padrão, P., Gregório, M. J., Almeida, C., Moutinho, N., Lien, N., & Barros, R. (2019). A Web-Based Gamification Program to Improve Nutrition Literacy in Families of 3- to 5-Year-Old Children: The Nutriscience Project. *Journal of Nutrition Education*

- and Behavior, 51(3), 326–334. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.10.008>
- 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.v4i1.225>
- Dini, D. R., Oktavini, D., & Silitonga, T. U. W. (2025). Peningkatan Pemahaman Siswa tentang Pola Menu Makanan Sehat di Sekolah Menengah Atas melalui Media Visual Canva. Senologi, 1(1), 83–89.
- Fernández-Lázaro, D., & Seco-Calvo, J. (2023). Nutrition, Nutritional Status and Functionality. Nutrients, 15(8), 2–4. <https://doi.org/10.3390/nu15081944>
- Hirda, D. A., Rakhma, L. R., & Widyaningsih, E. N. (2023). Perbedaan Tingkat Literasi Gizi dan Status Gizi Antara Mahasiswa Gizi dan Mahasiswa Non Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Health Information: Jurnal Penelitian, 15(2), 1–1. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1248/1187>
- Ihsan, A., Fadlih, A. M., Hasyim, M. Q., & Amirzan, A. (2025). The Interplay Between Physical Fitness, Nutritional Status, and Academic Performance in Physical Education: A Systematic Review. Physical Education Theory and Methodology, 25(4), 1010–1023. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.4.31>
- 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. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.27-35>
- Izah, N., Muliani, R. H., Rakhimah, F., Handayani, S., Desi, N. M., & Zumaro, E. M. (2023). Pengabdian Kepada Masyarakat Peningkatan Pengetahuan Gizi Remaja Dalam Upaya Cegah Anemia Pada Remaja Putri. Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA), 3(1), 39–45. <https://doi.org/10.52943/ji-somba.v3i1.1527>
- Kulandaivelu, Y., Hamilton, J., Banerjee, A., Gruzd, A., Patel, B., & Stinson, J. (2023). Social Media Interventions for Nutrition Education Among Adolescents: Scoping Review. JMIR Pediatrics and Parenting, 6. <https://doi.org/10.2196/36132>
- Kusumawardani, H., Rakhma, L. R., Laili, N. A., Putri, A. M., Anggraini, D., Rosida, S. M., Mastura, K., Fadilla, R. R., & Salsabila, C. A. A. (2022). Peningkatan Pengetahuan Remaja Mengenai Pemenuhan Gizi Seimbang Melalui Isi Piringku Di MAN 1 Surakarta. Jurnal Abdi Insani, 9(3), 1200–1208. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v9i3.700>
- Lestari, W. A., & Iswahyudi, I. (2024). Upaya Pencegahan Obesitas Remaja Melalui Pendampingan dan Edukasi Label Gizi Serta Penerapan Kunci Jajan Sehat Bergizi. JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat), 8(1), 177. <https://doi.org/10.30595/jppm.v8i1.14483>
- Masrikhiyah, R. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Gizi Makro Anak Sekolah Dasar. Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan, 15(1), 51–58. <https://doi.org/10.52643/jbik.v15i1.4864>
- Novita Sari Hutapea, Zefanya Putra Julu Manullang, & Rita Hartati. (2024). Enhancing Student Engagement and Academic Performance Through Digital Literacy : A Transformative Approach in Canva Application. Fonologi : Jurnal Ilmuan Bahasa Dan Sastra Inggris, 2(4), 154–170. <https://doi.org/10.61132/fonologi.v2i4.1227>

- Nugraha, B., Subiyantoro, S., & Purwitasari, K. (2023). Meningkatkan Pemahaman Siswa pada Materi Penyajian Data Mata Pelajaran Matematika Melalui Penggunaan Media Interaktif Canva. *Edudikara: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 8(4), 166–177. <https://doi.org/10.32585/edudikara.v8i4.360>
- Permatasari, O., Damayanti, A., Sogen, M. D. P., Lukmawati, D., & Tesalonika, S. (2022). Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang Sebagai Pedoman Hidup Sehat Pada Anak Sekolah. *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 534–539. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v3i2.1908>
- Pfledderer, C. D., Ranjit, N., Pérez, A., Malkani, R. I., Ferreira De Moraes, A. C., Hunt, E. T., Smith, C. L., & Hoelscher, D. M. (2024). Using the Nutrition Facts Label to Make Food Choices Is Associated with Healthier Eating among 8th and 11th-Grade Students: An Analysis of Statewide Representative Data from the 2019–2020 Texas School Physical Activity and Nutrition Survey. *Nutrients*, 16(2), 1–15. <https://doi.org/10.3390/nu16020311>
- Pintér, H. K., Nagy, V. A., Csobod, É. C., Cseh, Á., Béres, N. J., Prehoda, B., Dezsőfi-Gottl, A., Veres, D. S., & Pálfi, E. (2025). Health Literacy and Nutrition of Adolescent Patients with Inflammatory Bowel Disease. *Nutrients*, 17(15), 2458. <https://doi.org/10.3390/nu17152458>
- Putri, M. P., & Mangalik, G. (2022). Asupan protein, zat besi dan status gizi pada remaja putri. 11(November 2021), 6–17. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.31645>
- Safitri, D. E., & Rahayu, N. S. (2018). Pengaruh edukasi literasi label pangan terhadap pengetahuan siswa sekolah menengah pertama. *Arsip Gizi Dan Pangan*, 3(2), 91–95.
- Setianingsih, I. S., & Zhafira, I. N. (2024). Edukasi Mencermati Label Makanan Kemasan Pada Siswa Sman 2 Banguntapan. *Community Development Journal*, 5(1), 1625–1629. <https://doi.org/10.31004/cdj.v5i1.23280>
- Setyaningrum, Y. I., Amaliyah, R., & Maulidiyah, S. L. (2025). Hubungan Literasi Gizi , Perilaku Jajan , dan Kecukupan Gizi dengan Status Gizi Association of Nutrition Literacy , Snacking Behavior , and Nutrient Intake with Nutritional Status. 1, 94–102.
- Siddik, F., Parista, I., Harahap, W. S., Azzahra, M. F., & Aprilia, I. (2024). Upaya Meningkatkan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Sehat serta Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar melalui Program Edukasi PJOK. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 3(2), 393–396. <https://doi.org/10.47233/jpst.v3i2.1765>
- Silva, P. (2023). Food and Nutrition Literacy: Exploring the Divide between Research and Practice. *Foods*, 12(14), 1–18. <https://doi.org/10.3390/foods12142751>
- Sopamena, Y., Pongtambing, Y. S., Andriani, W. O. A. S., Fitriani, Y., & Anshari, D. (2020). Adaptasi Alat Ukur Literasi Gizi Pada Mahasiswa Angkatan Pertama Program Sarjana di Universitas Pattimura, Maluku. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(2), 83–92.
- Temple, N. J. (2020). Front-of-package food labels: A narrative review. *Appetite*, 144, 104485. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104485>
- Wahidin. (2025). Pengembangan Media Pembelajaran Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Siswa. *Jurnal Ilmiah Edukatif*, 11(01), 285–295.