



Manis Belum Tentu Aman: Edukasi Pemanis Buatan pada Minuman Kemasan bagi Siswa SMP IT Citra Ummat Kota Tidore Kepulauan

Not All Sweetness Is Safe: Education on Artificial Sweeteners in Packaged Beverages for Students at SMP IT Citra Ummat, Tidore Islands City

Muhammad Subhan A. Sibadu^{1*}, Muthmainnah², Muh Danial Fajri³,
Amalia S.J Kahar⁴, Nur Naila⁵, Dilla Putri Hi. Rajab⁶, Humaira Salsabila⁷,
Muhammad Fauzy Andi Mattara⁸

^{1,2,3,8}Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Indonesia

^{4,7}Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Indonesia

⁵⁻⁶Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Indonesia

*Penulis Korespondensi: muhammadsubhan@unkhair.ac.id

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 11 Juni 2026;

Revisi: 10 Juli 2026;

Diterima: 11 Agustus 2026;

Terbit: 21 Agustus 2026

Keywords: Artificial Sweeteners;
Community Service; Health
Education; School; Students.

Abstract: The consumption of sugar-sweetened packaged beverages among adolescents continues to increase along with changes in lifestyle and dietary patterns. Limited knowledge regarding artificial sweeteners, recommended intake limits, and the potential health risks of excessive consumption may contribute to unhealthy beverage choices. This community service program aimed to improve students' knowledge of artificial sweeteners in packaged beverages through health education at SMP IT Citra Ummat, Tidore Islands City. The program involved 67 seventh- and eighth-grade students and was implemented through interactive lectures, discussions, question-and-answer sessions, supported by PowerPoint presentations, educational banners, and leaflets. Knowledge was assessed using pre-test and post-test questionnaires, and the data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that 33 students (49.3%) experienced increased knowledge scores, 23 students (34.3%) showed no change, and 11 students (16.4%) had decreased scores. Statistical analysis demonstrated a significant difference between pre-test and post-test scores ($Z = -3.500$; $p = 0.000$), indicating that the educational intervention effectively improved students' knowledge regarding artificial sweeteners in packaged beverages. The program also enhanced students' awareness of the importance of reading nutrition facts and ingredient labels before purchasing packaged beverages. Health education can therefore serve as an effective promotive strategy to improve food safety literacy among adolescents.

Abstrak

Konsumsi minuman kemasan berpemanis di kalangan remaja terus meningkat seiring perubahan pola konsumsi masyarakat. Rendahnya pengetahuan mengenai jenis pemanis buatan, batas konsumsi yang aman, serta potensi dampak kesehatan akibat konsumsi berlebihan dapat meningkatkan risiko perilaku konsumsi yang kurang sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan menambah pengetahuan siswa tentang pemanis buatan yang terdapat pada minuman kemasan melalui edukasi kesehatan di SMP IT Citra Ummat Kota Tidore Kepulauan. Kegiatan diikuti oleh 67 siswa kelas VII dan VIII dengan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta pemanfaatan media *PowerPoint*, banner, dan leaflet edukasi. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test, kemudian dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebanyak 33 siswa (49,3%) mengalami peningkatan skor pengetahuan, 23 siswa (34,3%) memperoleh skor yang tetap, dan 11 siswa (16,4%) mengalami penurunan skor. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test ($Z = -3,500$; $p = 0,000$), yang menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya membaca informasi nilai gizi dan daftar komposisi sebelum memilih minuman kemasan. Edukasi kesehatan dapat menjadi strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan literasi keamanan pangan pada remaja.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan; Pengabdian Masyarakat; Pemanis Buatan; Sekolah; Siswa.

1. PENDAHULUAN

Perubahan gaya hidup dan pola konsumsi masyarakat telah meningkatkan konsumsi makanan dan minuman kemasan, terutama pada kalangan remaja. Kemudahan akses, harga yang terjangkau, variasi rasa, serta promosi yang menarik menjadikan minuman berpemanis sebagai salah satu pilihan konsumsi sehari-hari. Secara global, sebanyak 67,7% remaja usia 12–17 tahun di Amerika Serikat mengonsumsi minuman berpemanis secara rutin, dengan 33,9% mengonsumsinya 1–2 kali per hari dan 33,5% mengonsumsi ≥ 2 kali per hari (Haughton et al., 2018). Di Indonesia, Riskesdas 2018 melaporkan bahwa 56,4% remaja usia 15–19 tahun mengonsumsi minuman yang mengandung pemanis sedikitnya satu kali setiap hari (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Tingginya prevalensi tersebut menunjukkan bahwa konsumsi minuman berpemanis telah menjadi kebiasaan di kalangan remaja sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran terhadap dampaknya bagi kesehatan.

Rasa manis pada makanan dan minuman umumnya berasal dari penambahan pemanis sebagai salah satu bahan tambahan pangan (*food additive*). Berdasarkan sumbernya, pemanis dibedakan menjadi pemanis alami dan pemanis buatan (Elsherif et al., 2023). Pemanis buatan banyak digunakan dalam industri pangan karena memiliki tingkat kemanisan yang lebih tinggi dibandingkan pemanis alami, sehingga dapat digunakan dalam jumlah sedikit dan menghasilkan produk rendah kalori atau tanpa kalori (Maartyn et al., 2018). Penggunaannya, seperti aspartam, sakarin, siklamat, asesulfam-K, sukralosa, dan neotam, telah diatur oleh BPOM berdasarkan batas konsumsi harian yang dapat diterima (*Acceptable Daily Intake/ADI*) sehingga aman apabila digunakan sesuai ketentuan.

Berdasarkan hasil Analisis Cemaran Kimia Makanan (ACKM) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2015, minuman yang umumnya banyak mengandung pemanis buatan meliputi teh siap saji, minuman cokelat, jus buah cair, dan jus buah instan, yang merupakan produk yang sering dikonsumsi oleh remaja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Meskipun penggunaannya dinyatakan aman sesuai batas yang ditetapkan, konsumsi pemanis buatan secara terus-menerus dan dalam jangka panjang berisiko meningkatkan kejadian obesitas, diabetes melitus tipe 2, penyakit kardiovaskular, gangguan metabolisme, hingga kanker (Anastasya et al., 2024). Remaja juga merupakan kelompok yang lebih rentan terhadap dampak tersebut karena masih berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan, sehingga paparan zat aditif berlebih dapat memengaruhi fungsi neurologis dan perkembangan kognitif (Jamil et al., 2017). Selain itu, tingginya konsumsi minuman berpemanis pada remaja dikaitkan dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental, seperti stres, gejala depresi,

dan gangguan pola tidur, terutama apabila disertai pola makan yang kurang sehat (Anastasya et al., 2024; Ra, 2022).

SMP IT Citra Ummat Kota Tidore Kepulauan dipilih sebagai mitra pengabdian berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa siswa memiliki kebiasaan mengonsumsi berbagai jenis minuman kemasan yang mudah diperoleh di lingkungan sekolah maupun tempat tinggal. Namun, sebagian besar siswa belum memahami jenis pemanis yang terkandung dalam minuman tersebut, dampak konsumsi pemanis buatan secara berlebihan, maupun pentingnya membaca informasi nilai gizi dan daftar komposisi sebelum membeli produk. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa mengenai keamanan pangan, khususnya terkait pemanis buatan dalam minuman kemasan, masih perlu ditingkatkan.

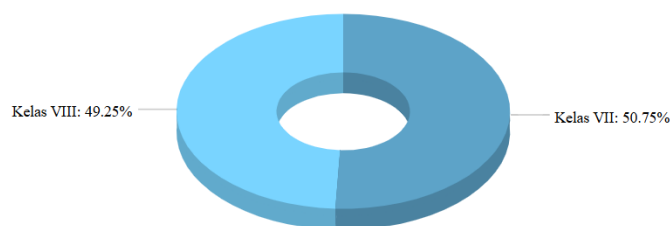
Pengetahuan merupakan salah satu aspek yang sangat memengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam mengambil keputusan, termasuk dalam memilih pangan yang aman. Pengetahuan yang baik mengenai jenis, fungsi, batas konsumsi yang aman, serta potensi dampak kesehatan akibat konsumsi pemanis buatan dapat mendorong individu untuk menerapkan perilaku konsumsi yang lebih bijak. Hal ini didukung oleh penelitian Widya et al. (2023) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan penggunaan pemanis buatan (Nurpratama et al., 2023). Temuan serupa juga dilaporkan oleh Utari dan Al Rahmad (2022), yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi berhubungan dengan perubahan sikap dan perilaku kesehatan ke arah yang lebih baik (Utari & Rahmad, 2022).

Berdasarkan kondisi tersebut, dilakukan edukasi mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan sebagai upaya promotif untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai jenis, batas konsumsi yang aman, potensi dampak kesehatan, serta pentingnya membaca informasi nilai gizi dan daftar komposisi pada kemasan. Edukasi ini diharapkan mendorong terbentuknya perilaku konsumsi yang lebih sehat dan bijak.

2. METODE

Lokasi dan Sasaran Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di SMP IT Citra Ummat, Kota Tidore Kepulauan pada tanggal 14 Juli 2026 sebagai upaya promotif untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan. Sedangkan sasaran kegiatan meliputi seluruh siswa kelas VII dan VIII sebanyak 67 siswa yang mencakup 34 (50,75%) siswa kelas VII dan 33 (49,25%) siswa kelas VIII.



Gambar 1. Distribusi Peserta berdasarkan Kelas.

Tahapan Pelaksanaan

Kegiatan ini pelaksanaannya diawali dengan koordinasi bersama pihak sekolah untuk menentukan waktu, sasaran, dan mekanisme pelaksanaan edukasi. Selanjutnya, peserta mengerjakan pre-test sebelum masuk ke penyampaian edukasi. Materi edukasi kemudian dijelaskan dengan metode ceramah interaktif yang didukung media *PowerPoint*, banner, serta leaflet. Materi mencakup pengertian pemanis alami dan buatan, jenis-jenis pemanis buatan, alasan penggunaannya dalam industri pangan, potensi dampak konsumsi berlebihan, serta cara bijak memilih minuman kemasan. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperkuat pemahaman peserta. Selanjutnya peserta mengerjakan post-test dengan menggunakan instrumen yang sama dengan pre-test sebagai tahap akhir kegiatan.

Instrumen dan Analisis Data

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui instrumen pre-test dan post-test berupa kuesioner yang disusun berdasarkan materi edukasi. Pre-test digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta sebelum pemberian edukasi (Adri, 2020). Sedangkan post-test diberikan menggunakan instrumen yang sama untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan setelah kegiatan. Selisih skor pre-test dan post-test dipakai sebagai indikator efektivitas edukasi (Badiani, 2023). Data yang didapat selanjutnya dianalisis secara statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk membandingkan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Perbedaan dinyatakan bermakna jika diperoleh nilai $p\text{-value} < 0,05$.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SMP IT Citra Ummat Kota Tidore Kepulauan melalui beberapa tahapan, yaitu koordinasi dengan pihak sekolah, pelaksanaan pre-test, penyampaian materi edukasi, diskusi interaktif, pembagian *leaflet* edukasi, serta post-test sebagai evaluasi akhir kegiatan. Seluruh rangkaian kegiatan mendapat dukungan penuh dari pihak sekolah dan diikuti secara aktif oleh 67 siswa yang terdiri atas siswa kelas VII dan VIII.

Tahap awal kegiatan diawali dengan penandatanganan kerja sama antara tim pengabdian dan pihak SMP IT Citra Ummat sebagai bentuk komitmen bersama dalam pelaksanaan program edukasi kesehatan. Kegiatan ini menjadi dasar terjalinnya kerja sama antara tim pengabdian dan mitra dalam mendukung kelancaran pelaksanaan program edukasi. Dokumentasi penandatanganan kerja sama ditunjukkan pada Gambar 2. Selanjutnya, peserta mengerjakan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan.



Gambar 2. Penandatanganan Kerja Sama antara Tim Pengabdian dan Pihak SMP IT Citra Ummat.

Materi edukasi kemudian disampaikan menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi pengertian pemanis alami dan pemanis buatan, alasan penggunaan pemanis buatan dalam industri pangan, macam-macam pemanis buatan yang umum dipakai, potensi dampak konsumsi berlebihan terhadap kesehatan, serta cara bijak memilih minuman kemasan melalui pembacaan informasi nilai gizi dan daftar komposisi. Penyampaian materi didukung oleh media PowerPoint, banner edukasi, dan leaflet sehingga peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Proses penyampaian materi kepada peserta ditampilkan pada Gambar 3.



Gambar 3. Penyampaian Materi Edukasi mengenai Pemanis Buatan dalam Minuman Kemasan.

Setelah semua materi edukasi selesai disampaikan, peserta mengerjakan post-test menggunakan instrumen yang sama dengan pre-test untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan skor pengetahuan setelah pelaksanaan edukasi.

Berdasarkan Tabel 1, sebanyak 33 siswa mengalami peningkatan skor pengetahuan (*positive ranks*), 11 siswa mengalami penurunan (*negative ranks*), dan 23 siswa memiliki skor yang tetap (*ties*). Kelompok yang mengalami peningkatan memiliki *mean rank* sebesar 23,88 dengan *sum of ranks* sebesar 788,00, sedangkan kelompok yang mengalami penurunan memiliki *mean rank* sebesar 18,36 dengan *sum of ranks* sebesar 202,00.

Tabel 1. Distribusi Perubahan Skor Pengetahuan Siswa Sebelum (Pre-test) dan Sesudah (Post-test) Intervensi.

	n	Mean Rank	Sum Ranks
Negative Ranks (Post-test < Pre-test)	11	18.36	202.00
Positive Ranks (Post-test > Pre-test)	33	23.88	788.00
Ties (Post-test = Pre-test)	23		
Total	67		

Tabel 2 menyajikan hasil analisis perbedaan skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil analisis menunjukkan nilai $Z = -3,500$ dengan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Dengan demikian, intervensi edukasi yang dilaksanakan terbukti berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan. Peningkatan tersebut mencerminkan bahwa materi yang dijelaskan selama kegiatan dapat diterima dan dipahami oleh peserta, sehingga tujuan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan dapat tercapai.

Tabel 2. Hasil Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi Menggunakan Uji Wilcoxon Signed Ranks Test.

Tes Statistics ^a		Post-test – Pre-test
Z	-3.500 ^b	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	
Wilcoxon Signed Ranks Test		
Based on negative Ranks		

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong partisipasi aktif peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab. Siswa mulai menunjukkan kesadaran mengenai pentingnya membaca informasi nilai gizi dan daftar komposisi sebelum memilih minuman kemasan. Seluruh rangkaian kegiatan ditutup dengan sesi dokumentasi bersama sebagai bentuk apresiasi terhadap partisipasi peserta dan pihak sekolah, sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 4.



Gambar 4. Dokumentasi Bersama Siswa dan Tim Pengabdian setelah Kegiatan.

4. DISKUSI

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan mampu menambah pengetahuan siswa secara signifikan. Peningkatan skor pengetahuan setelah pelaksanaan edukasi mengindikasikan bahwa penyampaian materi melalui metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi, tanya jawab, serta penggunaan media pendukung berupa PowerPoint, leaflet, dan banner efektif dalam membantu peserta memahami informasi yang disampaikan. Kombinasi berbagai media edukasi tersebut memungkinkan penyampaian materi menjadi lebih menarik, komunikatif, dan mudah dipahami, sehingga mampu meningkatkan keterlibatan peserta selama proses pembelajaran.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Muzakir et al. (2023) yang melaporkan bahwa edukasi mengenai zat aditif pangan dan jajanan sehat dapat meningkatkan pengetahuan pelajar secara signifikan (Muzakir et al., 2023). Hasil serupa juga dilaporkan oleh Muthmainnah dan Sibadu (2025), yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan di lingkungan sekolah efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan (Muthmainnah & Sibadu, 2025). Kesamaan temuan tersebut memperkuat bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja, khususnya terkait keamanan pangan dan penggunaan bahan tambahan pangan secara bijak.

Hasil kegiatan ini juga konsisten dengan pengabdian kepada masyarakat yang sebelumnya telah dilaksanakan oleh tim penulis di MTs Darul Ulum Sasa Kota Ternate. Pada kegiatan tersebut, edukasi mengenai bahaya pemanis buatan dalam minuman kemasan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pemahaman pada kategori sangat baik (58,2%), diikuti kategori baik (22,7%) dan cukup (9,01%). Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan tersebut juga mampu meningkatkan kemampuan peserta dalam membaca informasi nilai gizi pada kemasan serta memilih alternatif minuman yang lebih sehat. Konsistensi hasil pada kedua kegiatan tersebut menunjukkan bahwa pendekatan edukasi melalui penyuluhan yang didukung media pembelajaran merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan siswa mengenai keamanan pangan, khususnya terkait konsumsi minuman berpemanis (Sibadu et al., 2026).

Meskipun demikian, hasil evaluasi menunjukkan bahwa masih terdapat 11 siswa yang mengalami penurunan skor dan 23 siswa yang memperoleh skor yang sama antara pre-test dan post-test. Kondisi ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan belum terjadi secara merata pada seluruh peserta. Variasi hasil tersebut diduga dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik individu, seperti tingkat perhatian, motivasi belajar, kemampuan memahami materi, serta keterlibatan peserta selama proses edukasi berlangsung. Temuan ini sejalan dengan pendapat Rahmawati dan Putri (2026) yang menyatakan bahwa keberhasilan proses pembelajaran dipengaruhi oleh karakteristik peserta serta tingkat partisipasi aktif selama menerima materi (Rahmawati & Putri, 2026).

Secara teoritis, temuan ini mendukung konsep bahwa pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi sikap dan perilaku kesehatan seseorang. Peningkatan pengetahuan mengenai jenis pemanis buatan, fungsi penggunaannya dalam industri pangan, batas konsumsi yang dianjurkan, potensi dampak kesehatan akibat konsumsi berlebihan, serta pentingnya membaca informasi nilai gizi dan daftar komposisi diharapkan menjadi landasan dalam pembentukan perilaku konsumsi yang lebih sehat. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bukan hanya sekedar berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan siswa, namun sangat berpotensi menumbuhkan kesadaran untuk menjadi konsumen yang lebih bijak dalam memilih minuman kemasan. Selain memberikan manfaat bagi peserta secara individual, pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat disebarluaskan kepada teman sebaya maupun anggota keluarga sehingga pesan mengenai pentingnya memilih pangan yang lebih aman dapat menjangkau lingkungan yang lebih luas. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan suatu upaya promotif yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan mendorong terbentuknya perilaku konsumsi yang lebih sehat di kalangan remaja.

5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi mengenai pemanis buatan dalam minuman kemasan di SMP IT Citra Ummat Kota Tidore Kepulauan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Hal tersebut ditunjukkan oleh adanya perbedaan yang bermakna antara skor pre-test dan post-test berdasarkan hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* ($p < 0,05$). Peningkatan pengetahuan ini diharapkan menjadi landasan dalam membentuk perilaku konsumsi yang lebih bijak melalui pemilihan minuman kemasan dengan memperhatikan kandungan pemanis, informasi nilai gizi, serta daftar komposisi produk. Oleh karena itu, edukasi mengenai keamanan pangan perlu dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai upaya promotif untuk memperkuat literasi kesehatan siswa dan mendukung terbentuknya perilaku konsumsi yang lebih sehat.

PENGAKUAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibiayai melalui Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun berdasarkan Surat Keputusan Nomor 1322/DST/UN44/KU.08/2026. Tim pelaksana menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Khairun atas dukungan pembiayaan yang sudah diberikan sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlangsungkan dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada SMP IT Citra Ummat Kota Tidore Kepulauan, khususnya kepala sekolah, guru, dan seluruh siswa yang telah berpartisipasi serta mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Adri, R. F. (2020). Pengaruh Pre-test Terhadap Tingkat Pemahaman Mahasiswa Program Studi Ilmu Politik Pada Mata Kuliah Ilmu Alamiah Dasar. *MENARA Ilmu*, XIV(01), 81–85.
- Anastasya, V., Prastiti, A. E. J., & Triliyansi. (2024). Program Edukasi Bahaya Pewarna Dan Pemanis Pada Siswa Kelas X Kriya Kayu SMKN 4 Palangka Raya. *Jurnal Abdi Kahayan*, 1, 42–49.
- Badiani, A. (2023). Efektivitas Pre-test dan Post-test Dalam Pembelajaran Listening DI Kalangan Mahasiswa. *TARBAWI: Journal on Islamic Education*, 7(1), 110–120.
- Elsherif, H. M., Elkhoudary, M. M., Salam, R. A. A., Hadad, G. M., & El-Gindy, A. (2023). A Review of Food Additives from Definition and Types to the Method of Analysis. *Records of Pharmaceutical and Biomedical Sciences*, 7(1), 49–64.
- Haughton, C. F., Waring, M. E., Wang, M. L., Rosal, M. C., Pbert, L., & Lemon, S. C. (2018). Home Matters: Adolescents Drink More Sugar-Sweetened Beverages When Available at Home. *J Pediatr*, 121–128. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2018.06.046>

- Indonesia, K. K. R. (2015). *Analisis Cemaran Kimia Makanan (ACKM)*.
- Jamil, A., Sabilu, Y., & Munandar, S. (2017). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Tindakan dan Identifikasi Kandungan Pemanis Buatan Siklamat Pada Pedagang Jajanan Es di Kecamatan Kadia Kota Kendiri Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–11.
- Kesehatan, B. P. dan P. (2019). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*.
- Maartyn, D., Darch, M., Roberts, A., Lee, H. Y., Tian, T. Y., Kaburagi, N., & Belmer, P. (2018). Low-/No-Calorie Sweeteners: A Review of Global Intakes. *Nutrients*, 1, 1–39. <https://doi.org/10.3390/nu10030357>
- Muthmainnah, & Sibadu, M. S. A. (2025). Peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur ' an Hidayatullah Kota Ternate. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 2–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.29303/indra.v6i2.455>
- Muzakir, H., Ashari, C. R., & Listiowaty, E. (2023). Edukasi Zat Aditif Makanan dan Jajanan Sehat Pada Pelajar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 103–108. <https://doi.org/10.34312/ljpmt.v2i2.19692>
- Nurpratama, W. L., Asmi, N. F., & Kinayungan, U. P. (2023). Pengetahuan dan Sikap Terkait dengan Penggunaan Pemanis Buatan pada Pedagang Minuman di Pasar Cikarang Bekasi. *Ghidza : Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i2.845>
- Ra, J. S. (2022). Consumption of sugar-sweetened beverages and fast foods deteriorates adolescents ' mental health. *Frontiers*, 1. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1058190>
- Rahmawati, Y., & Putri, F. A. S. E. (2026). Peningkatan Keterampilan Berhitung melalui Bimbingan Belajar Metode Ekspositori : Sebuah Program Pengabdian Masyarakat. *Jurnal Pengabdian, Riset, Kreativitas, Inovasi, Dan Teknologi Tepat Guna*, 4(1), 80–90. <https://doi.org/http://doi.org/10.22146/parikesit.v4i1.25540>
- Sibadu, M. S. A., Fajri, M. D., & Muthmainnah. (2026). Edukasi Dampak Pemanis Buatan Dalam Minuman Kemasan Bagi Pelajar di MTs Darul Ulum Sasa Kota Ternate. *JOMPA ABDI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.57218/jompaabdi.v5i1.2189>
- Utari, D., & Rahmad, A. H. Al. (2022). Pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan pola kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah di Kabupaten Aceh Timur. *Jurnal SAGO: Gizi Dan Kesehatan*.