

---

**Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Mahasiswa PGSD Universitas Tanjungpura Mengenai Pemahaman Terkait Pemanis Buatan di Dalam Makanan dan Minuman Yang Dijual di Sekitar Kampus**

Novi Safitri<sup>1</sup>, Witri Suwanto<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat

Jl. Prof. Dr. H Jl. Profesor Dokter H. Hadari Nawawi, Bansir Laut, Kec. Pontianak Tenggara, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78124

Email: noviisafitrii14@gmail.com

**Abstrak**

Mengonsumsi pemanis buatan dalam kehidupan sehari-hari harus lebih diperhatikan, karena bisa berpengaruh pada kesehatan tubuh manusia. Pada dasarnya pemanis buatan itu tidak dilarang jika digunakan masih dalam batas normal, oleh karena itu penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa PGSD Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat mengenai pemanis buatan didalam makan dan minuman yang di konsumsi. Metode penelitian yang digunakan adalah dengan cara pengisian angket. Sampel dalam penelitian ini menggunakan 99 responden mahasiswa PGSD Universitas Tanjungpura. Instrumen yang digunakan adalah angket yang disebarakan melalui Google Form. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan deskriptif kuantitatif. Berdasarkan analisis data didapat bahwa pengetahuan, sikap, dan tindakan mahasiswa dalam kategori baik mengani pemanis buatan yang di konsumsi.

**Kata Kunci:** Pemanis buatan, Pengetahuan, Sikap, Tindakan, Mahasiswa, Diabetes

---

**PENDAHULUAN**

Makanan sehat adalah makanan yang gizi seimbang dan merupakan kunci penting dalam memilih makanan sehingga dapat menunjang kesehatan tubuh (Sulistiyadewi & Wasita, 2022). Pengetahuan dalam memilih makanan sehat harus diterapkan sejak usia dini, Pembelajaran memilih makanan sehat dimulai dari rumah sehingga ketika anak berada di luar rumah mampu memilih jajanan sehat untuk dikonsumsinya (Zein et al., 2019). Banyak sekali makanan yang bergizi dan baik untuk tubuh contohnya buah-buahan, sayuran, ikan, dan bahan makanan lainnya yang tidak mengandung zat-zat yang berbahaya bagi tubuh (Rukhil Amania et al., 2022). Menggunakan bahan-bahan yang alami dan sehat untuk dikonsumsi akan menghasilkan makanan yang baik dan bergizi untuk tubuh, karena makanan sehat sangat diperlukan untuk menjaga fungsi organ dan memastikan kinerjanya (Arafah et al., 2020). Pembuatan makanan yang sehat dengan cara memilih bahan baku

makanan yang baik, cara pengolahan serta penyajian variasi makanan bergizi yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan (Anjarsari et al., 2021). Makanan yang sehat harus mengandung nilai gizi untuk tubuh seperti, vitamin, mineral, karbohidrat, protein, kalsium, serat, dan air (Swamilaksita & Suryani, 2022).

Bahan kimia tidak pernah lepas dari kehidupan sehari-hari, bahan tersebut di gunakan dalam beberapa campuran tambahan pada makanan dan minuman (Novitasari et al., 2019). Pada umumnya makanan dan minuman yang dijual di sekitar kita tidak memenuhi standar kesehatan, banyak sekali mengandung bahan tambahan, seperti pemanis buatan yang dibuat oleh produsen sebagai pengganti gula, karena harga pemanis buatan jauh lebih murah dibandingkan dengan pemanis gula asli (Devitria & Sepriyani, 2018). Pada dasarnya Kadar maksimum siklamat atau pemanis buatan yang ditetapkan pemerintah melalui BPOM dalam suatu bahan pangan sebesar 1000 mg/kg, meskipun pemerintah telah menetapkan peraturan mengenai kadar maksimum siklamat atau pemanis buatan, tetapi masih saja ada produsen yang menggunakannya melebihi kadar yang diperbolehkan (H & Simorangkir, 2020). Pola hidup yang buruk dilakukan terus menerus mengakibatkan dampak negatif terhadap kesehatan tubuh, penyakit berbahaya tentu saja bisa muncul mengancam kesehatan tubuh, yang penyebab awalnya adalah pola hidup dan pola makan yang tidak sehat, tingkat stress tinggi serta kurangnya aktivitas fisik seperti berolahraga (Victoria & Mahardika, 2022). Pada kenyataannya sekitar 80 % anak-anak, remaja dan orang tua tidak mengkonsumsi sayur dan buah secara rutin setiap hari, serta lebih banyak mengkonsumsi makanan siap saji dan jajanan dipinggir jalan yang mengandung kadar lemak dan pemanis buatan yang tinggi (Lakhsmi & Herianto, 2018). Hal itu di karenakan kemajuan Teknologi pangan yang semakin berkembang membuat masyarakat lebih cenderung mengkonsumsi makanan cepat saji, maupun makanan yang mengandung zat kimia (Amalia, 2021).

Zat pemanis dibagi menjadi dua jenis yaitu pemanis alami dan pemanis buatan, zat pemanis adalah suatu senyawa yang secara langsung sengaja ditambahkan dan digunakan agar meningkatkan cita rasa dan aroma, memperbaiki sifat-sifat fisik, sebagai pengawet, serta memperbaiki sifat-sifat kimia dan sumber kalori bagi tubuh (Wimpy et al., 2020). Bahan tambahan pangan (BTP) seperti pemanis buatan pada dasarnya dikonsumsi oleh

masyarakat yang menderita diabetes dan obesitas agar bisa mendapatkan rasa manis pada makanan yang dikonsumsi, tetapi tidak dapat di metabolisme oleh tubuh (H & Simorangkir, 2020). Namun makanan yang beredar di masyarakat saat ini, lebih banyak mengandung bahan aditif seperti bahan pengawet, perasa, pewarna, dan pemanis, yang digunakan secara berlebihan serta kadar nutrisi yang kurang untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari (Safitri et al., 2021). Sakarin dan Siklamat adalah pemanis yang sering ditambahkan produsen dalam pembuatan makanan (Rasyid et al., 2022). Sakarin merupakan jenis garam natrium dari asam sakarin yang memiliki kadar tingkat kemanisan 300 kali dari gula biasa (sukrosa) dan Siklamat merupakan salah satu jenis pemanis buatan yang memiliki kadar tingkat kemanisan 30 kali dari pada sukrosa (Dan Pewarna Pada Makanan Jajanan Tutik Et Al., 2022)

Di negara Indonesia masih ada banyak permasalahan yang berkaitan dengan penggunaan pemanis buatan, meski terdapat batas maksimum yang diizinkan pemerintah, penggunaan zat tambahan berupa pemanis buatan masih sering di campurkan melewati batas maksimum yang boleh masuk kedalam tubuh (UKHDIIYAH, 2019). Penggunaan siklamat dalam bahan makanan dan minuman harus di waspadai karena dalam jumlah yang berlebihan akan menimbulkan efek samping yang merugikan bagi kesehatan tubuh (Al-Muqsith & Nadira, 2021). Selain itu efek samping juga terjadi dalam penggunaan sakarin yang terdapat pada bahan makanan dan minuman, sehingga menimbulkan gangguan kesehatan jika dikonsumsi dalam waktu yang sangat lama contohnya sakit kepala, kehilangan daya ingat, hipertensi, diare, asma, Diabetes melitus dan kanker otak (Wati et al., 2022). Diabetes melitus salah satu dari beberapa penyakit paling mematikan di dunia, penyakit ini bisa timbul karena faktor keturunan dan pola hidup yang tidak sehat, serta banyak mengkonsumsi makanan-makanan yang manis melebihi standar penggunaan gula dalam sehari (Kurniawan et al., 2023). Penyakit Diabetes Melitus di sebabkan oleh kelebihan kadar gula darah di dalam tubuh, sehingga menimbulkan peningkatan kadar gula darah serta membuatenderitanya kekurangan hormon insulin di dalam tubuh (Wuriani et al., 2022).

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang menggambarkan variabel secara nyata atau apa adanya tanpa direkayasa dan didukung dengan adanya data-data berupa angka yang dihasilkan dari keadaan sebenarnya yang terjadi di lapangan, serta untuk bisa menjawab pertanyaan dan pendapat yang berhubungan dengan status subjek dari penelitian yang dilakukan. Subjek penelitian merupakan mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura, dengan responden berjumlah 99 orang mahasiswa yang terdiri dari semester 1, 3, dan 5. Teknik pengumpulan data ini menggunakan angket yang telah dibuat menggunakan google formulir dan disebarakan melalui Whatsapp. Angket terdiri dari 3 indikator yang mencakup pengetahuan, sikap, dan tindakan. Terdapat 10 pertanyaan di setiap indikator, pertanyaan seputar pengetahuan terdiri dari 2 pilihan jawaban dengan rentang skor 0-1, jika menjawab Salah maka skor 0 jika menjawab Benar skor 1. Pada indikator sikap terdiri dari 4 pilihan jawaban dengan rentang skor 1-4, jika menjawab Sangat Tidak Setuju skor 1, jika menjawab Tidak Setuju skor 2, jawaban Setuju mendapatkan skor 3, dan jawaban Sangat Setuju skor 4, pada indikator tindakan terdiri 2 pilihan jawaban dengan rentang skor 0-1, jika jawaban Tidak skor 0, dan jawaban Ya skor 1 . Dalam penelitian ini menganalisis data menggunakan software IBM SPSS Statistics 22. Analisis data Analisis yang dilakukan guna mencaari nilai mean, range, minimal, dan maksimal dalam indikator.

Tabel 1. Kisi-kisi indikator pengetahuan terkait pemanis buatan

No.	Pernyataan	Benar	Salah
1	Minuman ringan(es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) dapat dikonsumsi setiap hari tanpa aturan yang sesuai		
2	Mengonsumsi minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) dianjurkan maksimal hanya 2x dalam satu minggu		
3	Untuk mengurangi mengonsumsi zat pemanis buatan pada minuman sebaiknya harus membatasi membelinya		
4	Bahan pemanis buatan pada minuman ringan (es campur, esdoger, es sirup, dan escincau)apabila dikonsumsi terus menerus dapat menimbulkan penyakit seperti kanker		
5	Minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) adalah jenis minuman yang dikemas dalam bentuk menarik dan cepat saji untuk dikonsumsi		

- 
- 6 Keunggulan minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) yaitu mempunyai banyak jenis dan variasi
  - 7 Minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) memiliki rasa yang lebih enak, namun tidak lengkap kandungan gizinya
  - 8 Minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) jajanan yang dijual tidak memiliki manfaat dan kandungan vitamin
  - 9 Mengkonsumsi air putih lebih bermanfaat dibandingkan membeli minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) jajanan
  - 10 Membawa minuman dari rumah merupakan cara yang lebih baik untuk mencegah penyakit dibandingkan membeli minuman ringan(es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) diluar
- 

Tabel 2. Kisi-kisi indikator sikap terkait pemanis buatan

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Minuman ringan(es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) memiliki banyak variasi dan pilihan serta menyehatkan				
2	Minuman ringan(es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) yang dijual tidak aman untuk dikonsumsi terus menerus				
3	Saya tidak tertarik dengan informasi tentang minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) yang dijual				
4	Saya perlu mengurangi konsumsi minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) karena kurang memenuhi gizi yang lengkap bagi tubuh saya				
5	Minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) lebih praktis untuk mendapatkannya, namun tidak memiliki nilai gizi				
6	Saya tidak senang mengonsumsi minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) setiap hari karena saya sudah mengetahui akan berdampak buruk bagi kesehatan saya				
7	Walaupun minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) dikemas secara menarik tetapi kebersihannya tidak dapat kita ketahui				
8	Saya melakukan berbagai cara agar keluarga, teman, dan tetangga saya tidak tertarik mengonsumsi minuman ringan jajanan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau)				

---

- 
- 9 Saya melarang keluarga, teman, dan tetangga saya untuk mengurangi konsumsi minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau)
  - 10 Minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) banyak mengandung bahan tambahan makanan yang apabila dikonsumsi terus menerus dapat mengganggu kesehatan saya
- 

Tabel 3. Kisi-kisi indikator tindakan terkait pemanis buatan

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya tidak mengkonsumsi minuman ringan jajanan lebih dari 4x dalam satu minggu		
2	Saya tidak mengkonsumsi minuman ringan jajanan atas karena dilarang keluarga saya		
3	Saya tidak mengkonsumsi minuman ringan jajanan walaupun teman-teman saya suka mengkonsumsinya		
4	Saya tidak setiap hari membeli minuman ringan di sekolah		
5	Saya selalu melarang teman untuk tidak mengkonsumsi setiap hari minuman ringan jajanan		
6	Saya lebih baik membawa minuman dari rumah daripada membeli minuman jajanan		
7	Saya tidak pernah menyukai minuman ringan seperti (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau)		
8	Saya hanya membeli minuman ringan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) ketika saya sedang berminat		
9	Saya tidak mau mengkonsumsi minuman ringan jajanan (es campur, es doger, es sirup, dan es cincau) karena saya mengetahui adanya pemanis buatan dalam minuman tersebut		
10	Saya selalu berhati-hati dalam membeli minuman ringan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah		

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

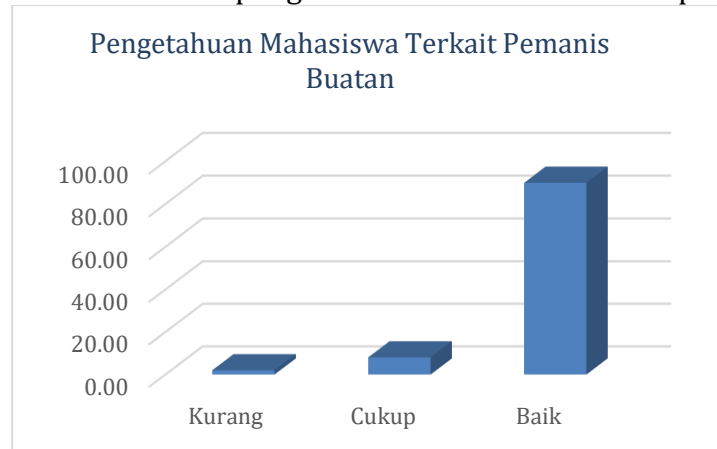
Penelitian ini dilakukan selama satu minggu pada bulan September 2023. Hasil penelitian deskriptif secara sederhana dapat disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil analisis pengetahuan mahasiswa terkait pemanis buatan

Mean	8.3232
Median	9.0000
Range	8.00

Minimum	2.00
Maximum	10.00

Tabel 1. Grafik analisis pengetahuan mahasiswa terkait pemanis buatan



Dari angket tentang pengetahuan mahasiswa terkait pemanis buatan diperoleh hasil dari grafik diatas kriteria baik dengan perolehan skor 89,90% dengan frekuensi 89 responden. Ini menjelaskan bahwa dari 99 responden ternyata sebanyak 89 responden berada pada kriteria baik. Namun dari 99 responden yang berada pada kriteria cukup sebanyak 8 responden dengan skor 8,08%. Sebanyak 2 responden dari 99 responden berada pada kriteria kurang dengan jumlah skor 2,02%.

Tabel 2. Hasil analisis sikap mahasiswa terkait pemanis buatan

Mean	30.2020
Median	30.0000
Range	24.00
Minimum	16.00
Maximum	40.00

Tabel 2. Grafik analisis sikap mahasiswa terkait pemanis buatan

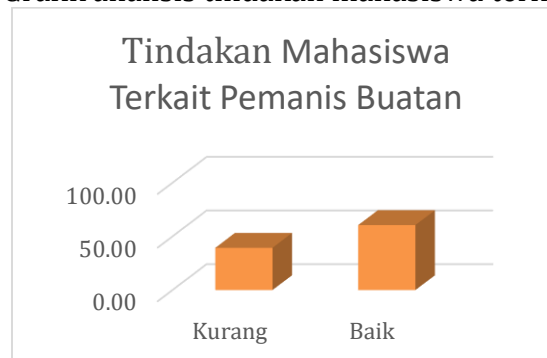


Berdasarkan grafik 2, mengenai sikap mahasiswa terkait pemanis buatan dapat diperoleh hasil 49,49% dengan frekuensi 49 responden. Ini menjelaskan dari 99 responden yang menjawab sangat setuju dengan frekuensi 49 responden mengenai sikap mahasiswa terkait pemanis buatan. Namun tidak jauh selisih dengan kriteria setuju jumlah skor 45,45% dari 45 responden. Untuk kriteria tidak setuju diperoleh hasil 5,05% dari 5 responden, sedangkan kriteria sangat tidak setuju dapat di peroleh skor 0% dari 0 responden.

Tabel 3. Hasil analisis tindakan mahasiswa terkait pemanis buatan

Mean	6.4242
Median	6.0000
Range	10.00
Minimum	.00
Maximum	10.00

Tabel 3. Grafik analisis tindakan mahasiswa terkait pemanis buatan



Dari grafik 3 analisis tindakan mahasiswa terkait pemanis buatan, dengan seluruh responden 99, dapat memperoleh hasil kriteria baik dengan skor 60,61% dari 60 responden dan kriteria kurang dengan skor 39,39% dari 39 responden.

## **PEMBAHASAN**

Pengetahuan adalah pemikiran yang dimiliki oleh manusia dan merupakan upaya yang dilakukan manusia dalam mencari suatu kebenaran atau masalah yang dihadapi (Darsini et al., 2019). Dengan pengetahuan yang didapat, maka bisa mengidentifikasi masalah, menganalisis permasalahan, serta mencari solusi yang benar (News, n.d.). Pengetahuan mengenai pemanis buatan penting sekali untuk diketahui zat pemanis terbagi menjadi dua jenis yaitu pemanis alami dan pemanis buatan (Helwig et al., n.d.). Pemanis alami adalah pemanis yang dapat ditemukan dalam bahan alam walaupun prosesnya secara sintetik maupun fermentasi (Umkm, n.d.). Pemanis buatan merupakan senyawa yang bisa digunakan untuk mengganti gula alami (Astuti, 2017). Pemanis buatan dihasilkan dari proses kimiawi, jenis pemanis buatan dinilai memiliki rasa manis yang lebih tinggi dibandingkan pemanis alami (Kesehatan et al., n.d.).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya, penelitian sebelumnya menunjukkan hasil 62,2% dengan kriteria kurang dari 35 responden dengan total seluruh responden 56, ini menunjukkan pada penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan mengenai pemanis buatan terbilang kurang (Lusiandari, 2019). Namun yang membedakan dari hasil penelitian tersebut adalah sampel yang di gunakan, pada penelitian sebelumnya menggunakan sampel Siswa SDN Suka Makmur, Kecamatan Wih Pesam, Kabupaten Bener Meriah, dan penelitian ini menggunakan sampel Mahasiswa S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, penelitian sebelumnya menunjukkan hasil bahwa sikap responden terhadap pemanis buatan kriteria kurang dengan skor 42% dari 62 total keseluruhan responden (Fahria, S; Ruhana, 2022). Pada penelitian saat ini kriteria sangat setuju dengan skor 49,49% dan kriteria setuju skor 45,45% artinya dari 99 total reponden 94 respnden yang menjawab sangat setuju atau setuju yang berarti sikap responden sangat baik atau baik mengenai sikap terkait pemanis buatan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, kriteria sedang skor 69,26% dengan total keseluruhan 35 responden, hal yang membedakan adalah hasil tersebut diperoleh dari pengaruh sesudah mendapatkan leaflet pada penjualan jajanan, sebelum

dilakukan pemberian leaflet hasil skor 34,99% pengetahuan mengenai pemanis buatan dengan kriteria kurang (Н. Л. Зайкина, 2016).

Menghindari penggunaan pemanis buatan yang berlebihan bukan lah hal yang buruk, penggunaan pemanis yang berlebihan dapat menimbulkan berbagai penyakit didalam tubuh. Pemanis buatan yang berlebihan diatas batas maksimum dapat memicu berbagai penyakit seperti Diabets, namun yang menjadi masalah adalah saat tubuh mendapatkan asupan gula, sementara aktivitas fisik yang terbatas, kondisi ini lah yang menyebabkan penumpukan gula darah dalam tubuh (Helwig et al., n.d.). Cara agar mengurangi konsumsi gula berlebihan, kita harus mengurangi pengkonsumsian makanan cepat saji, minuman yang banyak mengandung banyak pemanis buatan sedikit protein dan vitamin, kita harus sering mengkonsumsi makanan yang kita buat sendiri agar lebih higeinis, dan mengkonsumsi makanan yang bernutrisi bukan hanya mengenyangkan tapi baik untuk tubuh, serta selalu periksa informasi nilai gizi dalam kemasan makanan yang ingin dikonsumsi (Menguranginya & Olan, n.d.).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, sikap, dan tindakan Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura terkait pengetahuan tentang pemanis buatan terbilang baik yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 89,90% dari 89 responden, dan sikap mahasiswa sangat setuju dengan persentase sangat setuju dan setuju 94,94% dari 94 responden, serta tindakan mahasiswa dalam kategori baik dengan persentase sebesar 60,61% dari 60 responden.

Sebagian besar pengetahuan mahasiswa menunjukkan bahwa, semakin tinggi pula pemahaman mahasiswa mengenai pemanis buatan, sehingga sikap untuk menguranginya dilakukan dengan tepat, dengan berbagai tindakan yang dilakukan untuk mengurangi pengkonsumsian pemanis buatan yang berlebihan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Al-Muqsith, A.-M., & Nadira, C. S. (2021). Identifikasi Dan Penentuan Kadar Siklamat Pada Sirup Tradisional Aceh Yang Dijual Di Kota Lhokseumawe. *Averrous: Jurnal*

- Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh, 7(1).  
<https://doi.org/10.29103/Averrous.V7i1.3246>
- Amalia, A. (2021). Sistem Pakar Dalam Menganalisa Penyakit Perut Dengan Menggunakan Metode Certainty Factor. *Jurnal Informasi Dan Teknologi*.  
<https://doi.org/10.37034/jidt.V3i4.159>
- Anjarsari, I., Listyaningsih, P., Linawati, R., & Dewi, R. S. I. (2021). Peningkatan Kesadaran Diri Pada Makanan Bergizi Melalui Metode “Isi Piringku” Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Tk Pgri Payungan Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Semarang. *Sentra Cendekia*, 2(2). <https://doi.org/10.31331/Sencenivet.V2i2.1765>
- Arafah, E., Sari, S. R., Puteri, R. E., Sa’adah, R., Guttifera, & Prariska, D. (2020). Pendidikan Pengolahan Makanan Sehat Dan Bergizi Pada Istri Karyawan Pt. Pusri Palembang Ditengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2).
- Astuti, E. J. (2017). Penggunaan Sakarin Sebagai Pemanis Sintesis Dalam Makanan Dan Minuman. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Dan Pewarna Pada Makanan Jajanan Tutik, P., Fitriani, E., Tisyafitri, F., Budi Utami, K., Febriasti, N. A., & Meliya Putri, M. (2022). Pemanis Dan Pewarna Pada Makanan Jajanan. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati (Jpfm)*, 5(2).
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1).
- Devitria, R., & Sepriyani, H. (2018). Identifikasi Natrium Siklamat Pada Minuman Sirup Yang Dijual Dilima Sd Kecamatan Sukajadi Di Pekanbaru. *Jurnal Analis Kesehatan Klinikal Sains*, 6(1).
- Fahria, S; Ruhana, A. (2022). Konsumsi Minuman Manis Kemasan Pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Gizi Unesa.*, 02(02), 95–99.
- H, H., & Simorangkir, J. S. (2020). Penetapan Kadar Pemanis Buatan (Na-Siklamat) Pada Selai Dengan Metode Gravimetri. *Klinikal Sains: Jurnal Analis Kesehatan*, 8(1).  
[https://doi.org/10.36341/Klinikal\\_Sains.V8i1.1248](https://doi.org/10.36341/Klinikal_Sains.V8i1.1248)
- Helwig, N. E., Hong, S., & Hsiao-Wecksler, E. T. (N.D.). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析title.

Kesehatan, I., Dokter, C., Dokter, T., Shop, A., & Aplikasi, D. (N.D.). Pemanis Buatan , Ketahui Jenis Dan Dampaknya Bagi Kesehatan.

Kurniawan, Y. A., El Chidtian, A. S. C. R., & Yani, A. R. (2023). Perancangan Ambient Media Sebagai Media Kampanye Sosial “Sidoarjo Anti Diabetic” Untuk Remaja Usia 16-24 Tahun. *Jurnal Education And Development*, 11(2).  
<https://doi.org/10.37081/Ed.V11i2.5018>

Lakshmi, B. S., & Herianto, F. (2018). Komunikasi Informasi Edukasi Penyakit Jantung Pada Remaja Obesitas. *Jurnal Solma*, 7(1), 50. <https://doi.org/10.29405/Solma.V7i1.665>

Lusiandari, N. E. K. A. (2019). Skripsi Oleh : Nining Eka Lusiandari 1515192025.

Mengurangnya, C., & Olan, M. (N.D.). Pemanis Buatan : Dampak Konsumsi & Cara Mengurangnya Makanan Olan.

News, B. (N.D.). 5 Manfaat Ilmu Yang Penting Untuk Diketahui Agar Semangat Belajar.

Novitasari, M., Rahma, N., & Puspitasary, K. (2019). Penetapan Kadar Pemanis Buatan (Nasiklamat) Pada Beberapa Minuman Serbuk Instan Di Kota Surakarta. *Avicenna : Journal Of Health Research*, 2(2). <https://doi.org/10.36419/Avicenna.V2i2.309>

Rasyid, N. Q., Muawanah, M., Hasnah, H., & Septiana, S. (2022). Analisis Kualitatif Pemanis Buatan Sakarin Dan Siklamat Pada Air Tahu. *Jurnal Medika*, 7(2).  
<https://doi.org/10.53861/Jmed.V7i2.344>

Rukhil Amania, Muhammad Nur Hidayat, Izatul Hamidah, Endah Wahyuningsih, & Asnun Parwanti. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Parenting Education Di Desa Pakel Bareng. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 1(1).  
<https://doi.org/10.32492/Dimas.V1i1.566>

Safitri, A., Prasetyawan, S., & Mahdi, C. (2021). Sosialisasi Metode Uji Cepat Kandungan Zat Berbahaya Pada Makanan Jajanan Di Sekitar Sekolah Sdi Surya Buana Malang. *Tri Dharma Mandiri*, 1(1). <https://doi.org/10.21776/Ub.Jtridharma.2021.001.01.1>

Sulistiyadewi, N. P. E., & Wasita, R. R. R. (2022). Pengetahuan Gizi Seimbang Terhadap Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Pada Remaja Di Smk Kesehatan Bali Khresna Medika. *Jurnal Kesehatan*, 10(3). <https://doi.org/10.25047/J-Kes.V10i3.338>

Swamilaksita, P. D., & Suryani, F. (2022). Pola Konsumsi Sehat Dan Ekonomis Selama Ramadhan. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(03).  
<https://doi.org/10.53690/Ipm.V2i03.134>

- Ukhdiyyah, L. (2019). Identifikasi Siklamat Pada Jajanan Pasar Di Pasar Hygienes Kelurahan Gamalama Di Kota Ternate Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan*, 12(2).  
<https://doi.org/10.32763/juke.v12i2.138>
- Victoria, V., & Mahardika, R. (2022). Perancangan Logo Kampanye Clean Eating Dalam Meningkatkan Pola Hidup Sehat Pasca Covid-19 Di Media Sosial Instagram. *Ikra-Ith Humaniora : Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 7(1). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2275>
- Wati, R., Rianto, M. R., Nurhidayat, N., & Nurlinda, L. (2022). Analisis Pemanis Sakarin Dalam Susu Kedelai Yang Diperjualbelikan Di Supermaret Kota Makassar. *Jurnal Medika*, 7(1). <https://doi.org/10.53861/jmed.v7i1.263>
- Wimpy, W., Harningsih, T., & Wardani, T. S. (2020). Analisis Zat Pemanis Sakarin Dan Siklamat Pada Minuman Bubble Drink Yang Dijual Di Kota Surakarta. *Jurnal Farmasi (Journal Of Pharmacy)*, 9(1). <https://doi.org/10.37013/jf.v9i1.98>
- Wuriani, W., Puspita, D., Usman, U., Jiu, C. K., P, K., Jhoni P, G., Cory, W., & Rahmawati, R. (2022). Sosialisasi Penerapan Streaching Kaki Pada Pasien Diabetes Militus Guna Mencegah Injury Di Desa Sungai Ambangah Kalimantan Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Raflesia*, 5(1). <https://doi.org/10.36085/jpmbr.v5i1.2071>
- Zein, I. H., Ningtyas, R., & Syahleman, R. (2019). Studi Komparatif Kemampuan Anak Memilih Jajanan Sehat Di Kota Dan Di Desa (Studi Di Kelurahan Sidorejo Dan Di Kelurahan Pangkut Pangkalan Bun). *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2).  
<https://doi.org/10.54411/jbc.v3i2.141>
- Н. Л. Зайкина, А. М. Д. (2016). No Title Место Анестезиологического Обеспечения В Диагностическом Алгоритме Синдрома Обструктивного Апноэ – Гипопноэ Сна. *Вестник Анестезиологии И Реаниматологии*, 13(3), 44–50.