

Lampiran 1. Lembar *Informed Consent*

FORMULIR PERSETUJUAN PENELITIAN
(*Informed Consent*)

Setelah mendapatkan penjelasan dari saudara **Syarifudin Dimas Zarkasyi** tentang maksud, tujuan, manfaat, dari penelitian yang berjudul Pengaruh Pemberian *Booklet* Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Dan Sikap Gizi Dalam Pemilihan Jajanan Sehat Anak Usia Sekolah Kelas 5 Di SDN 1 Sempalwadak Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang

Saya menyatakan **setuju/ tidak setuju*** untuk ikut serta dalam penelitian ini..

~~*Coret salah satu~~

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari pihak manapun.

Malang, 2019

Saksi,

Responden,

(.....)

(.....)

Mengetahui
Peneliti,

(Syarifudin Dimas Zarkasyi)

**PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN
(PSP)**

Saya Syarifudin Dimas Zarkasyi Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Program Studi D-IV Gizi dengan ini meminta anda untuk ikut berpartisipasi dengan suka rela dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Booklet* Pemilihan Jajanan Sehat Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Dan Sikap Gizi Anak Usia Sekolah Kelas 5 Di SDN 1 Sempalwadak Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang.”

Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui penerapan pemilihan jajanan sehat dengan pemberian *Booklet* sebagai media edukasi terhadap tingkat pengetahuan, dan sikap anak usia sekolah Di SDN 1 Sempalwadak Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang.

Sampel penelitian yang terlibat dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V yang akan diambil 1 kelas yang memiliki nilai rata-rata yang sama dengan teknik *Total Sampling* dimana sampel yang digunakan adalah total dari populasi yang telah memenuhi syarat yang ditentukan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Prosedur pengambilan data penelitian dengan pengisian kuesioner penelitian yang diberikan oleh peneliti. Dalam pengambilan data ini kemungkinan akan menyita waktu anda untuk mendengarkan penyuluhan mengenai cara memilih jajanan sehat yang membutuhkan waktu ± 30 menit. Keuntungan yang akan diperoleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah mendapatkan pengetahuan mengenai cara memilih jajanan sehat.

Seandainya anda tidak menyetujui proses dalam penelitian ini, maka anda diperkenankan untuk mengundurkan diri atau anda diperkenankan tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenakan sanksi apapun, dan sebagai gantinya akan diberi snack sebagai kompensasi atas terlibatnya dalam penelitian ini. Segala informasi dan catatan hasil pengisian form *kuesioner* pengetahuan dan sikap akan peneliti rahasiakan. Peneliti akan menjaga segala data atau informasi yang saudara berikan seperti nama, identitas yang akan diganti dengan kode atau inisial dalam penelitian, serta tidak mempunyai pengaruh apapun sehingga responden tetap merasa aman dan nyaman dalam memberikan jawaban. Jika terjadi hal yang tidak diinginkan kepada responden yang berkaitan dengan penelitian ini, maka responden dapat menghubungi peneliti.

PENELITI

Lampiran 3. Kuesioner Gambaran Umum Siswa

11

**KUESIONER
GAMBARAN UMUM SISWA**

PETUNJUK :

1. Isilah pertanyaan ini dengan jawaban yang sejujurnya.
2. Berilah tanda check list (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia dibawah ini.

1. Nama Siswa : Masayidah Octa Ramadhani.....

2. TTL : MALANG, 12 oktober 2007.....

3. Jenis Kelamin : L/P (P).....

4. Agama : ISLAM.....

5. Kelas : V (LIMA).....

6. Umur : 11 tahun.....

7. Anak Ke : 1 dari 2 bersaudara.....

8. Alamat Rumah : Jl. Rukun Rt 13 Rw 03.....

9. Uang Saku Sehari : 5.000.....

Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan

KUESIONER PRE TEST PENGETAHUAN

PETUNJUK :

1. Pilihlah satu jawaban yang paling benar dari soal-soal dibawah ini, dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan yang tersedia.
2. Jawablah pertanyaan ini dengan jawaban yang sejujurnya dan sesuai dengan pengetahuan dari pemikiran sendiri.
3. Jumlah soal sebanyak 20 soal, mohon untuk semua soal dikerjakan.

1. Apa yang dimaksud dengan Jajanan Anak Sekolah menurut BPOM?
 - a. Makanan yang enak, penuh dengan saos merah, dan berminyak
 - b. Makanan dan Minuman yang ditemui di Lingkungan sekolah dan secara rutin dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah
 - c. Makanan yang bersih, sehat, tidak berbau, dan dari bahan sayuran saja
 - d. Makanan yang murah dan berwarna-warni
2. Manakah jajanan dibawah ini yang termasuk makanan yang sehat?
 - a. Cilok, chiki
 - b. Kue-kue, roti-roti
 - c. Cimol, sempol
 - d. Tempura, gorengan
3. Manakah akibat dari mengkonsumsi makan jajanan yang tidak sehat?
 - a. Diare, mual, dan muntah
 - b. Badan sehat dan kuat
 - c. Membuat perut kenyang
 - d. Menjadi kebal dan fokus dikelas
4. Manakah manfaat apabila kita membeli jajanan yang sehat?
 - a. Supaya tidak sakit
 - b. Supaya kenyang
 - c. Supaya fokus di kelas
 - d. Supaya kuat

5. Manakah dibawah ini yang merupakan bahan tambahan makanan yang berbahaya bagi kesehatan?
- a. Pewarna dari bahan alami
 - b. Pewarna, pengawet dan penyedap
 - c. Tambahan gula pasir
 - d. Tambahan sirup
6. Manakah bahan dibawah ini yang tidak boleh ditambahkan kedalam jajanan?
- a. Gula pasir
 - b. Sirup
 - c. Boraks dan Formalin
 - d. Garam
7. Manakah dibawah ini yang menunjukkan contoh jajanan yang tidak sehat?
- a. Makanan dan minuman yang mengandung formalin dan boraks.
 - b. Makanan dan minuman yang enak.
 - c. Makanan dan minuman yang segar.
 - d. Makanan dan minuman yang murah dan mudah diperoleh
8. Membeli Makanan harus terhindar dari berbagai macam cemaran. Salah satu nya adalah jajanan yang berwarna merah atau kuning mencolok tidak baik dikonsumsi karena?
- a. Berbahaya bagi kesehatan
 - b. Mengandung pewarna kimia
 - c. Rasanya pahit
 - d. Sudah kadaluarsa
9. Dibawah ini merupakan contoh dari jajanan yang sehat, *kecuali* :
- a. Kue-kue, roti-roti
 - b. Cilok, chiki
 - c. Susu kemasan, buah
 - d. Mie rebus, sayur
10. Menurut BPOM, Jenis pangan jajanan anak sekolah dibedakan menjadi 4 jenis, yaitu :
- a. Makanan utama/sepinggan
 - b. Makanan pendamping
 - c. Makanan yang seimbang
 - d. Makanan pelengkap

11. Didalam memilih Jenis pangan jajanan anak sekolah dapat dibedakan menjadi 4 jenis, salah satunya adalah Makanan utama/sepingan. Apa yang dimaksud dengan makanan utama/sepingan?
- a. Makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama
 - b. Jajanan yang bersifat mengenyangkan
 - c. Jajanan yang bersifat sebagai pelengkap
 - d. Jajanan buah, seperti melon, apel, dll
12. Manakah dibawah ini yang merupakan contoh dari jajanan camilan/snack yang tergolong camilan kering, *kecuali*?
- a. Biskuit
 - b. Kripik
 - c. Brondong jagung
 - d. Donat
13. Berikut merupakan jajanan yang paling sehat adalah :
- a. Roti, susu
 - b. Permen, coklat
 - c. Mi instan
 - d. Bakso Pedas tusuk
14. Saat membeli jajanan, tempat juga harus diperhatikan. Manakah dibawah ini tempat yang paling baik untuk membeli jajanan?
- a. Memilih kantin yang makanannya diletakkan diatas meja dan dialasi plastik
 - b. Lokasi penjualan yang rame pembeli
 - c. Lokasi penjualan bersih dan terlindungi dari sinar matahari dan debu
 - d. Lokasi yang menjual makanan yang enak, murah, dan dekat dengan tempat sampah
15. Bagaimana cara memilih kemasan jajanan yang paling benar?
- a. Kemasan yang menarik dan mencolok
 - b. Menggunakan kemasan plastik untuk makanan yang berminyak
 - c. Menggunakan kemasan yang sudah penyok
 - d. Terdapat label informasi gizi yang lengkap dan tidak penyok
16. Bagaimana cara yang paling benar saat mengambil yang dijual?
- a. Langsung menggunakan tangan
 - b. Menggunakan penjepit makanan
 - c. Menggunakan plastik

d. Meminta tolong teman

17. Manakah dibawah ini yang merupakan ciri – ciri makanan yang menggunakan pewarna buatan dan tidak aman?

- a. Harganya murah
- b. Warnanya mencolok
- c. Rasanya tidak enak
- d. Banyak dibeli

18. Apa yang harus dilihat pada kemasan makanan jajanan?

- a. Tanggal kadaluarsa dan informasi nilai gizi
- b. Gambar yang menarik
- c. Kebersihan kemasan
- d. Warna pada kemasan

19. Bagaimana seharusnya memilih makanan yang aman?

- a. Bersih, sudah dimasak, tidak bau tengik, dan tidak bau asam
- b. Bersih, tidak perlu dimasak, enak
- c. Murah, tidak basi
- d. Enak, tidak basi, dan bisa dimakan

20. Bagaimana cara menghindari perilaku jajan sembarangan?

- a. Berpuasa
- b. Minta jajan ke teman saja
- c. Membeli jajanan yang enak dan banyak
- d. Sarapan sebelum berangkat dan membawa bekal dari rumah

Lampiran 5. Kuesioner Sikap

KUESIONER PRE TEST SIKAP

PETUNJUK :

Di bawah ini terdapat pernyataan yang berkaitan dengan sikap siswa/i SD terhadap jajanan sehat. Berilah tanda (✓) pada kolom checklis sesuai dengan pendapat adik-adik yang sejujurnya.

SS : Sangat setuju dengan pernyataan tersebut

S : Setuju dengan pernyataan tersebut

TS : Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut

STS : Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS	
1.	Memilih jajanan yang bersih, tidak berlendir dan tertutup	✓				9
2.	Membeli jajanan di tempat yang terbuka tanpa diberi tutup				✓	9
3.	Konsumsi jajanan yang berbau tengik dan berwarna mencolok				✓	9
4.	Mencuci tangan Sebelum makan	✓				9
5.	Memilih jajanan dengan warna yang mencolok dan dengan saos yang banyak				✓	9
6.	Memilih jajanan buah yang berwarna segar dan tidak busuk	✓				9
7.	Contoh jajanan sepingan adalah bakso		✓			3
8.	Membeli roti yang kemasannya sudah tidak utuh (robek atau rusak)				✓	9
9.	Selalu melihat tanggal kadaluarsa pada kemasan	✓				9
10.	Sering makan cilok dengan menggunakan saus yang banyak				✓	9
11.	Memilih air putih dari pada minuman bersoda	✓				9
12.	Mencuci tangan tidak menggunakan sabun	✗			✓	4
13.	Memilih gorengan daripada makan sayur dan buah				✓	9
14.	Menaruh makanan dengan koran sebagai alas				✓	9
15.	Mengambil gorengan dengan penjepit makanan	✓				9

Lampiran 6. Hasil Pretest dan Posttest

Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi

No.	Responden	Hasil Pretest	KATEGORI	Hasil Posttest	KATEGORI
1.	JS	85	Baik	90	Baik
2.	YAW	70	Sedang	75	Sedang
3.	MF	65	Sedang	75	Sedang
4.	ABS	70	Sedang	80	Baik
5.	ANP	70	Sedang	85	Baik
6.	ADY	85	Baik	90	Baik
7.	MZP	60	Sedang	75	Sedang
8.	ANF	85	Baik	85	Baik
9.	DAS	80	Baik	90	Baik
10.	MIR	80	Baik	90	Baik
11.	MOR	95	Baik	100	Baik
12.	WA	70	Sedang	85	Baik
13.	DN	70	Sedang	80	Baik
14.	ASJ	55	Kurang	70	Sedang
15.	ACP	80	Baik	85	Baik
16.	FRS	80	Baik	85	Baik
17.	SFR	80	Baik	90	Baik
18.	AA	80	Baik	90	Baik
19.	AAD	90	Baik	95	Baik
20.	AAA	75	Sedang	85	Baik
21.	NWM	95	Baik	100	Baik
22.	APP	70	Sedang	80	Baik
23.	MAM	75	Sedang	85	Baik
24.	ZAP	80	Baik	90	Baik
25.	ARS	80	Baik	85	Baik
26.	ANA	80	Baik	85	Baik
27.	CWP	85	Baik	90	Baik
28.	KRV	85	Baik	90	Baik
29.	AHL	85	Baik	95	Baik
30.	FAS	80	Baik	90	Baik
31.	LHA	80	Baik	95	Baik
32.	WAD	85	Baik	90	Baik
33.	RA	60	Sedang	75	Sedang
34.	RCP	85	Baik	85	Baik
35.	CEP	85	Baik	90	Baik
36.	DAP	85	Baik	90	Baik
37.	CAR	90	Baik	90	Baik

Sikap Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi

NO	Responden	Pretest	Kategori	Posttest	Kategori
1	JS	46.6	Negatif	53.5	Positif
2	YAW	41.0	Negatif	41.2	Negatif
3	MF	35.3	Negatif	36.3	Negatif
4	ABS	37.2	Negatif	36.3	Negatif
5	ANP	22.1	Negatif	11.7	Negatif
6	ADY	35.3	Negatif	41.2	Negatif
7	MZP	46.6	Negatif	41.2	Negatif
8	ANF	56.0	Positif	53.5	Positif
9	DAS	42.8	Negatif	48.6	Negatif
10	MIR	48.5	Negatif	48.6	Negatif
11	MOR	63.5	Positif	60.9	Positif
12	WA	56.0	Positif	53.5	Positif
13	DN	63.5	Positif	60.9	Positif
14	ASJ	46.6	Negatif	41.2	Negatif
15	ACP	56.0	Positif	53.5	Positif
16	FRS	59.8	Positif	58.4	Positif
17	SFR	48.5	Negatif	48.6	Negatif
18	AA	59.8	Positif	53.5	Positif
19	AAD	57.9	Positif	58.4	Positif
20	AAA	61.6	Positif	56.0	Positif
21	NWM	61.6	Positif	60.9	Positif
22	APP	56.0	Positif	53.5	Positif
23	MAM	35.3	Negatif	41.2	Negatif
24	ZAP	57.9	Positif	58.4	Positif
25	ARS	37.2	Negatif	36.3	Negatif
26	ANA	63.5	Positif	60.9	Positif
27	CWP	48.5	Negatif	53.5	Positif
28	KRV	41.0	Negatif	41.2	Negatif
29	AHL	52.2	Positif	53.5	Positif
30	FAS	46.6	Negatif	48.6	Negatif
31	LHA	56.0	Positif	56.0	Positif
32	WAD	46.6	Negatif	58.4	Positif
33	RA	52.2	Positif	56.0	Positif
34	RCP	52.2	Positif	53.5	Positif
35	CEP	57.9	Positif	51.1	Positif
36	DAP	59.8	Positif	60.9	Positif
37	CAR	41.0	Negatif	48.6	Negatif

Lampiran 7. Uji Statistik

Pengetahuan

1. Uji Deskripsi

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Pengetahuan	37	55	95	78.65	9.328
Post-Test Pengetahuan	37	70	100	86.62	6.877
Valid N (listwise)	37				

2. Uji Normalitas

Tests of Normality

Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk	
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df
Pre-Test Pengetahuan	.233	37	.000	.926	37
Post-Test Pengetahuan	.202	37	.001	.923	37

Tests of Normality

Kelas	Shapiro-Wilk ^a
	Sig.
Pre-Test Pengetahuan	.016
Post-Test Pengetahuan	.013

3. Uji Wilcoxon Signed Ranks

Ranks

	N	Mean Rank
Negative Ranks	0 ^a	.00
Positive Ranks	34 ^b	17.50
Ties	3 ^c	
Total	37	

Test Statistics^a

	Post-Test Pengetahuan - Pre-Test Pengetahuan
Z	-5.178 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Sikap

1. Uji Deskripsi

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Sikap	37	37	59	51.81	5.317
Post-Test Sikap	37	40	60	55.57	4.066
Valid N (listwise)	37				

2. Uji Normalitas

Tests of Normality

Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-Test Sikap	.158	37	.020	.939	37	.044
Post-Test Sikap	.205	37	.000	.841	37	.000

3. Uji Wilcoxon Signed Ranks

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Positive Ranks	34 ^b	17.50	595.00
Ties	3 ^c		
Total	37		

Test Statistics^a

	Post-Test Sikap - Pre-Test Sikap
Z	-5.101 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian







Lampiran 9. Surat Perizinan

	KEMENTERIAN KESEHATAN RI BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG <small>- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746 - Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613 - Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847 - Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043 - Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095</small> Website: http://www.poltekkes-malang.ac.id E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id	
---	---	---

Nomor : DP.02.01/5.0/ 0223. /2019 Malang, 18 Januari 2019
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Malang
Di
Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas Penelitian Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan mahasiswa Program Studi D-IV Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang bernama:

No.	Nama/NIM	Data yang Diambil
I.	Syarifudin Dimas Zarkasyi NIM .1503410006	- Data Pengetahuan Siswa tentang Jajanan Sehat - Data Sikap Siswa tentang Jajanan Sehat

Mohon kiranya Mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan Penelitian, pada:

Tanggal : 25 Maret 2019 – 18 Mei 2019
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : SD Negeri 1 Sempalwadak Kec. Bululawang

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.


Ketua Jurusan Gizi

Tapriadi, SK.M.Pd
NIP.196411071988121001

Tembusan disampaikan kepada Yth :

→ 1. Kepala SD Negeri 1 Sempalwadak Kec. Bululawang Kab. Malang



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG

DINAS PENDIDIKAN

Jalan Penarukan No. 1 Telpn (0341) 393935-37, Fax (0341) 393937
Email: dispendik@malangkab.go.id – Website <http://www.malangkab.go.id>
KEPANJEN 65163

Kepanjen, 24 Januari 2019

Nomor : 423.6/438/35.07.101/2019
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Pemberian Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes
Malang
di

MALANG

Menunjuk surat Saudara nomor : DP.02.01/5.0/0223/2019 tanggal 18 Januari 2019 hal ijin penelitian dan permintaan/pengambilan data untuk keperluan penyusunan Karya Tulis Ilmiah, atas nama :

N a m a : SYARIFUDIN DIMAS ZARKASYI
NIM/Semester : 1503410006
Program Studi : D-IV Gizi
Universitas : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Judul : Pengaruh Pemberian Booklet Pemilihan Jajanan Sehat Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Gizi Anak Usia Sekolah Kelas 5 di SDN 1 Sempalwadak Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang

Lokasi : SDN Sempalwadak Kec.Bululawang Kab.Malang
Pelaksanaan : 25 Maret s.d 18 Mei 2019

Dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan untuk memberikan ijin dimaksud di Kabupaten Malang dan diharapkan tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar, serta melaporkan hasilnya ke Dinas Pendidikan Kabupaten Malang.

Demikian untuk menjadikan maklum.

KEPALA DINAS PENDIDIKAN
KABUPATEN MALANG

Dr. M. HIDAYAT, MM, M.Pd
Pembina Tk. I

TEMBUSAN :

1. Sdr. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
2. Sdr. Koordinator Wilayah Dinas Pendidikan Kecamatan Bululawang
3. Sdr. Kepala SDN 1 Sempalwadak Kecamatan Bululawang
4. Sdr. Mahasiswa yang bersangkutan.

NIP. 196708301994031010



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
Reg.No.:273 / KEPK-POLKESMA/ 2019

Protokol penelitian yang diusulkan oleh Syarifudin Dimas Zarkasyi
The research protocol proposed by

Peneliti Utama
Principal In Investigator **Syarifudin Dimas Zarkasyi**

Nama Institusi
Name of the Institution Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Dengan Judul
PENGARUH PEMBERIAN BOOKLET PEMILIHAN JAJANAN SEHAT SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI ANAK USIA SEKOLAH KELAS 5 DI SDN 1 SEMPALWADAK
KECAMATAN BULULAWANG KABUPATEN MALANG
**EFFECT OF HEALTHY SNACK SELECTION BOOKLET AS EDUCATION MEDIA ON KNOWLEDGE AND
NUTRITION LEVEL OF CHILDREN IN CLASS 5 SCHOOL IN SEMPALWADAK SDN 1 KABUPATEN MALANG**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah,

3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 16 Juli 2019 sampai dengan 16 Juli 2020

This declaration of ethics applies during the period July 16, 2019 until July 16, 2020

Malang, 16 Juli 2019
Head of Committee



Dr. SUSI MILWATI, S.Kp, M.Pd
NIP. 196312011987032002

Lampiran 10. Booklet jajan sehat

Penyusun :
Syarifudin Dimas Zarkasyi
I Nengah Tanu Komalya, DCN, SE, M.Kes
Tapriadi, SKM., M.Pd.

Cara Memilih Jajanan Sehat

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
MALANG
2019

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesempatan dan hidayahNya sehingga sampai hari ini masih diberi Rahmat dan kemudahan untuk selalu terbuka akal pikiran, mata, dan hati dalam rangka mencari ilmu sehingga dapat menyusun Booklet Cara memilih jajanan sehat dengan baik. Booklet ini penulis susun sebagai media dan alat edukatif untuk pembelajaran bagi siswa/i sekolah dasar kelas V SDN 1 Sempalwadak Kecamatan Bululawang.

Booklet ini penulis susun sebagai penunjang belajar anak Sekolah dasar kelas V yang dibuat berdasarkan B POM 2013 mengenai Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang, Kemenkes RI 2011 mengenai Pedoman Keamanan Pangan di Sekolah Dasar, dan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003 mengenai Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak I Nengah Tanu Komalya, DCN, SE, M.Kes dan Bapak Tapriadi, SKM, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing penulis selama ini, selain itu penulis juga berterima kasih kepada siapapun yang telah mendukung dan membantu terselesainya Booklet Kami.

Semoga dengan Booklet ini, siswa mampu mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari sehingga tercapai tujuan pendidikan yang sebenarnya dan dapat secara bijak untuk memilih jajanan yang sehat dengan tepat.

Penulis sadar dan yakin bahwa Booklet mengenai cara pemilihan jajanan sehat ini masih banyak kekurangan sehingga penulis berharap adanya saran atau kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak dan tidak lupa kami ucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada semua pihak yang membantu atas tersusunnya Booklet ini.

Malang, Mei 2019

Penulis

Cara Memilih Jajanan Sehat

1

BAGAIMANA MENJADI SEORANG MURID SEKOLAH DASAR YANG HEBAT DENGAN MEMILIH JAJANAN YANG SEHAT DAN AMAN?

1

MEMAHAMI ARTI JAJANAN SEHAT DAN AMAN

APA SIH JAJANAN SEHAT ITU????

Menurut KEMENKES RI

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan dan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan/restoran, dan hotel.

Cara Memilih Jajanan Sehat

3

1. MEMAHAMI ARTI JAJANAN SEHAT DAN AMAN
2. MEMAHAMI JENIS-JENIS MAKANAN JAJANAN
3. SUMBER DAN PENYEBAB PANGAN TIDAK AMAN
4. TANDA DAN BAHAYA PANGAN TIDAK AMAN
5. DAMPAK BURUK PANGAN TIDAK AMAN
6. CARA MEMILIH JAJANAN YANG SEHAT DAN AMAN
7. CARA MEMBEDAKAN JAJANAN YG SEHAT DAN AMAN DENGAN JAJANAN YG TIDAK AMAN

2

84



Berdasarkan Badan Pengawas Obat Dan Makanan, 2013

Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) adalah pangan yang ditemui di lingkungan sekolah dan secara rutin dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah



Menurut Trisna, dkk (2013)

Makanan atau minuman jajanan adalah makanan atau minuman yang tidak mengandung alkohol, merupakan minuman olahan dalam bentuk bubuk atau cair yang mengandung bahan-bahan tambahan lainnya baik alami maupun sintetik yang dikemas dalam kemasan siap untuk di konsumsi.



4

Cara Memilih Jajanan Sehat

2

MEMAHAMI JENIS-JENIS MAKANAN JAJANAN



Berdasarkan BPOM
Jenis Pangan Jajanan Anak Sekolah
Dibedakan Menjadi 4 Jenis

Dalam Bentuk :

- 1 Makanan Utama / Sepinggan
- 2 Camilan / Snack
- 3 Minuman
- 4 Jajanan Buah

Cara Memilih Jajanan Sehat

5

1 Makanan Utama / Sepinggan



Kelompok makanan utama atau dikenal dengan istilah "jajanan berat". Jajanan ini bersifat mengenyangkan. Contohnya : mie ayam, bakso, bubur ayam, nasi goreng, gado-gado, soto, lontong isi sayuran atau daging, dan lain-lain.

2 Camilan / Snack

Camilan merupakan makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama. Camilan dibedakan menjadi 2 jenis yaitu camilan basah dan camilan kering. Camilan basah contohnya : gorengan, lemper, kue lapis, donat, dan jelly. Sedangkan camilan kering contohnya : brondong jagung, keripik, biskuit,



6

Cara Memilih Jajanan Sehat

3 Minuman

Minuman dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu minuman yang disajikan dalam gelas dan minuman yang disajikan dalam kemasan. Contoh minuman yang disajikan dalam gelas antara lain : air putih, es teh manis, es jeruk dan berbagai macam minuman campur (es cendol, es campur, es buah, es doger, jus buah, es krim). Sedangkan minuman yang disajikan dalam kemasan contohnya : minuman ringan dalam kemasan (minuman soda, teh, sari buah, susu, yoghurt).



4 Jajanan Buah

Buah yang biasa menjadi jajanan anak sekolah yaitu buah yang masih utuh atau buah yang sudah dikupas dan dipotong. Buah utuh contohnya : buah manggis, buah jeruk. Sedangkan buah potong contohnya : pepaya, nanas, melon, semangka, dan lain-lain.



7

Cara Memilih Jajanan Sehat

3

SUMBER DAN PENYEBAB PANGAN TIDAK AMAN



SUMBER PENYEBAB JAJANAN TIDAK SEHAT DAPAT BERASAL DARI BERBAGAI CEMARAN.

1 **Biologis**

2 **Kimia**

3 **Fisik**

8

Cara Memilih Jajanan Sehat

1

CEMARAN BIOLOGIS

Cemaran Biologis Pada Umumnya Disebabkan Oleh Rendahnya Kondisi Kebersihan Jajanan Tersebut.



Salmonella pada unggas. Salmonella dapat ditularkan dari kulit telur yang kotor



E.coli pada sayuran yang mentah dan kotor



Clostridium perfringens pada umbi-umbian (kontaminasi dapat berasal dari debu dan tanah).

9

Cara Memilih Jajanan Sehat

2

CEMARAN KIMIA

Cemaran kimia dapat berasal dari lingkungan yang tercemar limbah industri, dan penyalahgunaan bahan berbahaya yang dilarang untuk pangan, yang ditambahkan kedalam pangan. Contoh bahan yang terkategori bahan berbahaya adalah formalin, rhodamin B, boraks, dan methanil yellow. Cemaran kimia ini dapat berasal dari bahan pangan, BTP, peralatan, lingkungan, bahan kimia, pembasmi hama dan bahan pengemas.

KENAPA TIDAK BOLEH DIGUNAKAN....???



BORAKS	Dapat menyebabkan penimbunan pada otak, hati dan jaringan lemak
FORMALIN	Dapat menyebabkan muntah darah, diare, kanker paru, kejang-kejang, kencing darah sampai kematian.
RHODAMIN B	Dapat menyebabkan radang kulit alergi, dan gangguan fungsi hati/kanker hati
METHANIL YELLOW	Dapat menyebabkan kanker pada saluran kemih dan kandung kemih.

10

Cara Memilih Jajanan Sehat

3

CEMARAN FISIK

Cemaran fisik dapat berupa: rambut yang berasal dari penjamah makanan yang tidak menutup kepala saat bekerja, potongan kayu, potongan bagian tubuh serangga, pasir, batu, pecahan kaca, isi staples, dan lainnya.



11

Cara Memilih Jajanan Sehat

4

TANDA DAN BAHAYA PANGAN TIDAK AMAN



Pangan yang aman adalah makanan dan minuman yang bebas kuman (mikroba patogen), bahan kimia dan bahan berbahaya yang bila dikonsumsi menimbulkan gangguan kesehatan manusia.

Memilih pangan yang aman memerlukan pengetahuan sederhana tentang tanda atau ciri pangan yang aman.

Cara ini mengandalkan ketajaman inderawi konsumen. Meskipun cara ini tidak seteliti pemeriksaan laboratorium tetapi dapat memberikan indikasi bahwa pangan tersebut berisiko tidak aman

12

Cara Memilih Jajanan Sehat

TANDA PANGAN JAJANAN BERFORMALIN

Bakso formalin memiliki tekstur sangat kenyal dan tidak rusak (berlendir) sampai dua hari pada suhu ruang. Mi basah formalin biasanya lebih mengkilap, tidak lengket satu sama lain, tidak rusak (basi) sampai dua hari pada suhu ruang, dan bertahan lebih dari 15 hari pada suhu lemari es.

Tahu yang formalin memiliki tekstur keras, kenyal tetapi tidak padat, tidak rusak sampai tiga hari dalam suhu ruang dan bisa tahan 15 hari dalam lemari es. Daging ayam dan daging ikan goreng atau nugget goreng yang formalin juga memiliki tekstur yang kenyal dan tidak busuk sampai dua hari pada suhu ruang.



contoh tahu putih ber-formalin

13

Cara Memilih Jajanan Sehat

TANDA PANGAN JAJANAN MENDUNG BORAKS

Bakso yang mengandung boraks tampak berwarna agak putih (seharusnya berwarna abu kecoklatan) dan bertekstur sangat kenyal. Bila bakso ini digigit amat kenyal seperti nyaris bola karet dan bila dipantulkan ke dinding atau lantai memantul seperti bola karet.

Mi basah yang mengandung boraks tampak lebih mengkilap, tidak lengket satu sama lain, tidak gampang putus dan kenyal. Lontong dan buras yang mengandung boraks mempunyai tekstur sangat kenyal, berasa tajam dan memberikan rasa getir. Kerupuk yang mengandung boraks bertekstur renyah dan menimbulkan rasa getir.



Contoh bakso dan mie yang mengandung boraks

14

Cara Memilih Jajanan Sehat

TANDA PANGAN JAJANAN MENDUNG PEWARNA RHODAMIN B DAN METHANYL YELLOW.



Contoh makanan dan minuman yang mengandung Rhodamin B

Makanan dan minuman berwarna merah atau kuning yang mengandung pewarna Rhodamin B dan Methanyl Yellow biasanya menampilkan warna yang mencolok (merah sekali atau kuning sekali), produknya tampak mengkilap, pada makanan kadang warna tidak merata (tidak homogen karena ada yang menggumpal), dan setelah mengonsumsinya terasa sedikit rasa pahit dan gatal di tenggorokan.

Saos cabe atau saos tomat warnanya membekas di tangan kemungkinan pewarna yang digunakan adalah Rhodamin B. Selain itu pangan bisa tidak aman karena tercemar oleh kuman atau mikroba yang dapat menimbulkan penyakit dan keracunan (patogen). Berikut tanda atau ciri sederhana makanan yang berisiko terpapar atau tercemar mikroba patogen.

15

Cara Memilih Jajanan Sehat

TANDA ROTI DAN KUE BASAH TERCEMAR KUMAN PATOGEN

Bila dilihat bentuknya sudah tidak utuh lagi; di bagian tertentu dari roti atau kue tampak berjamur (seperti kapas halus berwarna putih, abu-abu dll); kemasan tampak tidak utuh (robek atau rusak). Bila dicium aroma khas roti atau kue sudah berubah, bahkan muncul bau tengik atau tak sedap; bila diraba keras; dan bila dimakan terasa pahit atau tidak enak



Contoh roti yang sudah *Berjamur*

16

Cara Memilih Jajanan Sehat

TANDA BUAH YANG TERCEMAR KUMAN PATOGEN



Buah yang utuh seperti pisang, jeruk dan apel tampak ada bagian yang mulai rusak (hitam bekas memar); atau sudah ada bagian yang mulai busuk; atau berdebu pada bagian luarnya. Bila memilih buah potong, jangan membeli buah potong pada penjaja yang tidak bersih dan alat yang digunakan untuk memotong dan menyimpan buah potong juga tidak bersih.

Perhatikan ketika penjaja mengambilkan buah potong bagi konsumen, bila penjaja menggunakan alat penjepit yang tidak bersih atau menggunakan sarung tangan tidak bersih sebaiknya hindari membeli buah potong tersebut. Buah potong yang sudah berubah warna, bentuk dan aroma berisiko tidak aman.



Contoh buah yang busuk

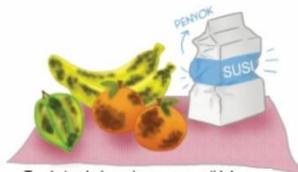


Contoh buah yang segar

17

Cara Memilih Jajanan Sehat

TANDA MINUMAN YANG TIDAK AMAN MINUMAN YANG TERCEMAR



Tanda buah dan minuman yang tidak aman

Kuman patogen akan menimbulkan perubahan aroma dan rasa; misalnya susu dan jus terasa menjadi asam. Kemasan minuman yang sudah rusak dan bocor berisiko tidak aman.

Minum susu dan jus harus segera dihabiskan, bila tidak akan dihindangi kuman yang berisiko tidak aman atau dapat menyebabkan penyakit. Minuman yang terbuka pada suhu ruang berisiko terpapar kuman dan tidak aman.

18

Cara Memilih Jajanan Sehat

5

DAMPAK BURUK PANGAN TIDAK AMAN



Mengonsumsi pangan yang tidak aman akan menimbulkan gangguan kesehatan. Gangguan kesehatan ini berupa gejala ringan seperti pusing dan mual, atau yang serius seperti mual-muntah, keram perut, keram otot, lumpuh otot, diare, cacat dan meninggal dunia.

Cacat permanen terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dapat terjadi karena ketika ibu sedang hamil mengalami keracunan pangan



gambar dilarang keras

19

Cara Memilih Jajanan Sehat

Peristiwa keracunan pangan karena pangan tidak aman tidak hanya berdampak buruk bagi konsumen atau korban, tetapi berdampak buruk secara sosial dan ekonomi bagi keluarga, bagi produsen atau industri pangan, dan bagi pemerintah. Pada tabel berikut disajikan berbagai kemungkinan risiko kesehatan, sosial dan ekonomi bagi korban dan keluarganya, dan bagi produsen pangan yang tidak aman, dan pemerintah.

Dampak Buruk Bagi Diri Sendiri & Keluarganya	Dampak Buruk Bagi Produsen Atau Industri
1. Sakit, cacat atau gangguan perkembangan	1. Penurunan citra produk
2. Meningkatkan absen sekolah atau hari kerja	2. Kehilangan pembeli
3. Menurunkan produktifitas kerja	3. Mengalami kerugian
4. Meningkatkan pengeluaran jangka Panjang dan kehilangan kesempatan hidup yang lebih bila berdampak kronik	4. Membayar biaya sanksi bila dituntut oleh pembeli
5. Menderita atau kesakitan dalam jangka Panjang	5. Berdosa karena menjual belikan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman
6. Meninggal dunia	6. Tidak mudah dipercaya oleh pembeli

Tabel 1 Dampak buruk bila pangan tidak aman

20

Cara Memilih Jajanan Sehat

6

TIPS MEMILIH JAJANAN SEHAT



- A** Pilihlah pangan dalam keadaan tertutup atau dalam kemasan sehingga terbebas dari debu, lalat, kecoa dan tikus serta mikroba.
- B** Pilihlah pangan dalam kondisi baik atau sebelum melewati tanggal kadaluarsa.
- C** Amati apakah makanan tersebut berwarna mencolok atau jauh berbeda dari warna aslinya. Snack, kerupuk, mi, dan es krim yang berwarna terlalu mencolok ada kemungkinan telah ditambah zat pewarna yang tidak aman.

21

Cara Memilih Jajanan Sehat

- D** Perhatikan makanan tersebut, apakah masih segar, atau sudah berjamur yang bisa menyebabkan keracunan. Makanan yang sudah berjamur menandakan proses pengawetan tidak berjalan sempurna, atau makanan tersebut sudah kadaluarsa.
- E** Amati komposisinya. Bacalah dengan teliti adakah kandungan bahan tambahan pangan yang berbahaya yang bisa merusak kesehatan
- F** Apabila hendak membeli makanan, pastikan produk tersebut telah memiliki ijin edar yang bisa diketahui pada label yang tertera di kemasan.

PERSYARATAN MAKANAN JADI YANG BAIK



- 1** Makanan jadi dalam kondisi baik, tidak rusak dan tidak busuk.
- 2** Makanan tidak berlendir, tidak berjamur, dan tidak kadaluarsa.
- 3** Buah-buahan dan sayuran yang dimakan mentah dicuci bersih dengan air yang memenuhi persyaratan.
- 4** Kemasan makanan tidak rusak (gembung, cekung, bocor, dan penyok).

22

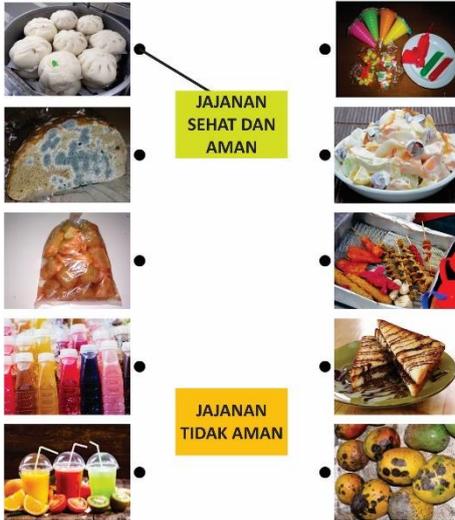
Cara Memilih Jajanan Sehat

23

Cara Memilih Jajanan Sehat

CARA MEMBEDAKAN JAJANAN YG SEHAT DAN AMAN DENGAN JAJANAN YG TIDAK AMAN

Menurut kalian gambar dibawah ini termasuk makanan sehat dan aman atau jajanan yang tidak aman ? hubungkan gambar dengan tulisan yang berada di tengah .



Daftar Pustaka

BPOM. 2013. Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang

Ditjen Bina Gizi Dan Kesehatan Ibu Dan Anak Kementerian Kesehatan RI. 2011. Pedoman Keamanan Pangan di Sekolah Dasar

Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003 Tentang Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan

Cara Memilih Jajanan Sehat

25

Daftar Pustaka Gambar Booklet

- <https://www.jajanansekolah.com/jajanan-sehat-anak-sekolah/>
- <https://www.pengusahasukkses.com/pejuang-bisnis-kue-vla-susu-dan-analisa-usahanya/>
- <https://www.educenter.id/tahukah-anda-akibat-jajan-sembarangan-di-luar-kantin-sehat-sekolah/>
- <http://www.toko-listrik.com/2016/09/menerima-pesanan-kue-nagasari-area.html?m=1>
- https://cookpad.com/id/resep/4869375-camilan-lidi-lidian?via=search&search_term=snack%20lidi
- <https://cookpad.com/id/resep/185448-kering-mie-pedas>
- <https://travelingyuk.com/yehliu-geopark-di-taiwan/120039/>
- https://www.google.co.id/search?q=logo.bpom&safe=strict&client=ms-android-xiaomi&prmd=inv&source=inms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKewi58ZAnKDdAhvKQ48KHUV2DEIQ_AUJESgB&cschid=15360252937708&biw=360&bih=560#imgrc=P5wK654kavrAqM:
- <http://1001topgambar.blogspot.com/2018/04/gambar-kartun-anak-sedang-belajar.html?m=1>
- <https://www.kanalaceh.com/2017/06/08/tips-memilih-bakso-sehat-untuk-dikonsumsi/>
- <https://m.vemale.com/resep-makanan/93113-resep-bubur-ayam-sederhana-yang-enaknya-juara.html>
- <https://id.openrice.com/id/jakarta/p-gado-gado-boplo-p357160>
- <https://carwad.net/wallpaper-905860>
- <https://resepquen.blogspot.com/2014/10/resep-lempur-abon-yang-mudah-dan-enak.html?m=1>
- <http://m4y-a5a.blogspot.com/2012/04/minum-jus-ini-aturannya.html?m=1>
- <http://lovelyniasulamalis.com/minuman-sehat-untuk-merawat-kulit/>
- <http://www.mensive.com/ini-alasan-buah-buahan-potong-lebih-baik-berbanding-jus/>
- https://id.wikipedia.org/wiki/Fichier:Attention_Sign.svg

26

Cara Memilih Jajanan Sehat