

**LAPORAN PENDIDIKAN KESEHATAN  
JAJANAN SEHAT BALITA UNTUK MEMPERTAHANKAN GIZI ANAK  
PADA ORANG TUA DI DUSUN KRAJAN DESA RANU PAKIS  
KEC. KLAKAH LUMAJANG**

---

Pendidikan Kesehatan Jajanan Sehat Balita Untuk Mempertahankan Gizi Anak Pada Orang Tua Di Dusun Krajan Desa Ranu Pakis Kec. Klakah Lumajang.

Oleh:

1. Achlish Abdillah, SST,M.Kes. (197203232000031003)
2. Nurul Hayati, S.Kep.Ners., MM. (196506291987032008)
3. Sri Wahyuningsih, S.ST, M.Keb (197803032005012001)

**Dosen Program Studi D3 Keperawatan Kampus Lumajang  
Universitas Jember**



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN  
TINGGI UNIVERSITAS JEMBER  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA  
MASYARAKAT**

Dilaksanakan atas dasar Surat Tugas Ketua LP2M Universitas Jember  
Nomor : 4375/UN25.3.2/PM/2018.  
Tanggal : 16 Oktober 2018  
(Sumber dana : Mandiri)

## RINGKASAN

- Judul : Pendidikan Kesehatan Jajanan Sehat Balita Untuk Mempertahankan Gizi Anak Pada Orang Tua Di Dusun Krajan Desa Ranu Pakis Kec. Klakah Lumajang
- Nama Pelaksana : 1. Achlish Abdillah, SST,M.Kes.  
2. Nurul Hayati, S.Kep.Ners., MM.  
3. Sri Wahyuningsih, S.ST, M.Keb

Makanan - Suatu makanan terdiri dari sejumlah makanan padat dan cair yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok penduduk (Harper dkk, 1986). Sedangkan menurut Depkes RI (2001) [makanan](#) mempunyai pengertian sebagai segala sesuatu yang dikonsumsi melalui mulut untuk kebutuhan tubuh agar tubuh sehat.

Definisi Makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia untuk dapat melangsungkan kehidupan selain kebutuhan sandang dan perumahan. Makanan selain mengandung nilai gizi juga merupakan media untuk dapat berkembang biaknya mikroba atau kuman terutama makanan yang mudah membusuk yang mengandung kadar air serta nilai protein yang tinggi. (Depkes RI, 2004).

Menurut Irianto, K (2007) makanan jajanan adalah makanan yang banyak ditemukan dipinggir jalan yang dijajakan dalam berbagai bentuk, warna, rasa serta ukuran sehingga menarik minat dan perhatian orang untuk membelinya. Kecenderungan anak balita lebih-lebih usia sekolah mudah membeli jajanan terkadang tidak memperhatikan dari segi kesehatan seperti ciri jajanan yang sehat. Bila ini berlangsung lama akan menyebabkan pemenuhan gizi anak tidak terpenuhi selain itu anak akan terkena keracunan makanan.

Tujuan penyuluhan ini adalah Setelah diberikan pendidikan kesehatan diharapkan Orang Tua Di Dusun Krajan Desa Ranu Pakis Kec. Klakah Lumajang mengerti dan memahami tentang jajanan sehat untuk mencegah kekurangan gizi pada balita.serta diharapkan orang tua bisa memilih jajanan yang sehat.

Metode pengabdian ini melalui kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan adalah dengan ceramah dan demonstrasi contoh model jajanan yang sehat pada Orang Tua Di Dusun Krajan Desa Ranu Pakis Kec. Klakah Lumajang. Beberapa faktor yang sangat menunjang atas keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah adanya koordinasi yang baik antara pemateri dengan pemegang kebijakan/ perangkat desa, serta antusiasme Orang Tua Di Dusun Krajan Desa Ranu Pakis Kec. Klakah Lumajang. Adapun faktor penghambatnya antara lain kondisi lingkungan di desa termasuk di sekolah yang masih banyak ditemukan penjual jajanan makanana yang belum sesuai syarat jajanan yang sehat dan hygiene.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dikatakan berhasil. Hal ini dapat diamati pada tingkat kehadiran, keaktifan peserta serta pemahaman terhadap materi yang diberikan serta adanya kesadaran orang tua tentang bagaimana memilihkan jajanan yang sehat untuk mempertahankan gizi pada anak balitanya.. Kegiatan ini berlangsung secara tertib dan baik tanpa mengalami hambatan yang berarti. Tindak lanjut yang perlu dilakukan adalah adanya kegiatan sejenis dengan melibatkan lintas sektor terutama dengan pihak sekolah dan penjual jajanan keliling. Pada kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan membawa contoh-contoh konkrit jajanan yang tidak sehat dan hygiene.

## PRAKATA

Alhamdulillah, Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, pencipta alam semesta yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat selesai dengan baik.

Pengertian Makanan - Suatu makanan terdiri dari sejumlah makanan padat dan cair yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok penduduk (Harper dkk, 1986). Sedangkan menurut Depkes RI (2001) [makanan](#) mempunyai pengertian sebagai segala sesuatu yang dikonsumsi melalui mulut untuk kebutuhan tubuh agar tubuh sehat.

Definisi Makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia untuk dapat melangsungkan kehidupan selain kebutuhan sandang dan perumahan. Makanan selain mengandung nilai gizi juga merupakan media untuk dapat berkembang biaknya mikroba atau kuman terutama makanan yang mudah membusuk yang mengandung kadar air serta nilai protein yang tinggi. Kemungkinan lain masuknya atau beradanya bahan-bahan berbahaya seperti bahan kimia, residu pestisida serta bahan lainnya antara lain debu, tanah, rambut manusia dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan manusia (Depkes RI, 2004).

Pengertian Makanan Jajanan bila kita tidak sempat makan dirumah, kita bisa membeli makanan yang dijajakan oleh orang dan ini yang dinamakan makanan jajanan (Anonim, 2003). Menurut Irianto, K (2007) makanan jajanan adalah makanan yang banyak ditemukan dipinggir jalan yang dijajakan dalam berbagai bentuk, warna, rasa serta ukuran sehingga menarik minat dan perhatian orang untuk membelinya

### **Ciri-Ciri Makanan Jajanan Yang Sehat**

Salah satu tujuan makan adalah supaya tubuh kita sehat, namun disisi lain makan juga dapat menjadi salah satu sumber penyakit. Oleh karena itu menurut Anonim (2002) sebaiknya pilihlah makanan jajanan yang sehat, yaitu makanan jajanan yang segar, bersih dan aman dari cemaran bahan kimia dan fisik.

#### **1. Ciri-ciri makanan dan jajanan yang segar**

Cara memilih makanan atau jajanan yang segar, untuk makanan yang telah diolah (digoreng, direbus, dikukus) pilihlah makanan baru saja dimasak (masih panas). Jika sudah dingin atau disimpan, maka pilihlah yang tidak berlendir, tidak berbau asam, tidak berjamur dan rasanya masih wajar (normal).

Untuk buah-buahan segar, pilihlah buah yang kulitnya masih segar atau tidak keriput, tidak busuk atau lembek. Untuk makanan kalengan atau makanan dalam botol, pilihlah kemasan yang tidak penyok, bentuknya masih utuh, tutupnya masih disegel atau belum rusak, tidak bocor, tidak kembung, serta tanggal penggunaannya masih berlaku atau belum kadaluarsa (Anonim, 2002).

## 2. Ciri-ciri makanan dan jajanan yang bersih

Makanan yang sehat selain keadaannya segar juga harus bersih, tidak dihinggapi lalat, tidak dicemari oleh debu dan bahan-bahan pengotor lainnya.

Makanan yang bersih mempunyai ciri-ciri:

1. Bagian luarnya terlihat bersih, tidak terlihat ada kotoran yang menempel.
2. Makanan tersebut disajikan dalam piring atau wadah tempat makanan yang tidak berdebu.
3. Tidak terdapat rambut atau isi stepler.
4. Disajikan dalam keadaan tertutup atau dibungkus dengan plastik, kertas tidak bertinta, daun pisang atau daun lainnya.
5. Makanan dimasak, disimpan atau disajikan di tempat yang jauh dari tempat pembuangan sampah, got, dan tepi jalan yang banyak dilalui kendaraan.
6. Makanan dimasak dengan peralatan yang bersih dengan menggunakan air bersih, tidak berbau atau keruh (Anonim, 2002).

## 3. Ciri-ciri makanan dan jajanan yang aman

Makanan yang sehat, selain segar dan bersih juga tidak boleh mengandung bahan kimia yang berbahaya. Bahan-bahan kimia yang biasa ditambahkan kedalam makanan secara sengaja disebut bahan tambahan pangan (zat aditif pangan). Bahan kimia yang biasa ditambahkan ke dalam makanan saat pengolahan yaitu: bahan pewarna, pemanis, pengawet, pengental dan penambah rasa.

Bahan tambahan makanan umumnya berupa bahan-bahan kimia yang asing bagi tubuh. Oleh karena itu penggunaannya tidak boleh berlebihan, karena dapat berakibat kurang baik bagi kesehatan (Anonim, 2002).

Kecenderungan anak balita lebih-lebih usia sekolah mudah membeli jajanan terkadang tidak memperhatikan dari segi kesehatan seperti ciri jajanan yang sehat. Bila ini

berlangsung lama akan menyebabkan pemenuhan gizi anak tidak terpenuhi selain itu anak akan terkena keracunan makanan

Perguruan tinggi harus hadir ditengah tengah masyarakat dalam mengaplikasikan tridharma perguruan tinggi melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Prodi D3 Keperawatan Unej Kampus Lumajang hadir untuk mengabdikan pada masyarakat melalui strategi pemberdayaan masyarakat dalam mengatasi masalah yang ada dimasyarakat khususnya bidang kesehatan melalui promosi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan.

Kami berharap kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar dan sesuai tujuan sebelumnya. Kami berharap saran yang membangun sehingga dapat meningkatkan efektifitas dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Lumajang, Oktober 2018

Penyusun

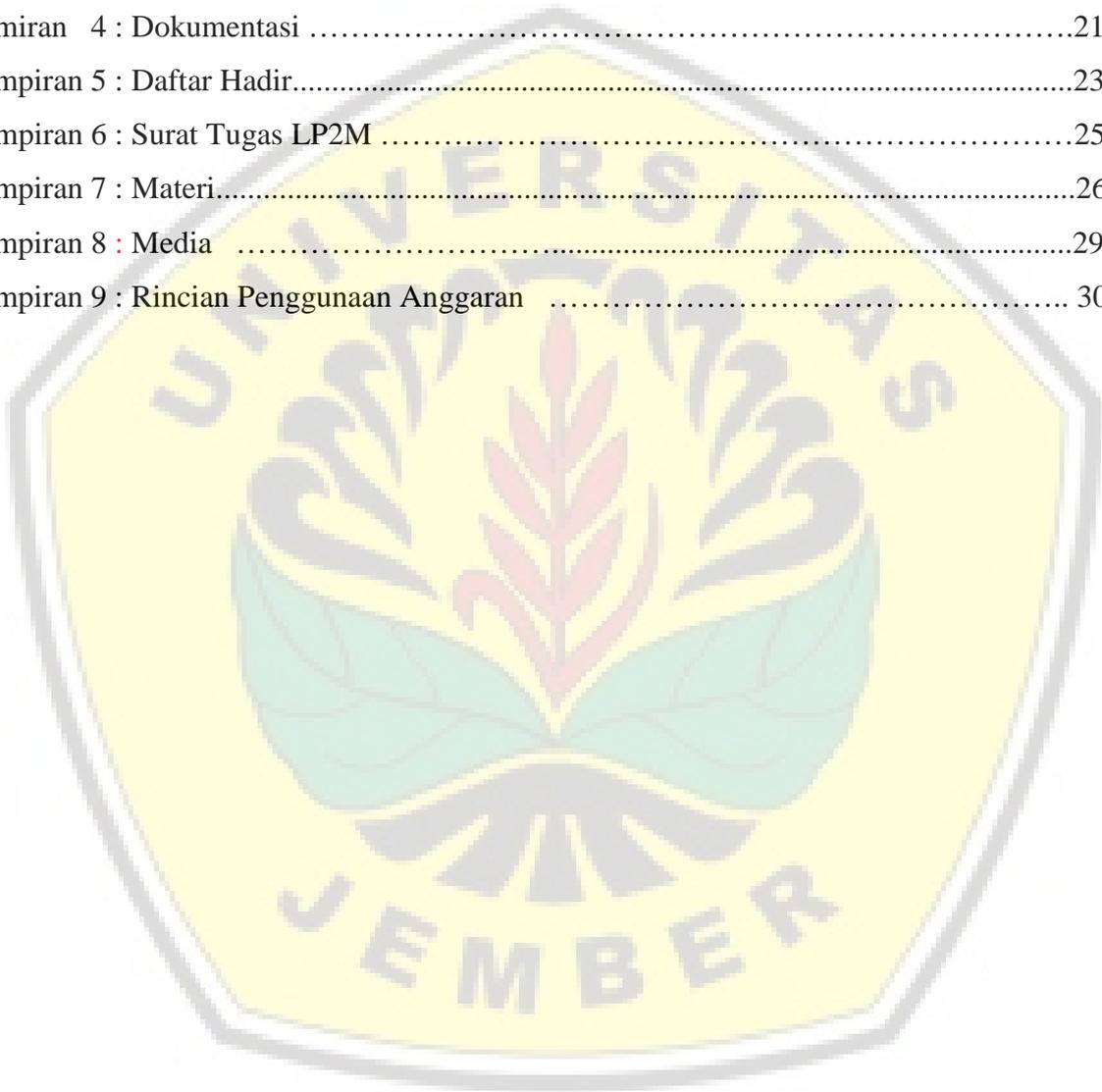


## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	1
Halaman Pengesahan.....	2
Ringkasan.....	3
Prakata.....	4
Daftar Isi.....	6
Daftar Lampiran.....	7
Bab 1 Pendahuluan.....	8
1.1 Analisis Situasi.....	8
1.2 Rumusan Masalah.....	9
Bab 2 Tujuan dan Manfaat.....	10
2.1 Tujuan.....	10
2.2 Manfaat.....	10
Bab 3 Kerangka Penyelesaian Masalah.....	11
3.1 Dasar Pemikiran.....	11
3.2 Kerangka Penyelesaian Masalah.....	11
Bab 4 Pelaksanaan Kegiatan.....	13
4.1 Realisasi Penyelesaian Masalah.....	13
4.2 Khalayak Sasaran.....	13
4.3 Metode yang Digunakan.....	13
Bab 5 Hasil Kegiatan.....	14
5.1 Analisa Evaluasi dan Hasil-Hasilnya.....	14
5.2 Faktor Pendorong.....	14
5.3 Faktor Penghambat.....	14
Bab 6 Penutup.....	15
6.1 Kesimpulan.....	15
6.2 Saran.....	15
Daftar Pustaka.....	16
Lampiran.....	17

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1: Surat Permintaan dari Kepala Desa Ranu Pakis.....	18
Lampiran 2: Daftar Riwayat Hidup Pelaksana kegiatan.....	19
Lampiran 3 : Berita Acara.....	20
Lampiran 4 : Dokumentasi .....	21
Lampiran 5 : Daftar Hadir.....	23
Lampiran 6 : Surat Tugas LP2M .....	25
Lampiran 7 : Materi.....	26
Lampiran 8 : Media .....	29
Lampiran 9 : Rincian Penggunaan Anggaran .....	30



## BAB VI PENUTUP

### 1.1 Kesimpulan

Agar balita dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, maka makanan yang dikonsumsi tidak boleh hanya sekedar mengenyangkan perut saja, tapi seharusnya :

- a. Beragam jenisnya
- b. Jumlah/porsi cukup
- c. Higienis dan aman
- d. Makan dilakukan secara teratur
- e. Makan dilakukan dengan cara yang baik

Pada Balita dapat terjadi kekurangan gizi salah satunya akibat jajanan yang tidak sehat. Pada jajanan yang tidak sehat selain tidak mengandung zat gizi yang diperlukan oleh tubuh balita serta juga dapat menyebabkan keracuna akibat zat aditif yang dikandungnya.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat khususnya penyuluhan tentang jajanan yang sehat dan hygiene pada sasaran Orang Tua Balita sudah tepat dikarenakan

- a. Orang Tua adalah orang yang selalu tahu akan kebutuhan anaknya lebih- lebih bagaimana menjaga kesehatan terutama upaya mempertahankan gizi balita melalui pemilihan jajanan yang sehat agar tidak terjadi masalah-masalah kesehatan seperti terjadinya keracunan makanan akibat jajanan yang tidak sehat.
- b. Banyak peserta yang mengajukan pertanyaan dan menyadari bahwa selama ini sudah salah saat membelikan jajanan karena hanya menuruti Si Anak bukan dipertimbangkan berdasarkan syarat-syarat jajanan sehat dan hygiene.

### 1.2 Saran

Perlu adanya kegiatan yang sejenis dengan melibatkan lintas sektor untuk memberikan pemahaman tidak hanya bagi konsumen dalam hal ini adalah anak/orang tua tetapi juga pihak produsen/ penjual jajanan keliling serta pihak sekolah perlu dilibatkan.

## DAFTAR PUSTAKA

Harper, Laura J. 1989. Pangan, Gizi dan Pertanian. Penerbit Universitas Indonesia. Jakarta.

Depkes RI. 2001. Pedoman Penyuluhan Gizi pada Anak Sekolah bagi Petugas Puskesmas. Jakarta.

Depkes RI. 2004. Hygiene Sanitasi Makanan dan Minuman (HSMM). Buku Pedoman Akademi Penilik Kesehatan. Jakarta.

Depkes RI. 1994. Pedoman Pengelolaan dan Penyehatan Makanan Warung Sekolah. Jakarta.

Sitorus, L. 2007. Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa Sekolah Dasar Tentang Makanan dan Minuman yang Mengandung Bahan Tambahan Makanan pada Sekolah Dasar di Kecamatan Medan Denai. Skripsi FKM USU. Medan.

Anonim. 2002. Memilih Makanan dan Jajanan yang Sehat. Balitbang Depdiknas dan Lembaga Penelitian IPB. Bogor.

Khomsan, A. 2003. Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.

Irianto, DP. 2007. Panduan Gizi Lengkap : Keluarga dan Olahragawan. CV. Andi offset. Yogyakarta.

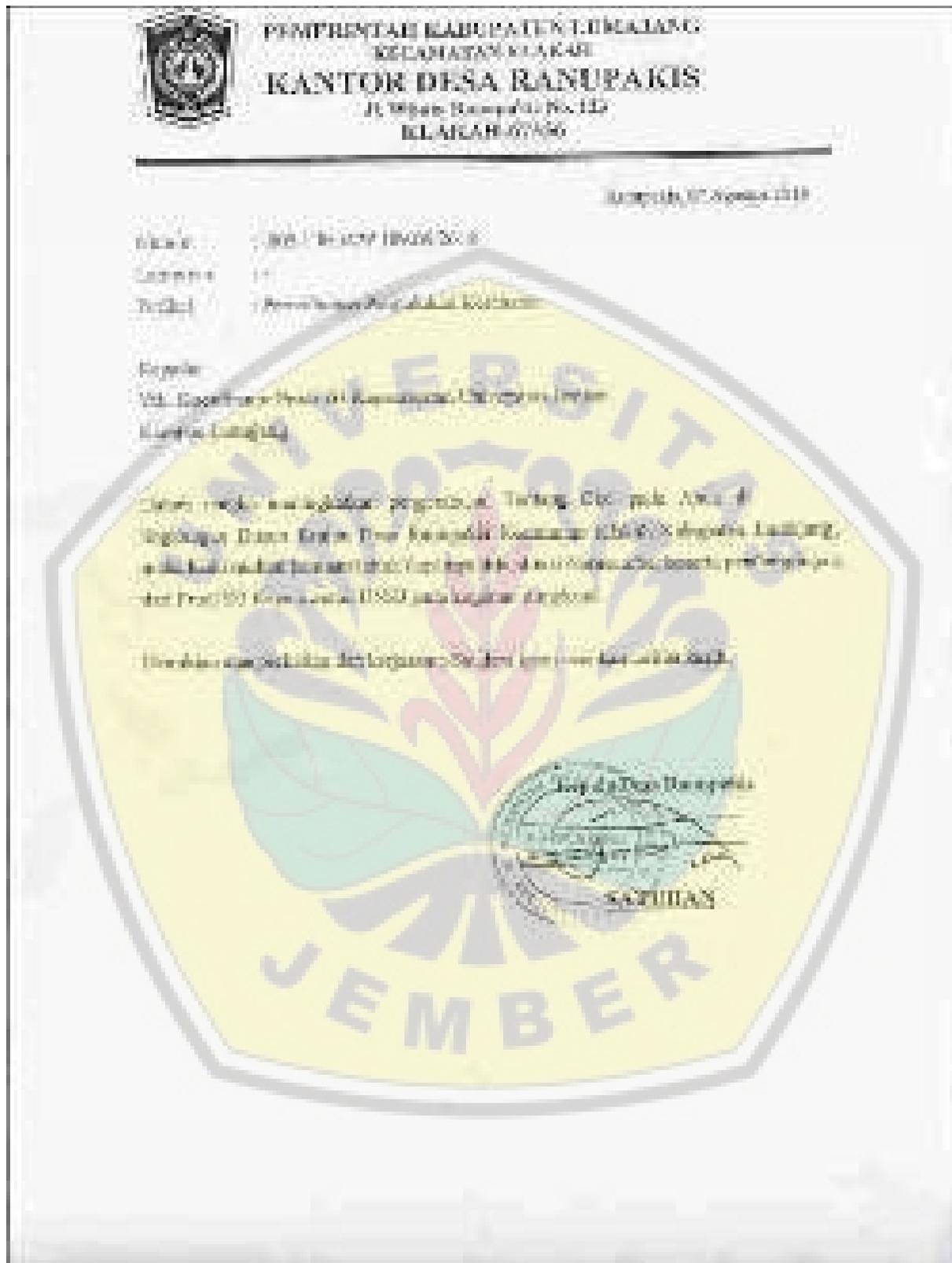
Mudjajanto, E S. 2006. Keamanan Makanan Jajanan Tradisional. Penerbit Buku Kompas. Jakarta.

Irianto, K. 2007. Gizi dan Pola Hidup Sehat. CV. Yrama Widya. Bandung



**IAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**PENDIDIKAN KESEHATAN**  
**JAJANAN SEHAT BALITA UNTUK MEMPERTAHANKAN GIZI ANAK**  
**PADA ORANG TUA DI DUSUN KRAJAN DESA RANU PAKIS**  
**KEC. KLAKAH LUMAJANG**

Lampiran 1: Surat Permintaan dari Kepala Desa Ranu Pakis



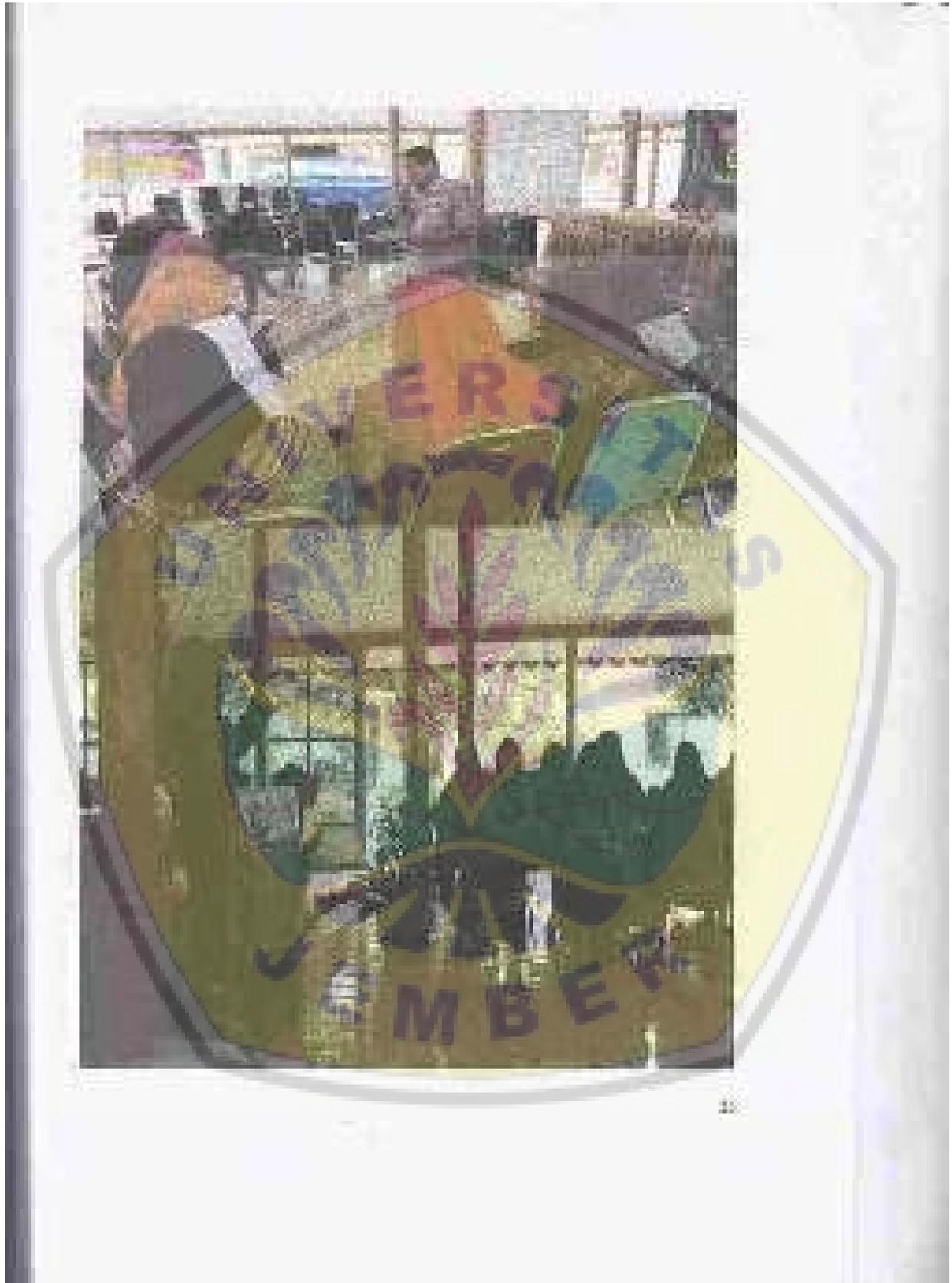
## Lampiran 2: Daftar Riwayat Hidup Pelaksanaan Kegiatan

1. Nama : Achlish Abdillah, SST,M.Kes  
NIP : 197203232000031003  
Pangkat/ Golongan : Penata Muda Tk I/ III b  
Jabatan : Dosen  
Instansi : Prodi D3 Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang  
Bidang Keahlian : Pelayanan Pendidikan Kesehatan  
Pendidikan Terakhir : S2 Kesehatan Universitas Sebelas Maret Surakarta
2. Nama : Nurul Hayati, S.Kep. Ners.,MM.  
NIP : 196506291987032008  
Pangkat/ Golongan : Pembina/ IVa  
Jabatan : Dosen  
Instansi : Prodi D3 Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang  
Bidang Keahlian : Manajemen Pendidikan  
Pendidikan Terakhir : S2 Ilmu Ekonomi Indonesia Malang
3. Nama : Sri Wahyuningsih, S.ST., M.Keb  
NIP : 197803032005012001  
Pangkat/ Golongan : Penata Muda Tk. I/ III a  
Jabatan : Dosen  
Instansi : Prodi D3 Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang  
Bidang Keahlian : Kebidanan  
Pendidikan Terakhir : S2 Kebidanan Universitas Padjadjaran Bandung

Lampiran 3: Berita Acara







Lampiran 5: Daftar Hadir

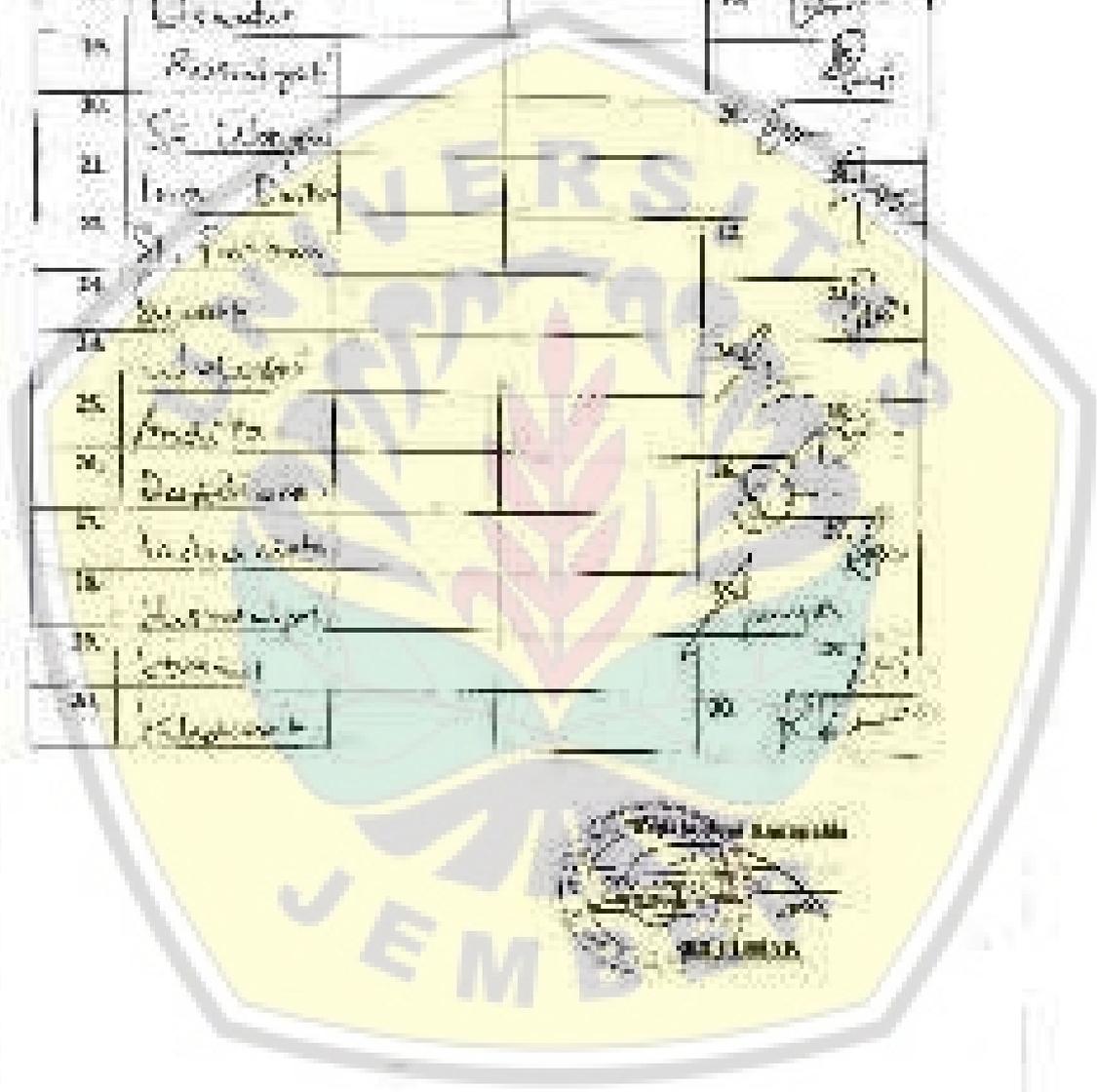
**DAFTAR HADIR**

Tanggal: 22 Sep 2022  
 Waktu: 08.00  
 Tempat: Ruang Dosen Administrasi

NO.	NAMA	INSTANSI	JABATAN	TTD
1	Wahyuni			[Signature]
2	Hendri			[Signature]
3	Sugeng			[Signature]
4	Yuda			[Signature]
5	Yeni P.			[Signature]
6	Fitria			[Signature]
7	Sigit			[Signature]
8	Hendri			[Signature]
9	Triandhi			[Signature]
10	Alvin			[Signature]
11	Alvin			[Signature]
12	Yeni P.			[Signature]
13	Yeni P.			[Signature]
14	Sugeng			[Signature]
15	Wahyuni			[Signature]

  
 24/11/2022

No	TITIK	INSTRUMEN	INSTRUMEN	TARICAH LAINNYA
16	Belajar sendiri			100, 100%
17	Belajar dengan guru			100, 100%
18	Belajar mandiri			100, 100%
19	Belajar dengan guru			100, 100%
20	Belajar dengan guru			100, 100%
21	Belajar dengan guru			100, 100%
22	Belajar dengan guru			100, 100%
23	Belajar dengan guru			100, 100%
24	Belajar dengan guru			100, 100%
25	Belajar dengan guru			100, 100%
26	Belajar dengan guru			100, 100%
27	Belajar dengan guru			100, 100%
28	Belajar dengan guru			100, 100%
29	Belajar dengan guru			100, 100%
30	Belajar dengan guru			100, 100%



UNIVERSITAS JEMBER  
JEMBER

Kampus di Sekeloa, Sejahtera di 2022



### ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

#### UNIVERSITAS JEMBER

ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

#### R E P O R T

ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

No.	Nama	Alamat	Jenis	Tempat	Tempat
1.	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32
2.	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32
3.	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32	ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

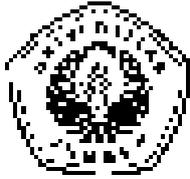
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32



ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32

ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32  
ALUMNI PELAJAR REKOT, TEKNOLOGI DAN FINANSIAL TIM 32



Lampiran 7: Materi

**Jajanan Sehat balita untuk Mempertahankan Gizi  
Anak Pada Orang Tua di Dusun Krajan  
Desa Ranu Pakis Klakah  
Lumajang**



Disampaikan  
TIM

Dalam Rangka Kegiatan  
Pengabdian Masyarakat Prodi D3 Keperawatan Unej kampus Lumajang

Di Dusun Krajan Desa Ranu pakis Kec. Klakah Lumajang  
Tanggal 25, September 2018

## **Pengertian**

Depkes RI (2001) [makanan](#) mempunyai pengertian sebagai segala sesuatu yang dikonsumsi melalui mulut untuk kebutuhan tubuh agar tubuh sehat

makanan jajanan adalah makanan yang banyak ditemukan dipinggir jalan yang diujakan dalam berbagai bentuk, warna, rasa serta ukuran sehingga menarik minat dan perhatian orang untuk membelinya

Penjamah makanan jajanan dalam melakukan kegiatan pelayanan penanganan makanan jajanan harus memenuhi persyaratan antara lain :

1. Tidak menderita penyakit mudah menular misal: batuk, filek, influenza, diare, penyakit perut sejenisnya.
2. Menutup luka (pada luka terbuka/bisul atau luka lainnya).
3. Menjaga kebersihan tangan, rambut, kuku dan pakaian.
4. Memakai celemek dan tutup kepala.
5. Mencuci tangan setiap kali hendak menangani makanan.
6. Menjamah makanan harus memakai alat/perlengkapan, atau dengan alas tangan.
7. Tidak sambil merokok, menggaruk anggota badan (telinga, hidung, mulut atau bagian lainnya).
8. Tidak batuk atau bersin di hadapan makanan jajanan yang disajikan dan atau tanpa menutup mulut atau hidung.

***makanan jajanan yang sehat, yaitu makanan jajanan yang segar, bersih dan aman dari cemaran bahan kimia dan fisik.***

4. Ciri-ciri makanan dan jajanan yang segar (telah diolah : digoreng, direbus, dikukus)
  - ✓ Mkn baru dimasak/ msh panas
  - ✓ Jika dingin pilih tdk berlendir, berbau asam, berjamur, rasanya wajar
  - ✓ Buah pilih segar, tdk keriput,, busuk, atau lembek
  - ✓ Mkn kaleng/ bentuk botol pilih kemasan tdk penyok, utuh, tersegel, tdk bocor, tdk gembung, tgl tdk kadaluarsa
5. Ciri makanan dan jajanan yg bersih

# Digital Repository Universitas Jember

- ✓ Tdk dihindangi lalat
- ✓ Tdk dicemari debu & bhn pengotor lainnya
- ✓ Tdk ada rambut
- ✓ Tertutup/ dibungkus plastic, kertas tdk bertinta, daun pisang dll
- ✓ Dimasak dg peralatan bersih
- ✓ Disajikan jauh dari pembuangan sampah, got dan tepi jln

## 6. Ciri makanan dan jajanan yg aman

- ✓ Bhn kimia yg berbahaya



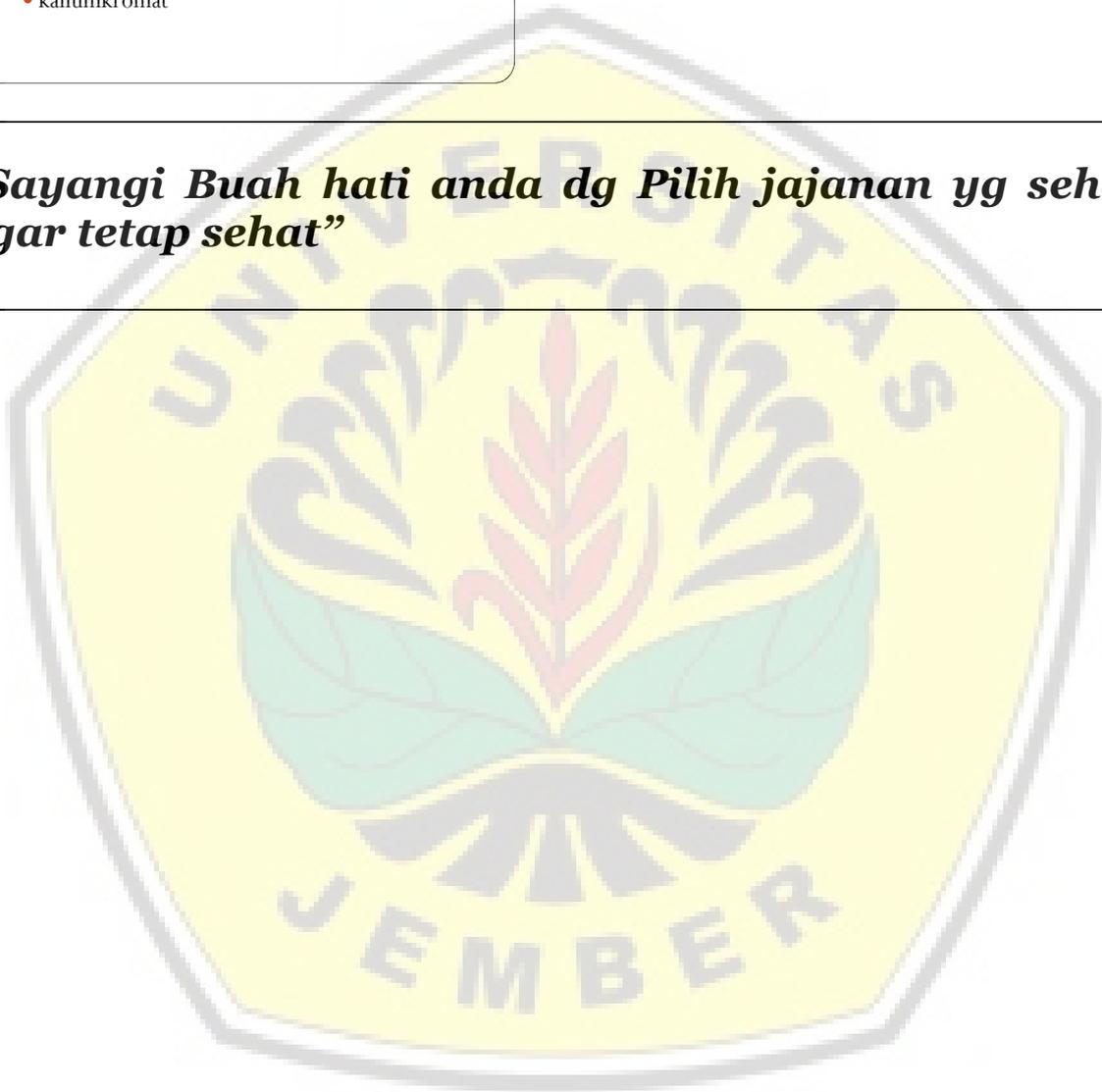
Bahan tambahan mkn  
dijinkan

- Antioksidan
- Antikempal
- Pengatur keasaman
- Pemanis buatan
- Pemutih/pematang tepung
- Pengemulsi, pengental
- Pengawet
- Pengeras
- Pewarna
- Penyedap rasa

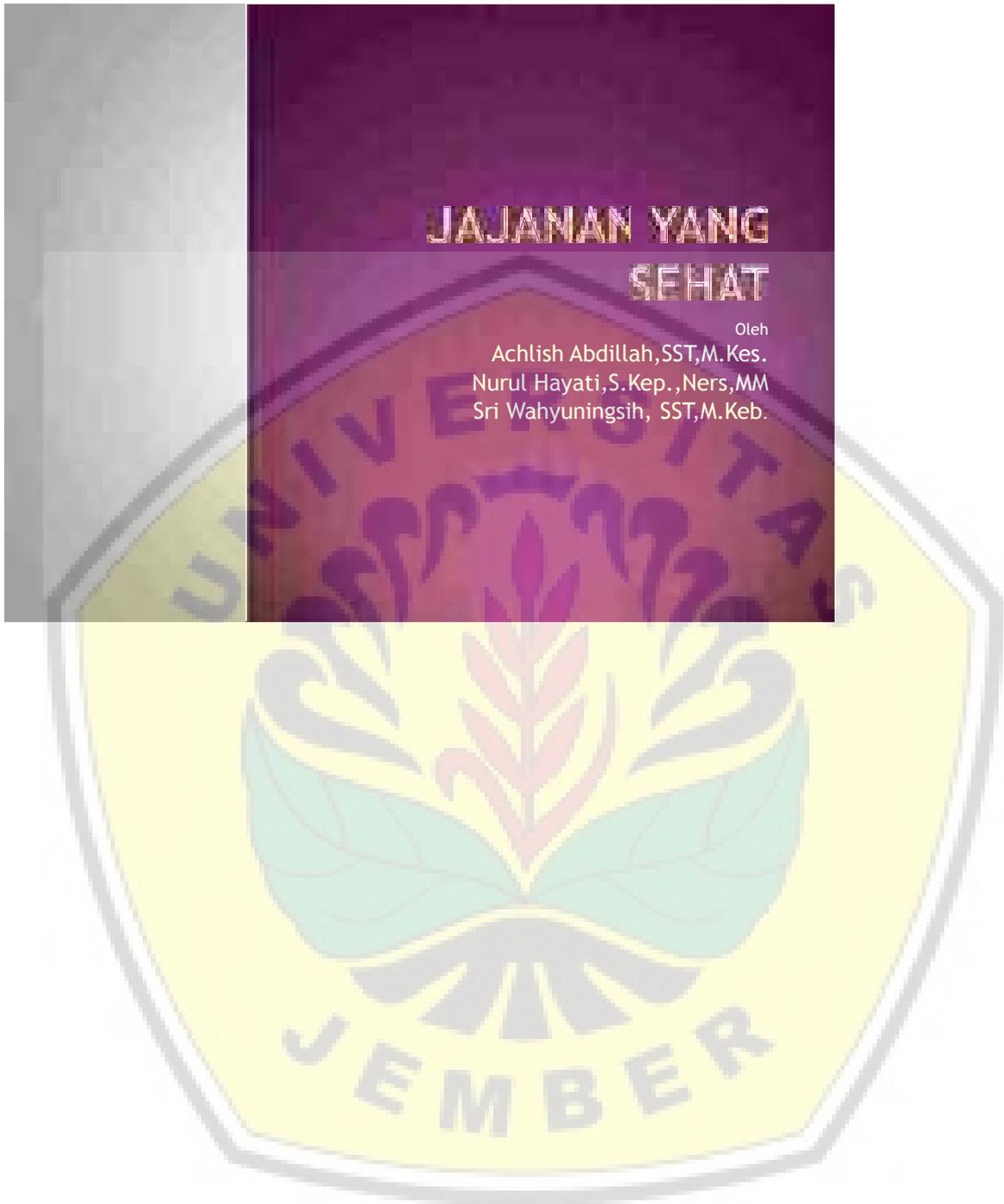
Bahan tambahan mkn  
dilarang

- Asam boraks
- formalin
- Asam salisilat
- Dietil pilokarbonat
- Dulsil
- Kalium klorat
- Kloramfenikol
- Nitrofurasin
- kaliumkromat

***“Sayangi Buah hati anda dg Pilih jajanan yg sehat  
agar tetap sehat”***



**Lampiran 8 : Media**



## Tips untuk mengajarkan anak agar tidak jajan sembarangan

1. Hindari jajanan yang dijual di tempat terbuka serta tanpa penutup atau tidak dilindungi oleh kemasan makanan.
2. Mengajarkan anak-anak bisa memilih tempat dagang makanan di tempat yang bersih, serta terhindar dari matahari, debu, hujan, dan asap kendaraan bermotor secara langsung.
3. Mengajarkan anak untuk tidak terbiasa membeli makanan atau jajanan yang dibungkus dengan kertas bekas ataupun koran bekas.
4. Hati-hati dengan jenis makanan murah yang biasanya mengandung bahan pangan sintesis berlebihan atau bahkan bahan pangan berbahaya. Cermati bila bahan makanan itu memiliki warna yang cerah dan mencolok karena besar kemungkinan mengandung pewarna non makanan.
5. Orangtua harus mengedukasi anak agar selalu memilih jajanan yang aman, salah satunya adalah dengan membawakan bekal yang dipilih dan disiapkan sendiri oleh orang tua.
6. Orang tua juga dapat menunjukkan kepada anak di mana tempat yang higienis dan sehat untuk membeli makanan, misalnya di kantin sekolah yang memenuhi syarat kebersihan.
7. Ajari anak untuk memilih jajanan yang bersih, tidak diinggapi lalat. Penjualnya menjaga kebersihan diri dan kemasan makanan aman. Kalau perlu sesekali datang ke lingkungan sekolah dan amati jajanan mana saja yang aman bagi anak Anda
8. Jajanan harus memenuhi syarat keseimbangan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk dapat beraktifitas. Jajanan harus mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral dengan porsi berimbang. Makanan bergizi seimbang sangat penting untuk pertumbuhan optimal pada anak dan sebagai dasar fondasi hidup sehat untuk masa yang akan datang.
9. Nasihati anak-anak agar tidak hanya memilih satu jenis jajanan saja. Oleh karena itu, makan harus bervariasi agar kebutuhan akan setiap gizi terpenuhi