



Pengolahan *Fruit juice* oleh Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo Sebagai Minuman Sehat Untuk Anak Usia Dini di Desa To'lemo

Wahyuni Ulpi¹, Warda², Nirwana Binti David r³, Ismawati⁴

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo_Indonesia

E-mail: wahyuniulpi@umpalopo.ac.id¹, Wardha301@gmail.com², nirwanadavitrahman@gmail.com³, ismawati030303@gmail.com⁴
WA: 085255401671

Article History:

Received : 4 Maret 2020

Review :

Revised :

Accepted :

Abstract: Anak usia dini adalah kelompok anak yang berusia 0-6 tahun. Pada periode ini, anak berada dalam fase perkembangan yang sangat kritis dan rentan terhadap pengaruh lingkungan sekitar. Dalam hal ini untuk memenuhi asupan nutrisi yang seimbang pada anak usia dini guna untuk mendukung tumbuh kembang mereka, kita harus memperhatikan asupan gizinya salah satunya adalah dengan mengonsumsi buah. Namun tidak semua anak usia dini menyukai buah. Maka dari itu dengan pengolahan buah menjadi fruit juice ini membuat anak menjadi suka dengan buah karena pengolahannya yang unik sehingga menambah ketertarikan anak dalam mengonsumsi buah. Manfaat fruit juice untuk anak usia dini antara lain meningkatkan asupan vitamin dan mineral, meningkatkan hidrasi, meningkatkan konsumsi serat, dan meningkatkan nafsu makan. Metode penelitian yang kami lakukan terdiri dari persiapan riset pemasaran serta strategi pemasaran. Tips mengolah fruit juice sehat untuk anak usia dini adalah memilih buah-buahan segar dan matang, cuci buah-buahan dengan bersih, potong buah-buahan menjadi potongan kecil, gunakan blender yang berkualitas, hindari menambahkan gula, sajikan jus segera setelah dibuat, dan berikan jus dalam jumlah yang wajar. Tersedia berbagai variasi fruit juice sehat untuk anak usia dini, seperti jus jeruk, jus apel, jus pir, jus naga, jus alpukat.

Keywords: *Fruit juice*, minuman sehat, Anak Usia Dini, buah.

A. Pendahuluan

Fruit juice adalah minuman yang memiliki kandungan optimal yang baik dan sehat serta minuman tersebut dapat bermanfaat baik bagi tubuh. Minuman adalah salah satu kebutuhan manusia sehari-hari, minuman yang diminum setiap harinya tentu beragam. Dimulai dari air putih, jus, susu, kopi, dan minuman rasa lainnya.

Minuman sehat juga harus layak di konsumsi oleh tubuh manusia dan tidak menimbulkan efek samping baik jangka panjang/pendek. Minuman kesehatan biasanya dibuat atau diolah dengan menggunakan bahan-bahan yang alami tanpa zat kimia atau bahan pengawet lainnya. Maka dari itu minuman tersebut

sering di asumsikan sebagai minuman yang mahal, karena terbuat dari bahan alami tanpa zat kimia.

Salah satu bisnis yang dapat dilakukan guna memperoleh keuntungan adalah dengan mendirikan usaha kecil. Usaha kecil merupakan kelompok usaha yang perannya cukup signifikan dalam perekonomian Indonesia, dengan jumlah pelaku usaha kecil yang diperkirakan sebagian besar bergerak di sektor informal (Utama & Nawawi, 2022)

Buah-buahan yang digunakan dalam pengelolaan *fruit juice*, yaitu buah apel, jeruk, alpukat, pir, naga dan berbagai macam buah lainnya. Buah memiliki kandungan gizi, vitamin, mineral dan serat yang sangat perlu untuk dikonsumsi setiap hari. Keanekaragaman warna pada buah bukanlah sekedar pembeda jenis antar buah yang satu dengan yang lainnya. Warna buah merupakan sumber informasi dari kandungan nutrisinya.

Buah apel mengandung kalsium yang dapat menunjang pertumbuhan tulang, gigi, otot, serta sistem saraf anak. Selain itu apel juga mengandung asam maleat yang dapat membersihkan warna gigi yang kusam (Nurasiki dan Amirudin, 2017). Jeruk keprok memiliki beberapa manfaat bagi kesehatan antara lain mengandung vitamin A yang baik untuk kesehatan mata, mengandung vitamin C dan kalsium yang baik untuk persendian dan juga untuk menjaga tulang tetap kuat, membantu penyerapan zat besi, dan dapat membantu menyehatkan kulit (Rismarini, 2018). Buah alpukat mengandung beragam nutrisi dan antioksidan, seperti asam oleat, vitamin C, vitamin E, dan lutein, yang baik untuk menghambat pertumbuhan sel kanker. Tak hanya pada buah alpukat, riset menunjukkan bahwa beragam zat yang bersifat antikanker juga terdapat pada bijinya. Menurut purwaningtiyas 2016, Hasil penelitian menunjukkan bahwa susu kedelai dan jus alpukat dapat menurunkan kadar kolesterol

pada anak obesitas. Buah mangga juga memiliki banyak manfaat kandungan vitamin A dalam buah mangga dapat mendorong pertumbuhan rambut dan produksi minyak alami agar kulit kepala anak selalu lembap. Buah Pir adalah buah lezat yang kaya akan kandungan nutrisi dan juga air. Kandungan air yang cukup banyak dalam pir dapat menjaga kita tetap terhidrasi (Reza Aditia, 2020). Buah naga yang kaya dengan vitamin C sangat bermanfaat untuk membantu meredakan batuk dan flu (Fadila, 2022). Vitamin C yang terkandung dalam buah naga tiga kali lipat daripada yang ada dalam wortel (Gunadi, 2022). Vitamin C dengan kadar yang tinggi dalam buah naga dapat memperkuat sistem kekebalan tubuh, sehingga bisa mempercepat penyembuhan.

Manfaat buah diantaranya melancarkan aliran oksigen ke otak, banyak mengandung vitamin A dan vitamin C, baik untuk kesehatan mata. Rahman (2020) menambahkan bahwa buah mengandung banyak vitamin seperti vitamin A, vitamin B, vitamin B1, vitamin C, mineral serta serat yang berperan sebagai antioksidan. Mengonsumsi buah secara rutin dapat mencegah ragam penyakit seperti jantung, kerusakan hati, tekanan darah tinggi dan meningkatkan imunitas tubuh.

Buah-buahan merupakan bahan pangan yang tersedia melimpah di Indonesia, namun terkadang masyarakat masih memilih buah impor daripada buah lokal. Perilaku dalam memilih buah sangat ditentukan oleh orang tua dalam suatu keluarga, yang sering terjadi, anak tidak dikenalkan dengan buah yang murah dan melimpah di lingkungannya, sehingga sering terjadi anak tidak suka makan buah.

Sedangkan pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya kesehatan dan gizi.

Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia 6 tahun. Usia ini adalah usia yang sangat menentukan dalam

pembentukan karakter dan kepribadian anak. Usia dini merupakan usia ketika anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada masa ini stimulasi seluruh aspek perkembangan memiliki peran penting untuk tugas perkembangan selanjutnya. Akram mengemukakan kekurangan gizi adalah tantangan kesehatan yang dihadapi oleh seluruh masyarakat. Kekurangan gizi pada anak dapat berakibat penderitanya. Penderitanya merupakan kegagalan pertumbuhan searah, baik secara fisik maupun kognitif, karena gizi buruk dan infeksi sebelum dan sesudah kelahiran.

Tujuan penyajian fresh juice pada anak usia dini adalah memberikan sumber nutrisi yang baik dan membantu membangun selera mereka terhadap makanan yang sehat dan bergizi. Apa itu *fruit juice*? *Fruit juice* adalah minuman yang terbuat dari perasan buah-buahan segar tanpa penambahan gula atau pengawet dan banyak dikonsumsi sebagai minuman sehat. Untuk anak-anak usia dini, *fruit juice* bisa menjadi alternatif yang menyenangkan untuk minuman lain yang kurang sehat. *Fruit juice* juga bisa menjadi cara yang baik untuk memperkenalkan berbagai macam buah-buahan pada anak.

Gizi merupakan zat makanan yang apabila dikonsumsi seseorang maka bisa mendatangkan kesehatan. Jadi kesehatan dan gizi sangat berhubungan. Menyiapkan asupan gizi untuk anak merupakan hal yang penting untuk diperhatikan oleh orangtua. Karena asupan gizi yang diterima anak akan mempengaruhi proses tumbuh kembang mereka di usia dewasa kelak. Pemenuhan gizi untuk anak sebaiknya dilakukan tidak hanya sejak lahir tapi sejak anak masih berada di dalam kandungan (Puspitasari, 2022).

B. Metode

Pengolahan berbagai jenis buah menjadi *fruit juice* guna untuk memberi banyak manfaat khususnya bagi anak-anak

yang kurang suka terhadap buah. Dalam hal ini untuk meningkatkan rasa minat anak terhadap buah, pengolahan berbagai macam buah menjadi *fruit juice* menjadi salah satu strategi pemasaran yang efektif. termasuk sekolah maupun media sosial, mulai dari meningkatkan produk agar lebih menarik, berkolaborasi aktif dengan sekolah-sekolah yang ada dilingkungan sekitar. Adapun survei pasar kami lakukan yaitu kami melihat kerbatasan bahan yang kami akan gunakan serta melihat peluang usaha untuk pengembangan *fruit juice* sebagai minuman sehat untuk anak usia dini data tersebut kami kumpulkan dan analisis sehingga bisa menjadi acuan dalam pengembangan produk *fruit juice* sebagai minuman sehat untuk anak usia dini. Dalam membuat suatu produk kita harus memperhatikan beberapa hal, diantaranya :

1. *Product* (Produk)

Produk yang kami tawarkan yaitu *Fruit juice*. terdiri dari berbagai macam varian buah yaitu buah apel, jeruk, alpukat, pir, naga dan berbagai macam buah lainnya yang bisa kita gunakan di *fruit juice*. Dalam hal ini kami melakukan inovasi dengan membuat beragam buah menjadi *fruit juice* yang sangat baik untuk kesehatan anak, terutama bagi anak yang tidak suka terhadap buah. Kami mengelolah buah-buahan tersebut menggunakan blender dan juga kemasan yang menarik sehingga membuat anak menjadi suka mengonsumsi buah.

2. *Price* (Harga)

Harga ialah jumlah yang dibayar oleh konsumen untuk menikmati sebuah produk. Harga merupakan hal yang penting dalam bauran pemasaran karena menentukan laba dan keberlangsungan penjualan produk. Penyesuaian harga berdampak besar dalam strategi pemasaran untuk mempengaruhi penjualan produk. Adapun harga yang kami tawarkan pada produk *fruit juice* yaitu seharga Rp.10.000/per gelas

3. *Place* (Tempat)

Tempat ialah bagian yang penting, yang dimana kita harus menempatkan dan mendistribusikan produk ditempat yang mudah diakses oleh konsumen. Pemilihan lokasi untuk usaha berpatokan pada lingkungan yang memiliki dampak positif yang mempengaruhi perkembangan usaha. Pemilihan lokasi harus diputuskan dengan berbagai pertimbangan yang disertai fakta yang benar-benar nyata dan lengkap. Lokasi pemasaran produk bertempat di TK Ceria To Lemo

4. *Promotion* (Promosi)

Promosi ialah berbagai kumpulan alat-alat insentif yang sebgaiian besar berjangka pendek, yang dirancang untuk merangsang pembelian produk atau jasa tertentu dengan lebih cepat dan lebih besar oleh konsumen. Promosi sering menarik orang-orang yang beralih merek, terutama mencari harga murah, kualitas yang baik ataupun hadiah. Dengan melakukan promosi berbentuk diskon dan hadiah langsung yang dapat meningkatkan popularitas dan citra produknya melalui sponsorship. Juga dengan menginformasikan produknya melalui berbagai media. Kombinasi kualitas produk, pelayanan, komunikasi, iklan, varian produk dan lokasi dari suatu produk yang ditawarkan dapat memuaskan strategi pemasaran khususnya dalam meningkatkan volume penjualan yang bersinergi menciptakan kepuasan pelanggan untuk memiliki keputusan pembelian agar melakukan pembelian terus menerus. (Eko Mardianto, dkk, 2019).

5. *People* (Orang)

Orang yang dimaksud ialah orang yang berhubungan langsung dengan bisnis.

Untuk mengetahui banyak tidaknya orang di pasar sasaran yang diminati untuk jenis produk dan layanan tertentu. Maka dari itu kita penting dalam kegiatan pemasaran karena kita yang memberikan layanan ini. Jadi, kita harus memberikan layanan yang terbaik kepada konsumen

6. *Process* (Proses)

Proses ialah gabungan semua aktifitas yang terdiri dari prosedur, jadwal pekerjaan, mekanisme, dimana saja dihasilkan dan disampaikan ke konsumen. Proses yang dimaksud tentang cara kita melayani permintaan konsumen, mulai dari pemesanan hingga konsumen tersebut yang mereka inginkan. Tentunya disetiap produk mempunyai cara tersendiri dalam kegiatannya melayani konsumen. Sebisa mungkin melakukan yang terbaik tanpa membuat bosan konsumen. Proses yang optimal akan memberikan keuntungan bagi kita sendiri guna meningkatkan penjualan maupun laba.

7. *Physical Evidence* (Bukti Fisik)

Bukti fisik berkaitan dengan bagaimana bisnis dan produk itu dirasakan di pasar. Bukti fisik ialah cara untuk mempengaruhi konsumen tentang produk yang ditawarkan yang nantinya berminat untuk membeli produk tersebut.

C. Hasil dan Pembahasan

Dari hasil survey diperoleh data bahwa jenis ketersediaan bahan yang digunakan pada saat pengolahan produk *fruit juice*. Disamping itu, survei dilakukan untuk mengetahui minat masyarakat atas rencana produk produk yang dipasarkan. Berikut disajikan hasil survei bahan yang dilakukan bersama 3 orang mahasiswa.

Tabel1 . Hasil Survey

No	Nama Alat Dan Bahan	Tersedia	Tidak tersedia
1.	Buah Naga	✓	
2.	Buah Mangga		✓
3.	Buah Jeruk	✓	
4.	Buah Pir	✓	
5.	Es Batu	✓	
6.	Blender	✓	
7.	Piasu	✓	
8.	Gula Pasir	✓	
9.	Sendok Makan	✓	
10.	Plastik Gelas, ukuran 18 oval,Tutup Gelas	✓	
11.	Sodotan	✓	
12.	Susu Dancow	✓	
13.	Susu Enak	✓	

Berdasarkan tabel di atas bahwa ketersediaan bahan di pasaran cukup memadai untuk membuat *fruit juice* yang sehat. Disamping itu, setelah melakukan survei kepada anak sekolah dan masyarakat mereka memiliki ketertarikan terhadap produk *fruit juice*. Oleh karena itu anak-anak dan masyarakat perlu *fruit juice* sebagai minuman yang sehat dan mudah dibuat. Setelah melakukan survey pasar, yang kami lakukan adalah bagaimana harus membuat minuman berupa *fruit juice* yang sehat dan banyak yang diminati oleh kalangan masyarakat terutama dikalangan anak-anak. Tahap terakhir adalah pemilihan bahan yang berkualitas dan premium yang akan diproduksi.



Gambar 1. Bahan Pembuatan fruit juice

Proses pembuatan minuman *fruit juice* memerlukan berapa alat seperti: Blender, baskom, piring, pisau, gelas cup plastik. Selanjutnya bahan yang berupa buah apel, pir, jeruk, alpukat, naga, Gula, susu dancow, susu kental manis, air, es batu diblender menjadi satu setelah dikupas dan dipotong kecil-kecil. Untuk menambah cita rasa maka ditambahkan susu kental manis.

Gambar 2. Proses pembuatan minuman *fruit juice*

Sebelum pemasaran dilakukan maka minuman olahan *fruit juice* dimasukkan ke dalam cap yang sudah disediakan, seperti tampak pada gambar di bawah ini.



Gambar 3. Hasil olahan minuman *fruit juice*

Evaluasi

Tahap evaluasi ini berisikan laporan pada kegiatan mulai dari tahap pra produksi sampai tahap produksi dengan waktu tertentu. Tahap pelaporan ini kami buat dan keuntungan yang di dapat, sehingga diperoleh data yang akurat sebagai bahan evaluasi. Evaluasi tersebut antara lain, evaluasi kualitas produk, evaluasi harga jual dan evaluasi tempat

pemasaran minuman *fruit juice*. Adapun kualitas produk yang kami buat memiliki kualitas yang sangat bagus untuk tahapan perkembangan anak sehingga aman untuk dikonsumsi oleh anak, setiap bahan itu mengandung vitamin dan sumber gizi yang bisa dikonsumsi oleh anak. seperti yang kita ketahui bahwa setiap buah-buahan memiliki berbagai macam manfaat dan kaya akan vitamin. Seperti buah mangga yang kaya akan vitamin C dan A, buah apel baik untuk kesehatan mulut dan tenggorokan, buah pir mencegah sembelit dan mengandung vitamin C, alpukat baik untuk fungsi otak dan saraf, buah naga kaya akan antioksidan dan serat, buah jeruk meningkatkan daya tahan tubuh dan mengandung vitamin C. selain manfaat buah-buahan yang banyak, kemasan produk yang kami buat juga menambah daya tarik pada konsumen. sehingga membuat mereka menjadi suka dengan produk *fruit juice* ini.

Tabel. 2 Variabel Cost

1	Buah pir	1 buah	Rp13.000
2	Buah jeruk	1 buah	Rp10.000
3	Buah naga	1 buah	Rp10.000
4	Buah apel	1 buah	Rp12.000
5	Buah alpukat	3 buah	Rp17.000
6	Susu kent manis	1 kaleng	Rp12.000
7	Susu dancaow	2 saset	Rp8.000
8	Gula pasir	½ kilo	Rp 10.000
9	Es batu	2 bungkus	Rp2.000
10	Gelas cup plastik	10 pcs	Rp 23.000
11	Stiker label	10 pcs	Rp 20.000
12	Pipet	20pcs	Rp6.000

D. KESIMPULAN

Namun, perlu diingat bahwa meskipun minuman *fruit juice* dapat

dianggap sebagai minuman yang sehat tetap saja porsi dan frekuensi konsumsinya perlu diatur agar tidak berlebihan dan tetap memperhatikan asupan gizi anak

secara keseluruhan. Selain itu, pengolahan yang tepat dan kebersihan dalam membuat Kesimpulan dari pembuatan *fruit juice* sebagai minuman sehat bagi anak, bahwa kita sebagai mahasiswa diajarkan untuk bisa berkreasi dalam mengelola bahan buah –buahan yang sehat dan membantu kita mendapatkan pengalaman dalam berwirausaha.

Saran

Selain itu, pembuatan *fruit juice* dengan menggunakan buah-buahan, susu ketan manis, susu doncow yang kaya akan protein dan vitaminy A,B,B1,B,6C,mineral,dan serat pangan. perlu diperhatikan untuk menjaga kesehatan dan keamanan minuman. Dengan demikian, *fruit juice* dapat menjadi alternatif minuman sehat yang enak dan menyenangkan bagi anak-anak jika diolah dengan buah-buahan yang tepat dan disajikan dalam porsi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan gizi anak.

Ucapan terimakasih

Demikianlah hasil pembuatan minuman *fruit juice* kami, kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing kami yang telah memberikan pengarahan selama proses pembuatan artikel kami, dan ucapan terima kasih juga kepada teman sekelompok yang terlibat dalam proses pembuatan artikel dan pembuatan produk ini sehingga dapat terselesaikan sesuai kadar waktunya. Serta ucapan terima kasih juga kepada teman-teman yang lain atas saran dan kritiknya untuk produksi yang kami buat ini, guna untuk memotivasi kalian untuk bisa berkreasi dalam mengelola bahan buah-buahan yang sehat dan membantu menciptakan produk *fruit juice* sebagai minuman sehat bagi anak.

Daftar Referensi

- Adella Fitri, S. (2021). Akuntansi Sederhana Bagi Usaha Minuman Kekinian “BobaMU” di Lintau. Seminar Nasional ADPI Mengabdikan Untuk Negeri, 3(1), 97–102. <https://doi.org/10.47841/adpi.v3i1.228>
- Aryanta, I. W. R. (2022). Manfaat Buah Naga Untuk Kesehatan. Widyakesehatan, 4(2), 8–13. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v4i2.3386>
- Astuti, A. K. (2016). Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di Paud Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan. Scholaria : Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan, 6(3), 264. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p264-272>
- Fitriana, A. A. (2020). Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Anak. Jurnal Pendidikan Modern, 5(3), 96–101. <https://doi.org/10.37471/jpm.v5i3.92>
- Inten, D. N., & Permatasari, A. N. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(2), 366. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.188>
- Kusmiyati, Rasmi, D. A. C., Sedijani, P., & Khairrudin. (2022). Penyuluhan Tentang Pentingnya Konsumsi Buah untuk Menjaga Imunitas Tubuh. Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA, 5(4), 6–11. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i4.2222>
- Purhadi, Purnanto, N. T., & Sutrisno. (2017). Efektivitas Pemberian Jus Buah Alpukat Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol di Desa Ngabenrejo

Kecamatan Grobogan Kabupaten
Grobogan. STIKES An Nur
Purwodadi, 1(1), 39–46.

Puspitasari, R. N. (2022). efektivitas permainan tradisional terhadap permainan bilangan jurnal lentera anak, 3(1)

Putri, M. (2021). Manfaat Mengunyah Buah Apel Untuk Mengurangi Debris Pada Gigi. Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang, February, 6.

Satriani, S., Nurwahidah, N., Rasyid, N., & ... (2023). Thai Tea Sebagai Peluang Usaha Mahasiswa. EPIC: Jurnal ..., 1–7.

Syarif, I. A. (2021). Pengaruh Mengonsumsi Buah Pir Terhadap Debris Indeks. Poltekkes Tanjungkarang, 4–21.

Yusrillia Tita Dwitama, & Siswahyudianto, S. (2022). Strategi Pemasaran Dalam Meningkatkan Penjualan Usaha Minuman Teh Poci Krisna Tulungagung. Juremi: Jurnal Riset Ekonomi, 1(5), 731–740. <https://doi.org/10.53625/juremi.v1i5.2139>