

OLAHAN KELAPA UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

**Ai Rian Julyanti
Sajida Al Falah
Tania Muhlaolatunnisa
Ira Maharani
Raisya Ataina Zahara
Al Fazri**



GETPRESS INDONESIA

OLAHAN KELAPA UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Penulis : Ai Rian Julyanti
Sajida Al Falah
Tania Muhlaolatunnisa
Ira Maharani
Raisya Ataina Zahara
Al Fazri

ISBN :

Editor : Dr. Oktavianis, M.Biomed.
Penyunting: Mila Sari, M.Si.

Desain Sampul dan Tata Letak : Tri Putri Wahyuni, S.Pd.

Penerbit: GET PRESS INDONESIA
Anggota IKAPI No. 033/SBA/2022

Redaksi:

Jl. Palarik RT 01 RW 06, Kelurahan Air Pacah
Kecamatan Koto Tengah, Padang, Sumatera Barat
website: www.getpress.co.id
email: adm.getpress@gmail.com

Cetakan pertama, Agustus 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk
dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga buku "OLAHAN KELAPA UNTUK PENCEGAHAN STUNTING" ini dapat diselesaikan. Buku ini disusun untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran penting kelapa dan produk olahannya, khususnya Blondo, dalam upaya pencegahan stunting. Stunting, yang berdampak serius pada pertumbuhan dan perkembangan anak, memerlukan perhatian khusus, terutama dari segi pemenuhan gizi yang seimbang. Melalui buku ini, kami berupaya menyajikan informasi yang komprehensif mengenai kelapa, mulai dari sejarah dan manfaatnya hingga panduan praktis dalam mengolah Blondo menjadi camilan sehat yang dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting.

Buku ini terdiri dari beberapa bab yang mencakup berbagai aspek, mulai dari pengenalan buah kelapa dan Blondo, pemahaman tentang stunting dan cara pencegahannya, hingga panduan praktis dalam pembuatan cookies Blondo. Selain itu, buku ini juga membahas strategi pemasaran dan pengembangan produk untuk meningkatkan daya saing di pasar. Dengan penyusunan yang sistematis dan informasi yang lengkap, kami berharap buku ini dapat menjadi sumber inspirasi dan panduan bagi para pembaca dalam memanfaatkan potensi kelapa secara optimal, khususnya dalam konteks pencegahan stunting. Selamat membaca!

Padang, Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
BAB 1 PENGENALAN BUAH KELAPA DAN BLONDO	1
2.1 Sejarah Buah Kelapa	1
2.2 Klasifikasi Tanaman Buah Kelapa	6
2.3 Morfologi Tanaman Kelapa beserta Manfaatnya	7
2.4 Pengertian dan Proses Pembuatan Blondo	13
2.5 Kandungan Nutrisi Blondo.....	17
2.6 Pengertian VCO dan Manfaatnya	20
BAB 3 STUNTING DAN PENCEGAHANNYA.....	24
3.1 Pengertian Stunting.....	24
3.2 Penyebab dan Dampak Stunting.....	29
3.3 Ciri-Ciri Stunting.....	40
3.4 Upaya Pencegahan Stunting	40
3.5 Pentingnya Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting.....	44
BAB 4 PEMBUATAN COOKIES BLONDO & KONTRIBUSI TANAMAN KELAPA TERHADAP KESEHATAN.....	46
4.1 Alat dan Bahan yang Digunakan	47
4.2 Resep Cookies Blondo	47
4.3 Tips dan Trik untuk Hasil Terbaik	48
4.4 Kontribusi Tanaman Kelapa Terhadap Kesehatan.....	51
BAB 5 IMPLEMENTASI DAN PENGEMBANGAN PRODUK	70
5.1 Strategi pemasaran cookies Blondo	70
5.1.1 Identifikasi Pasar Target.....	72

5.1.2 Branding dan packaging	72
5.1.3 Promosi dan pemasaran Digital.....	73
5.2 Pengembangan Varian Rasa dan Bentuk.....	75
5.2.1 Pengembangan varian rasa.....	75
5.2.2 Pengembangan varian bentuk.....	80
5.3 Rencana pengembangan produk di masa depan	81
5.4 Analisis SWOT sebagai meningkatkan daya saing.....	86
5.5 Strategi Pemasaran.....	89
5.6 Daya Saing.....	91
DAFTAR PUSTAKA.....	94
BIODATA PENULIS	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pohon Kelapa6

Gambar 2. Pohon Kelapa8

Gambar 3. Batang Kelapa9

Gambar 4. Daun Kelapa.....10

Gambar 5. Bunga Kelapa.....11

Gambar 6. Bunga Kelapa.....13

Gambar 7. Minyak Kelapa Murni.....62

Gambar 8. Nata de Coco65

Gambar 9. Cookies Blondo.....72

Gambar 10. Logo Produk Cookies Blondo.....73

Gambar 11. Matcha76

Gambar 12. Strawberry.....77

Gambar 13. Coklat Bubuk.....78

Gambar 14. Pisang.....80

BAB 1

Pengenalan Buah Kelapa dan Blondo

2.1 Sejarah Buah Kelapa

Tanaman kelapa (*Cocos nucifera* L.) ialah termasuk tumbuhan industri di mana sangat penting untuk keberlangsungan perekonomian di Indonesia. Selain kelapa, produk perkebunan penting lainnya mencakup kakao, kopi, sawit, vanili, juga lada. Kelapa sudah lama diketahui serta akan dibudidayakan di seluruh Indonesia, khususnya di wilayah pesisir. Produksi kelapa tersebar di berbagai wilayah seperti Sumatra, Jawa, Sulawesi, Nusa Tenggara Timur (NTT), dan Maluku (Anwar et al., 2016). *Cocos nucifera*, satu-satunya anggota genus *cocos* dalam suku Arecaceae, adalah tanaman yang serbaguna karena semua bagiannya dapat dimanfaatkan oleh manusia.

Kelapa tidak hanya memiliki kegunaan ekonomi yang tinggi, tetapi juga nilai budaya yang signifikan dalam kehidupan masyarakat. Komponen-komponen kelapa misal daging buah, airnya, tempurungnya, juga daunnya memiliki berbagai kegunaan mulai dari bahan pangan, minuman, kerajinan, hingga bahan bakar. Misalnya, air kelapa dikenal sebagai minuman yang menyegarkan dan kaya akan elektrolit, sementara daging buahnya sering digunakan dalam masakan tradisional maupun modern. Tempurung kelapa dapat diolah menjadi arang atau digunakan dalam kerajinan tangan, sedangkan daunnya sering

dimanfaatkan untuk anyaman dan berbagai keperluan rumah tangga. Dengan demikian, kelapa tidak hanya mendukung sektor ekonomi, tetapi juga berperan penting dalam aspek sosial dan budaya masyarakat Indonesia.

Tanaman kelapa diyakini berasal dari wilayah selatan Amerika, di mana ia telah dibudidayakan di sekitar lembah Andes di Kolombia selama ribuan tahun sebelum Masehi. Selain itu, catatan sejarah menunjukkan kemungkinan tanaman kelapa berasal dari daerah-daerah seperti Asia Selatan, Malaysia, atau Pasifik Barat. Penyebaran tanaman kelapa terjadi di berbagai wilayah, difasilitasi dengan cara alami seperti sungai, laut, dan aktivitas manusia seperti transportasi oleh awak kapal dari satu garis pantai ke garis pantai lainnya (Warisno, 1998).

Kelapa memiliki berbagai metode penyebaran unik. Buah kelapa yang jatuh ke air dapat mengapung dan terbawa arus hingga mencapai daratan biru, dimana mereka dapat tumbuh dan berkembang. Kapal-kapal dagang juga memainkan peran penting dalam penyebaran kelapa, karena para pelaut sering membawa buah kelapa sebagai bekal perjalanan dan kemudian menanamkannya di tempat-tempat baru yang mereka kunjungi. Oleh karena itu, tanaman kelapa kini dapat ditemukan di berbagai wilayah tropis di seluruh dunia, dari Amerika Selatan hingga Asia Tenggara dan pulau-pulau di Pasifik. Adaptabilitas dan kegunaan serbaguna dari tanaman kelapa menjadikannya salah satu tanaman di mana sangat bernilai serta memiliki peran utama di banyak faktor hidup manusia.

Metode tradisional menanam kelapa secara mencolok diamati di Filipina dan Sri Lanka, dengan sejarah sejak 3000 tahun yang lalu. Beberapa sarjana berpendapat bahwa tanaman

kelapa mungkin berakar di Filipina, sebuah negara yang dikenal karena kemajuannya dalam proses teknologi yang terlibat dalam memproduksi beragam barang berbasis kelapa (Warisno, 1998).

Kelapa memiliki kepentingan sejarah yang signifikan di Indonesia, di mana ia melambangkan kepulauan. Dalam mitologi Hindu dan kitab suci Veda, kelapa dihormati sebagai tanaman ilahi, dianggap suci dan memegang peran penting dalam keberadaan manusia (Rukmana dan Yudirachman, 2016).

Budidaya kelapa di Filipina dan Sri Lanka telah menghasilkan berbagai teknik yang kemudian menyebar ke daerah-daerah tropis lainnya. Filipina, sebagai salah satu produsen utama kelapa dunia, telah mengembangkan teknologi untuk mengolah kelapa menjadi berbagai produk bernilai tambah seperti minyak kelapa, santan, dan arang aktif. Negara ini telah memanfaatkan potensi kelapa secara maksimal, sehingga menjadi contoh bagi negara-negara lain yang juga menanam kelapa.

Di Indonesia, kelapa tidak hanya bernilai ekonomis tetapi juga memiliki nilai budaya yang tinggi. Kelapa sering digunakan dalam berbagai upacara adat dan keagamaan, menampakkan seberapa penting kelapa di keseharian hidup warga Indonesia. Dalam sejarah Indonesia, kelapa telah menjadi simbol yang mencerminkan kekayaan alam dan keragaman budaya bangsa.

Selain itu, teknologi modern dalam pengolahan kelapa terus berkembang, memungkinkan berbagai produk kelapa untuk diekspor ke seluruh dunia. Dengan demikian, kelapa tidak hanya berperan dalam perekonomian lokal tetapi juga

dalam perdagangan global, menjadikannya tanaman yang benar-benar universal.

Di Indonesia, kelapa tanaman memiliki kepentingan yang signifikan, mencakup dimensi ekonomi dan sosial budaya. Mengingat nilai ekonomi yang cukup besar terkait dengan semua komponen tanaman kelapa, tidak mengherankan bahwa ia telah mendapatkan julukan pohon kehidupan (Branton & Blake, 1983). Julukan ini mencerminkan betapa berharganya kelapa dalam kehidupan sehari-hari masyarakat.

Kelapa termasuk tumbuhan di mana memiliki banyak manfaat untuk manusia sebab seluruh bagiannya punya manfaat khusus (Purseglove, 1981). Misalnya, daging buah kelapa bisa dikonsumsi langsung atau diolah menjadi minyak kelapa, santan, dan berbagai produk makanan lainnya. Air kelapa dikenal sebagai minuman penyegar yang kaya akan elektrolit, sementara tempurung kelapa dapat diolah menjadi arang, kerajinan tangan, atau digunakan sebagai bahan bakar. Daun kelapa sering dimanfaatkan untuk anyaman, atap rumah tradisional, dan berbagai keperluan lainnya.

Secara ekonomi, kelapa menjadi sumber pendapatan penting bagi banyak petani di industri di Indonesia. Produk-produk olahan kelapa, seperti minyak kelapa, santan, dan arang, diekspor ke berbagai negara, memberikan kontribusi signifikan terhadap perekonomian nasional. Di samping itu, industri berbasis kelapa menciptakan lapangan kerja bagi masyarakat lokal, mulai dari proses penanaman, pemanenan, hingga pengolahan dan distribusi produk.

Dari aspek sosial budaya, kelapa memiliki peran penting dalam berbagai upacara adat dan keagamaan di Indonesia. Misalnya, daun kelapa sering digunakan dalam dekorasi acara pernikahan, upacara keagamaan, dan ritual adat lainnya. Kelapa juga dianggap sebagai simbol kesuburan dan keberuntungan, yang sering dihadirkan dalam berbagai perayaan dan tradisi lokal.

Kelapa mempunyai batang di mana bisa dipakai membuat bangunan misal tiang, jembatan, dan bahan untuk membuat furniture. Daun mudanya, yang dikenal sebagai janur, banyak digunakan dalam dekorasi pernikahan, upacara adat, dan sebagai bungkus makanan tradisional. Tulang daunnya dimanfaatkan di pembuatan sapu ijuk.

Daging kelapa berfungsi sebagai konstituen utama dalam produksi minyak nabati. Secara historis, sekam kelapa menemukan aplikasi sebagai wadah, sumber bahan bakar, atau bahan baku untuk kerajinan tangan. Selain itu, serat kelapa menawarkan keserbagunaan dalam pembuatan tikar atau tali. Selain itu, sifat menyegarkan dari air kelapa menikmati popularitas luas sebagai minuman, sementara distilatnya dapat dikonsumsi langsung atau dimurnikan menjadi gula kelapa, juga dikenal gula palem.

Berlandaskan berbagai manfaatnya, tidak heran jika tanaman kelapa telah dikenal dan dimanfaatkan di seluruh kepulauan Nusantara selama ratusan tahun. Tanaman ini berperan penting di keseharian hidup warga Indonesia dari sisi ekonomi, sosial, maupun kebudayaan, menjadikannya benar-benar pohon kehidupan.

2.2 Klasifikasi Tanaman Buah Kelapa

Dalam bidang taksonomi tumbuhan, tanaman kelapa secara resmi diidentifikasi dengan sebutan ilmiah *Cocos nucifera*. Klasifikasi komprehensif spesimen botani ini dimulai dari peringkat hierarkis tertinggi hingga spesies tertentu:



Gambar 1. Pohon Kelapa
(Sumber : <https://www.liputan6.com>)

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliphyta
Kelas	: Liliopsida
Sub kelas	: Arecidae
Ordo	: Arceles
Famili	: Arecaceae
Genus	: Cocos
Spesies	: <i>Cocos nucifera</i> L

Tumbuhan kelapa dikenal pula dengan berbagai sebutan di seluruh dunia, mencerminkan penggunaannya yang luas dan pentingnya di berbagai budaya. Berikut adalah beberapa nama untuk tanaman kelapa : Inggris (Coconut), Melayu (Kelapa, nyiur, kerambi), Vietman (Dua), Thailand (Maohrao), Filipina (Niyog, lobi, inniug, ongot, gira) Cina (Ye zi), Jepang (Yashi no mi, klaper) Belanda (Cocosnoot, klaper), Jerman (Cocosnoot), Perancis (Cocotier) Indonesia (Nyiur).

Kelapa adalah tanaman yang sangat berguna dan penting di berbagai negara tropis. Nama-nama yang berbeda di berbagai bahasa menunjukkan betapa luasnya penyebaran dan penggunaan tanaman ini di seluruh dunia.

2.3 Morfologi Tanaman Kelapa beserta Manfaatnya

Komponen kelapa meliputi sistem akar, batang, dedaunan, bunga, dan buah-buahan. Karakteristik struktural pohon kelapa diuraikan dalam wacana berikutnya:

1. Akar

Akar berserat kelapa ditandai dengan jumlah helai yang bervariasi, mulai dari 2000 hingga 4000. Kuantitas ini tunduk pada fluktuasi berdasarkan faktor-faktor seperti kesuburan tanah, kondisi iklim, dan kesejahteraan tanaman secara keseluruhan. Pangkal batang kelapa menunjukkan pembesaran yang mencolok, namun ketika masuk ke dalam tanah, bagian ini menyempit kembali membentuk kerucut terbalik. Bagian khusus ini dikenal dengan sebutan "bole" atau "root bulb". Menariknya, akar kelapa memiliki berbagai manfaat , salah satunya sebagai antipiretik atau penurun demam. Selain itu, akar ini juga

efektif digunakan jadi obat di mana bisa mengatasi bengkak di berbagai komponen tubuh (Aristya, 2013). Penelitian lebih lanjut dapat mengungkap lebih banyak manfaat kesehatan dari akar kelapa.



Gambar 2. Pohon Kelapa
(Sumber : <https://intisari.grid.id>)

2. Batang

Pohon kelapa biasanya memiliki batang soliter, meskipun contoh percabangan dapat terjadi. Biasanya, batang kelapa menunjukkan pola pertumbuhan tegak kecuali dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti kedekatan dengan badan air atau medan curam, menghasilkan kelengkungan untuk mengoptimalkan paparan sinar matahari. Batang pohon kelapa dapat dikategorikan menjadi dua jenis utama berdasarkan karakteristik yang berbeda yakni kelapa Dalam (*Tall*) serta kelapa genjah (*Dwarf*).

Kelapa Dalam (*Tall*) dibedakan oleh pangkal yang membesar yang dikenal sebagai “bole,” dengan batang yang biasanya tumbuh hingga ketinggian mulai dari 15

hingga 30 meter. Sebaliknya, varietas kelapa Genjah menampilkan pangkal batang yang tidak mengalami pembesaran atau memiliki batang, dengan ketinggian khas 5 hingga 10 meter. Kelapa hibrida, dengan sifat yang mirip dengan varietas Genjah, dapat diperoleh melalui perkawinan silang kedua jenis ini.

Batang pohon kelapa memiliki berbagai manfaat praktis. Batang ini juga sering digunakan untuk bahan kontruksi bangunan, pembuatan mebel, dan juga sebagai bahan untuk membuat jembatan (Wahyuni, 2000).



Gambar 3. Batang Kelapa

(Sumber : <https://www.inspirasiline.com>)

3. Daun

Daun kelapa terdiri dari tangkai daun dan rachis di ketiak daun. Bilah daun memiliki selebaran dengan tulang tengah yang menonjol. Daun ini dapat berkerumun padat dan menyirip, menunjukkan berbagai warna dari kuning muda hingga hijau tua dewasa. Pengaturan yang saling terkait memfasilitasi pembentukan selubung, membantu penetrasi akar selama pertumbuhan.

Kegunaan daun kelapa sangat luas, dapat digunakan dalam berbagai kerajinan tangan seperti perhiasan, atap, sapu, dan wadah (Soedjianto, 1991). Selain dari itu, daun kelapa juga memiliki nilai ekonomi yang signifikan dalam berbagai budaya yang digunakan dalam upacara adat dan dekorasi tradisional.



Gambar 4. Daun Kelapa
(Sumber : <https://www.dream.co.id>)

4. Bunga

Bunga kelapa yang biasa dikenal dengan nama-nama seperti inflorescentia, mayang atau manggar, merupakan struktur bunga yang unik. Manggar terdiri dari tangkai utama yang bercabang-cabang dengan jumlah sekitar 30-40 helai. Dari setiap paling ujung bawah ada di 1-2 kuntum bunga betina di mana diikuti dengan banyak bunga jantan tersebar hingga 200 kuntum sampai akhir cabang (Purnama, 2013).

Proses dari berbunganya pada pohon kelapa dapat bervariasi tergantung pada setiap jenisnya. Pohon kelapa genjah biasanya mulai berbunga dari sekitar 3-4 tahun

setelah ditanam, sementara kelapa dalam memerlukan waktu sekitar 4-8 tahun. Kelapa hibrida hasil dari persilangan kedua jenis tersebut biasanya akan mulai menghasilkan bunga nanti setelah mencapai usia 4 tahun. Tumbuhnya bunga kelapa dimulai di ketiak daun di mana dilindungi seludang tebal yakni biasa dikenal dengan spatha. Spatha memiliki panjang sekitar 80-90 cm dan berfungsi sebagai pelindung bagi bunga yang sedang dalam tahap perkembangan (Suhardiono, 1995).



Gambar 5. Bunga Kelapa
(Sumber : <https://agri.kompas.com>)

5. Buah

Buah kelapa merupakan komponen penting dari tanaman kelapa, tidak hanya karena nilai ekonominya tetapi juga dari perspektif nutrisi. Buah kelapa matang terdiri dari empat konstituen utama: 35% sabut, 12% cangkang, 28% bubur, dan 25% air kelapa. Khususnya pada kelapa muda, bubur kelapa tidak hanya menyenangkan untuk dikonsumsi segera tetapi juga menunjukkan potensi untuk diproses lebih lanjut. Aspek ini menjadi penting mengingat sifat mudah rusak yang

umumnya terkait dengan produk pertanian. Oleh karena itu, kelapa harus segera dikomersialkan dalam keadaan segar atau diubah menjadi produk makanan yang tahan lama (Shantybio, 2006).

Buah kelapa, yang dikenal karena profil nutrisinya yang kaya, menawarkan manfaat kesehatan yang cukup besar bagi tubuh manusia. Buahnya terdiri dari sabut (exocarp dan mesocarp), cangkang (endocarp), pulp (endosperma), dan jus buah (Syah, 2005). Kombinasi yang sangat unik dari berbagai komponen-komponen ini dapat menjadikan buah kelapa tidak penting seperti vitamin, mineral, dan elektrolit. Pemahaman dari kandungan gizi ini sangat penting dalam mengapresiasi nilai makanan dan potensi pemanfaatan buah kelapa dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari.

Buah kelapa tersegmentasi menjadi berbagai komponen kunci: Epikarp (kulit luar) hadir sebagai kulit hijau, kuning, atau oranye dengan permukaan halus, kekerasan yang cukup besar, dan ketebalan sekitar 0,14 mm. Mesokarp (sabut) merupakan serat pusat dengan diameter 3-5 mm. Endocarp (cangkang) adalah bagian keras berukuran sekitar 3-5 mm dan melekat kuat pada kulit luar benih. Testa (kulit daging) menampilkan rona kuning hingga coklat. Endosperma (pulp), sering dikenal sebagai daging kelapa, adalah bagian putih lembut dengan ketebalan sekitar 8-10 mm. Air kelapa, bagian cairan manis, mencakup sekitar 4% mineral, 2% gula, dan persentase sisanya adalah air. Lembaga muncul sebagai tanaman setelah pematangan buah kelapa (Palungkun, 2004).

Selain dari komponen-komponen tersebut, buah kelapa memiliki nilai gizi dan manfaat kesehatan yang tinggi. Daging kelapa yang kaya serat, vitamin, serta mineral di mana sangat diperlukan butuh. Air kelapa, selain sebagai minuman yang menyegarkan juga bisa mengandung elektrolit yang dapat membantu menghidrasi tubuh. Berbagai komponen kelapa juga bisa dipakai di banyak keperluan yakni makanan hingga kerajinan tangan dan bahan bangunan dapat menjadikan termasuk tanaman sangat serbaguna serta bernilai ekonomi tinggi.



Gambar 6. Bunga Kelapa
(Sumber <https://totabuan.news>)

2.4 Pengertian dan Proses Pembuatan Blanco

Blanco adalah produk sekunder yang berasal dari proses produksi minyak kelapa murni, lebih umum dikenal sebagai VCO atau *Virgin Coconut Oil*. VCO berfungsi sebagai output utama yang diperoleh dari santan segar melalui prosedur ekstraksi yang cermat untuk menegaskan kualitas unggul. Blanco memiliki ciri yang khas yaitu berwarna putih dan mengandung protein dalam bentuk krim, yang sering disebut

sebagai inti santan. Inti santan ini juga biasanya berbentuk cairan yang kaya akan nutrisi dan manfaat. Menurut Haerani (2010), blondo tidak hanya memiliki manfaat nutrisi, tetapi juga memiliki potensi untuk digunakan dalam berbagai aplikasi kuliner dan kesehatan.

Konstitusi blondo, yang dihasilkan dari pembentukan minyak kelapa murni menggunakan teknik fermentasi, mencakup berbagai konstituen penting. Secara khusus, blondo terdiri dari 31,35% protein mentah, 0,52% serat mentah, dan 22,32% lemak mentah. Selain itu, blondo kaya akan asam lemak esensial seperti asam oleat, linoleat, dan linolenat, yang meningkatkan komposisi nutrisinya. Khususnya, blondo telah ditemukan menampung bakteri *Lactobacillus* sp, dengan jumlah kolektif koloni Bakteri Asam Laktat (BAL) mencapai $3,5 \times 10^9$.

Tetapi, penting untuk dicatat bahwa blondo yang tidak diolah lebih lanjut dalam beberapa hari dapat mengalami degradasi, yang menyebabkan timbulnya bau tidak sedap dan sangat menyengat. Bau ini tidak hanya mengurangi kualitas blondo itu sendiri, tetapi juga berpotensi mencemari lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, pengolahan lebih lanjutnya atau dari penyimpanannya yang tepat sangat diperlukan untuk menjaga kualitas dan mencegah dari dampak negatif terhadap lingkungannya.

Bau kuat blondo muncul dari peningkatan kandungan protein yang digunakan oleh mikroorganisme sebagai sumber nutrisi. Enzim protease dan peptidase ekstraseluler mikroba memecah protein besar dan peptida di blondo menjadi asam amino dan peptida yang lebih kecil. Pemecahan enzimatik ini menghasilkan produksi berbagai produk sampingan metabolik asam amino yang mempengaruhi degradasi kualitas makanan.

Salah satu konsekuensinya adalah timbulnya bau yang tidak sedap dan pembusukan bahan makanan. Salah satu konsekuensinya adalah timbulnya bau yang tidak sedap dan pembusukan bahan makanan. Menurut Sopandi (2014), produk metabolik ini dapat mengakibatkan penurunan kualitas blondo sehingga penting untuk mengelola dan mengolah blondo dengan tepat untuk mencegah blondo dengan tepat untuk mencegah kerusakan lebih lanjut.

Proses Pembuatan VCO

Proses produksi VCO melibatkan tiga tahap utama: ekstraksi santan, produksi VCO, dan filtrasi. Langkah-langkah yang terlibat dalam produksi santan meliputi:

1. Pembuatan santan

- a) Menghilangkan sekam kelapa: Langkah awal ini melibatkan pemisahan serat dari bubur kelapa yang masih tertutup di dalam cangkang menggunakan parang atau mesin pengupas kelapa.
- b) Mengekstrak daging kelapa: Kelapa dibuka, dan daging yang masih menempel pada cangkang dikeluarkan menggunakan pisau/alat cukil.
- c) Membersihkan dan memarut daging kelapa: Bubur kelapa yang diekstraksi dibersihkan dan diparut menggunakan mesin penghancur kelapa.
- d) Menggabungkan dengan air: Kelapa parut dicampur dengan air dalam perbandingan 1:1, di mana satu kelapa dicampur dengan satu liter air.

- e) Mengekstrak santan: Santan diekstraksi dengan cara memeras untuk memisahkan komponen nutrisi, terutama minyak, dari kelapa parut.
 - f) Melakukan penyaringan santan: Santan yang diekstraksi disaring melalui saringan untuk memisahkannya dari residu padat.
2. Pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO)
- a) Menyiapkan Krim Santan : Ambil krim santan yang sudah disaring dan dimasukkan kedalam toples yang bersih dan kering.
 - b) Menambahkan VCO : Tambahkan 1-2 sendok makan VCO ke dalam toples yang berisi krim santan, lalu diaduk hingga merata.
 - c) Fermentasi : Tutup rapat toples tersebut dan biarkan selama 24 jam pada suhu ruangan.
 - d) Pemisahan Lapisan : Setelah 24 jam, akan terbentuk tiga lapisan yang berbeda dalam toples yaitu ada lapis teratas berupa minyak (VCO), Lapis tengah yakni blondo serta lapis di bawah yakni air.
 - e) Membuang air : Air di paling dasar wadah dibuang memakai selang atau metode lain yang cocok untuk mengeluarkan cairan tanpa mengganggu lapisan lainnya.
 - f) Mengambil Blondo : Ambil lapisan tengah (blondo) dengan sendok besar dan pastikan blondo yang berwarna putih terambil dengan baik tanpa tercampur dengan lapisan lainnya.

Proses ini memastikan agar minyak kelapa murni (VCO) di mana sudah terbentuk memiliki kualitas terbaik dengan memisahkan komponen-komponen yang tidak diinginkan. VCO yang dihasilkan siap untuk digunakan

dalam berbagai aplikasi, baik untuk konsumsi langsung maupun untuk keperluan lainnya.

2.5 Kandungan Nutrisi Blondo

Haerani (2010), menemukan nutrisi di mana ada di blondo yakni:

Unsur Gizi	Jumlah
Kalori	243,6792
Karbohidrat	13,9793
Lemak	17,17
Protein	8,308
Kalsium	0,11
Fosfor	0,19
Fe	0,054
Abu	0,6537
Zn	0,223
Yodium	2,4
Kalium	3,11
Vitamin A	0,002
Natrium	3,2
Air	49,80

Meskipun buah kelapa memiliki kandungan nutrisi yang tinggi, pemanfaatannya dalam masyarakat masih terbatas. Salah satu contoh adalah blondo yang biasa sering kali tidak dipakai, diberikan ke hewan ternak, bahkan biasa digunakan sebagai minyak goreng kelas B. Tetapi, terdapat beberapa pemanfaatan blondo agar melengkapi makanan. Contohnya yaitu blondo ditambahkan ke sambal untuk membuat sambal kethak maupun sebagai bahan campur di bumbu gudeg jogja (Marwah, 2005 dan Haerani, 2010).

Pemanfaatan blondo di mana kurang optimal dapat menunjukkan yakni potensi buah kelapa banyak belum tergali. Melalui peningkatan kesadaran akan manfaat dari kesehatan dan ekonomi dari kelapa dapat diharapkan penggunaan blondo dan bagian kelapa lainnya dapat lebih maksimal di masa mendatang. Inovasi dalam pengolahan dan diversifikasi produk turunan kelapa juga dapat membuka peluang baru bagi industri pangan dan kesehatan.

Selain menyimpan nutrisi seperti protein kasar, serat kasar, dan lemak kasar, blondo juga menyimpan mikroorganisme yang menguntungkan, khususnya bakteri asam laktat. Bakteri asam laktat dominan yang diidentifikasi dalam blondo termasuk dalam genera *Lactobacillus* sp dan *Streptococcus* sp. (Murtius, 2008). Seperti yang diuraikan oleh Bawalan dan Chapman (2006), bakteri asam laktat yang ada di atmosfer juga dapat memainkan peran langsung dalam proses produksi VCO. Bakteri ini membantu dalam pemecahan ikatan protein dalam santan, memfasilitasi ekstraksi minyak kelapa murni (VCO) dari konstituen lain.

Mikroba asam laktat ini tidak hanya mengandung proses produksi VCO tetapi juga memiliki manfaat bagi kesehatan yang potensial. Kehadiran bakteri ini dapat meningkatkan nilai gizi blondo dan membuatnya menjadi lebih bermanfaat jika dimanfaatkan dengan baik dalam berbagai produk pangan dan minuman fermentasi. Penggunaan blondo yang lebih luas dapat memberikan manfaat ganda, baik itu dari segi nutrisi maupun kesehatan.

Di samping itu, bakteri asam laktat yang berasal dari blondo menawarkan keuntungan penting di bidang perawatan kesehatan, terutama sebagai agen antimikroba. Misalnya, bakteri asam laktat dari spesies *Lactobacillus plantarum* yang diperoleh dari blondo telah menunjukkan sifat antibakteri terhadap dua jenis bakteri yang berbeda, yaitu bakteri Gram-positif seperti *Staphylococcus aureus* dan bakteri Gram-negatif seperti *Escherichia coli*. Rahmadi dan kolaborator (2013) menyoroti dalam penelitian mereka bahwa bakteri asam laktat ini dimasukkan sebagai suplemen dalam proses produksi VCO.

Pemanfaatan bakteri asam laktat ini tidak hanya meningkatkan nilai nutrisi dan keamanan produk VCO, tetapi juga membuka potensi baru dalam pengembangan produk-produk kesehatan dan pangan fungsional. Dengan demikian, blondo tidak hanya menjadi sumber minyak kelapa murni yang bernilai, juga berperan dalam mengandung kesehatan dan keamanan pangan melalui aktivitas antimikroba yang dimilikinya.

2.6 Pengertian VCO dan Manfaatnya

Minyak Kelapa Murni (VCO) adalah suatu produk olahan kelapa yang sudah terkenal karena banyaknya manfaat. VCO memiliki kandungan *Medium Chain Triglycerides* (MCT) serupa lemak di Air Susu Ibu (ASI) dan memberikan dampak nutrisi sama. Selain itu juga VCO terkenal karena memiliki sifat anti bakteri dan anti mikroba.

Minyak Kelapa Murni (VCO) dibuat berasal melalui daging kelapa *fresh* di mana sudah diproses di temperatur yang rendah. Daging kelapa diperas untuk mendapatkan santannya, yang kemudian diolah berkelanjutan melalui peragian, pendinginan, penekanan mekanik, ataupun sentrifugasi. Proses ini tak menggunakan bahan kimia anorganik atau pelarut kimia, serta tak menerapkan di temperatur tinggi berlebih. Hasil akhirnya nanti adalah minyak kelapa asli dengan rasa lembut serta aroma kelapa khas. Ketika membeku, warnanya putih alami, juga di kondisi cair, tak berwarna (bening).

Virgin Coconut Oil (VCO), juga disebut sebagai minyak kelapa murni, dikenal karena potensinya dalam membantu penurunan berat badan, membuatnya sangat dicari oleh individu yang memiliki pengetahuan tentang kelebihanannya. Namun, ruang lingkup manfaat yang terkait dengan VCO melampaui sifat pelangsingannya di mana manfaatnya yakni:

1. Berbagai virus, seperti yang bertanggung jawab untuk kondisi seperti mononukleosis, influenza, hepatitisC, dan herpes, dapat dinetralkan secara efektif oleh VCO.
2. Selain itu, ia menunjukkan kemampuan untuk membasmi beragam bakteri yang menyebabkan

penyakit seperti pneumonia, sakit telinga, gigi berlubang, dan infeksi saluran kemih serta bakteri lain.

3. Ragi dan jamur yang terkait dengan infeksi seperti candida dan kaki atlet juga ditargetkan oleh VCO.
4. Selain itu, parasit seperti cacing pita dan giardia dapat dinonaktifkan oleh minyak ini.
5. VCO berfungsi sebagai sumber nutrisi dan energi yang cepat.
6. Menambah tingkat energi serta stamina juga daya tahan, sehingga menguntungkan atlet.
7. Membantu dalam peningkatan pencernaan, penyerapan nutrisi penting.
8. Memperbaiki regulasi pengeluaran insulin akibatnya mengurangi stres pada pankreas dan sistem enzim.
9. Konsumsi VCO dapat mengurangi gejala yang terkait dengan diabetes dan gangguan pencernaan.
10. Mengurangi permasalahan mengenai simtom kesulitan pencernaan serta cystic fibrosis.
11. Meningkatkan penyerapan mineral penting seperti kalsium dan magnesium untuk kesehatan tulang juga gigi yang optimal.
12. Sifat antioksidannya melindungi terhadap perkembangan osteoporosis juga berbagai jenis kanker.
13. Membantu meredakan gejala infeksi saluran kemih.
14. Meredakan gejala yang berhubungan dengan penyakit Crohn, kolitis ulseratif, dan bisul perut.
15. Mengurangi peradangan kronis.
16. Mendukung penyembuhan dan perbaikan jaringan tubuh.
17. Mendukung dan membantu fungsi kekebalan tubuh.

18. Membantu melindungi tubuh dari kanker payudara, kanker kolon, dan kanker lainnya.
19. Baik untuk jantung; tidak meningkatkan kolesterol darah atau adhesi platelet.
20. Membantu mencegah penyakit jantung, aterosklerosis, dan stroke.
21. Membantu mencegah tekanan darah tinggi.
22. Membantu mencegah penyakit periodontal dan kerusakan gigi.
23. Berfungsi sebagai antioksidan pelindung.
24. Membantu melindungi tubuh dari radikal bebas berbahaya yang meningkatkan penuaan dini dan penyakit degeneratif.
25. Memperbaiki pemanfaatan asam lemak esensial dan melindunginya dari oksidasi.
26. Meredakan gejala kelelahan kronis.
27. Meredakan gejala benign prostatic hyperplasia (pembesaran prostat).
28. Mengurangi serangan epilepsi.
29. Melindungi tubuh dari penyakit ginjal dan infeksi kandung kemih.
30. Membantu mencegah penyakit hati.
31. Mengandung kalori lebih rendah dari lemak lainnya sehingga efek penggunaannya untuk pengobatan lebih baik.
32. Mendukung fungsi tiroid.
33. Meningkatkan aktivitas metabolik sehingga membantu penurunan berat badan yang alami dan stabil (mencegah kegemukan).
34. Mencegah infeksi topikal bila dioleskan (melalui kulit).
35. Mengurangi gejala psoriasis, eksim, dan dermatitis.

36. Mendukung keseimbangan kimiawi kulit secara alami.
37. Melembutkan dan mengencangkan kulit serta lapisan lemak di bawahnya.
38. Memerangi masalah seperti keriput dan bintik-bintik penuaan.
39. Memberikan penampilan rambut yang sehat dan tidak kering.
40. Mencegah kerusakan akibat radiasi sinar ultraviolet pada kulit.
41. Meregulasi ketombe.
42. Mennghadirkan vitalitas dan rasa lebih muda.
43. Tak mengalami oksidasi jadi melindungi dari oksidasi berlebih.
44. VCO di temperatur tinggi tak menimbulkan bahan berbahaya dibanding minyak nabati lain.
45. Tak punya dampak berbahaya jika dimakan.
46. Aman dimakan sebab tak ada racun.

BAB 3

STUNTING DAN PENCEGAHANNYA

3.1 Pengertian Stunting

Stunting adalah ketidakmampuan perkembangan anak di bawah usia 5 tahun (balita) karena kekurangan gizi kronis, menunjukkan karakteristik tinggi atau tinggi badan di bawah standar, yang mengarah ke klasifikasi sebagai kurcaci jika tinggi badan mereka turun di bawah minus 2 standar deviasi (-2SD) dari tinggi anak pada usia yang sama (Kemenkes RI, 2021).

Stunting, masalah gizi umum di kalangan balita di Indonesia, menyaksikan penurunan prevalensi nasional selama 5 tahun menurut Penelitian Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, turun dari 37,2% pada 2013 menjadi 30,8% pada 2018. Selanjutnya, proporsi status gizi yang dikategorikan pendek dan sangat pendek pada anak mencapai 29,9%, melampaui target RPJMN 2019 sebesar 28% (Kemenkes RI, 2022).

Stunting merupakan masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia, menempati peringkat kelima secara global dalam hal kejadian stunting di kalangan individu muda. Dalam konteks Indonesia, stunting mengacu pada kondisi yang menunjukkan pertumbuhan fisik anak dan gangguan perkembangan otak, bermanifestasi sebagai perbedaan antara tinggi dan usia anak, yang disebabkan oleh malnutrisi kronis. Timbulnya stunting biasanya terjadi dalam 1.000 hari awal pasca kelahiran dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kondisi sosial ekonomi, kebiasaan makan, infeksi, status gizi ibu, adanya

penyakit menular, defisiensi mikronutrien, dan aspek lingkungan (Haryani et al., 2021).

Definisi stunting oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) berkaitan dengan keadaan yang mempengaruhi anak-anak tinggi di bawah usia lima tahun. Kondisi ini, yang dikenal sebagai stunting, digambarkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia sebagai fenomena yang berdampak pada anak-anak di bawah usia lima tahun. Kegagalan pertumbuhan dapat terjadi akibat malnutrisi yang berkepanjangan, terutama dalam 1.000 hari awal kehidupan. Anak-anak yang terkena menunjukkan perawakan lebih pendek dari teman sebayanya, sering disebut sebagai dwarfisme. Statistik menunjukkan bahwa tiga dari setiap sepuluh anak di bawah lima tahun mengalami stunting.

Stunting ditandai dengan malnutrisi, infeksi kronis, dan tinggi anak di bawah rata-rata untuk kelompok usia mereka, terutama pada balita. Malnutrisi dapat bermanifestasi selama periode prenatal dan hari-hari awal pascakelahiran, dengan efek nyata biasanya muncul pada usia dua tahun, seperti yang dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2022 (Kemenkes RI, 2022)

Konsekuensi dari stunting meliputi pertumbuhan fisik yang terhambat, peningkatan kerentanan terhadap penyakit, hambatan perkembangan kognitif yang mengarah pada penurunan kecerdasan dan produktivitas di masa depan. Selain itu, stunting meningkatkan kemungkinan mengembangkan penyakit kronis di masa dewasa. Estimasi saat ini kemunduran ekonomi dalam tenaga kerja Indonesia akibat stunting mencapai 10,5% dari produk domestik bruto (PDB), setara dengan 286 triliun rupiah.

Hal-hal penting yang perlu diperhatikan pada masa emas (0-2 tahun) ialah:

1. Periode dalam kandungan (280 hari)

Wanita hamil dianggap sebagai kelompok populasi gizi yang rentan. Akibatnya, nutrisi yang optimal sangat penting selama kehamilan untuk memastikan bahwa calon ibu mencapai dan mempertahankan status gizi yang menguntungkan, sehingga menjaga kehamilannya dan melahirkan anak dengan kapasitas fisik dan mental yang optimal, termasuk cadangan energi yang memadai untuk menyusui di masa depan. Wanita hamil yang kekurangan gizi rentan terhadap gangguan pertumbuhan janin, faktor utama yang berkontribusi terhadap pertumbuhan terhambat, peningkatan risiko obesitas, dan penyakit kronis di masa dewasa.

Janin tumbuh dengan memperoleh nutrisi dari makanan ibu dan cadangan yang disimpan dalam tubuh ibu. Selama kehamilan dan menyusui, sangat penting bagi ibu untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas asupan makanannya untuk mendukung perkembangan anak yang tepat. Nutrisi esensial yang tidak memadai dalam makanan sehari-hari ibu akan mengakibatkan janin atau anak mengambil nutrisi dari sumber ibu, seperti jaringan adiposa untuk kebutuhan kalori dan zat besi dari simpanan ibu untuk memenuhi kebutuhan zat besi.

Seorang ibu hamil harus berjuang keras untuk menjaga asupannya Nutrisi yang diperlukan untuk pembentukan dan pertumbuhan Perkembangan janin yang maksimal. Idealnya, bayi baru lahir harus memiliki

berat tidak kurang dari 2.500 gram dan berukuran setidaknya 48 cm panjang tubuh saat lahir. Oleh karena itu, sangat penting untuk secara konsisten mengukur dan memantau berat dan panjang tubuh setiap bayi baru lahir, terutama pada masa pertumbuhan emas, yakni dari nol hingga dua tahun.

2. Periode 0-6 bulan (180 hari)

Saat ini, dua elemen penting penting: inisiasi menyusui yang cepat (IMD) dan praktik menyusui eksklusif (ASI) untuk memfasilitasi menyusui bayi baru lahir dalam jam-jam awal setelah kelahiran. Sangat penting bahwa dalam satu jam pertama setelah kelahiran, ketentuan dibuat untuk kelanjutan Menyusui Dini (IMD), yang menunjukkan tindakan menempatkan bayi baru lahir di dada atau perut ibu. Hal ini memungkinkan bayi untuk mengakses reservoir alami ASI (ASI), yang sangat menguntungkan karena mengandung kolostrum, susu awal yang banyak mengandung zat penambah kekebalan tubuh. Manfaat IMD meluas tidak hanya untuk bayi tetapi juga untuk ibu, mempercepat proses pemulihan pascapersalinan. Terlepas dari keuntungan besar, banyak ibu menghadapi hambatan dalam memperoleh IMD, terutama berasal dari pengetahuan yang tidak memadai dan dukungan yang tidak memadai dari lingkungan mereka.

Menyusui eksklusif memerlukan pemberian ASI semata-mata sampai bayi mencapai usia 6 bulan, tanpa memperkenalkan bentuk makanan lain. Berbagai faktor menghambat praktik menyusui eksklusif, meliputi

masalah terkait bayi seperti berat badan rendah, kelainan bawaan, infeksi, antara lain, serta kondisi ibu seperti payudara/abses membesar, kecemasan, dan kurangnya kepercayaan diri. Ibu yang merasa tidak siap secara fisik atau mereka yang ingin melanjutkan pekerjaan menghadapi tantangan dalam mempertahankan menyusui eksklusif. Organisasi Kesehatan Dunia menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan awal, diikuti dengan melanjutkan menyusui sampai anak berusia 2 tahun, yang bertujuan untuk meningkatkan kekebalan anak dan mengurangi kemungkinan kontaminasi makanan atau cairan selain ASI. Menyusui eksklusif berfungsi untuk mengurangi risiko infeksi gastrointestinal, otitis media, alergi, kelahiran mati, bersama dengan infeksi di usus besar dan usus kecil, selanjutnya mengurangi kemungkinan penyakit radang usus, penyakit celiac, leukemia, limfoma, obesitas, dan diabetes mellitus pada tahap kehidupan selanjutnya.

3. Periode 6-24 bulan (540 hari)

Sejak usia 6 bulan, bayi mulai mendapat asupan makanan tambahan gizi ASI (MP-ASI), karena sejak usia tersebut, ASI saja belum cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi. Penting untuk mengetahui cara pemberian MP ASI karena banyak risiko dalam pelatihannya, seperti pemberian MP ASI yang terlalu cepat pada bayi di bawah 6 bulan. Hal ini pada gilirannya dapat menyebabkan gangguan pencernaan atau diare. Menunda pemberian MP-ASI (tidak memberikan MP-ASI tepat waktu) akan menghambat tumbuh kembang anak. Hal ini

disebabkan alergi dan nutrisi yang dihasilkan dari ASI tidak lagi mencukupi kebutuhan. Yang akan menyebabkan malnutrisi.

Gizi buruk menjadi salah satu penyebab anak tidak tumbuh dan berkembang. Artinya, penanggulangan gizi buruk harus mencakup pemberian nutrisi tertentu pada anak. Anak pada usia ini mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. menjadi lebih rentan terhadap infeksi dan aktif secara fisik, oleh karena itu kebutuhan nutrisi harus memperhatikan aktivitas dan status infeksi bayi/anak. Agar dapat memperoleh gizi seimbang maka perlu dilakukan penambahan suplemen pada ASI atau MP-ASI dengan tetap memberikan ASI sampai anak berusia 2 tahun. Pada usia 6 bulan, bayi dikenalkan dengan makanan lain. Mulai dari makanan yang dihaluskan dan makanan lunak. Kemudian beralih ke makan keluarga saat bayi berusia 1 tahun.

3.2 Penyebab dan Dampak Stunting

Stunting, yang merupakan hasil yang mengkhawatirkan dari malnutrisi persisten pada anak-anak, menyebabkan gangguan pertumbuhan linier yang menghambat perkembangan mereka secara keseluruhan (Kementerian Kesehatan, 2018). Identifikasi stunting dapat dicapai melalui penilaian menyeluruh terhadap tinggi badan anak, di mana pengukuran diteliti dengan cermat terhadap serangkaian standar yang diakui secara universal dan telah ditentukan sebelumnya. Secara luas diakui secara global bahwa anak-anak termasuk dalam kategori stunting jika panjang atau tinggi

badan mereka turun di bawah -2 standar deviasi dari nilai median yang ditetapkan oleh Standar Pertumbuhan Anak WHO yang sesuai dengan usia dan jenis kelamin mereka. Demikian pula, anak-anak dikategorikan sebagai sangat kerdil jika panjang atau tinggi badan mereka di bawah -3 standar deviasi dari median Standar Pertumbuhan Anak WHO yang berlaku untuk usia dan jenis kelamin mereka.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stunting secara langsung dipengaruhi oleh penyakit menular dan nutrisi yang tidak memadai, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Faktor tidak langsung yang mempengaruhi terjadinya stunting meliputi unsur sosial dan ekonomi, seperti pendapatan dan ukuran keluarga. Faktor lain yang berkontribusi adalah pendidikan orang tua, di samping pekerjaan orang tua, menyusui eksklusif, status imunisasi, akses ke layanan kesehatan, dan gaya pengasuhan yang tidak tepat (Rohmayanti *et al.*, 2022)

Stunting muncul sebagai akibat dari berbagai faktor dan tidak semata-mata dikaitkan dengan unsur nutrisi yang tidak mencukupi yang dialami oleh wanita hamil dan anak kecil. Intervensi paling kritis untuk mengurangi prevalensi stunting, oleh karena itu, memerlukan implementasi dalam 1.000 hari awal kehidupan balita (HPK). Beberapa faktor penentu stunting termasuk perilaku pengasuhan yang tidak memadai, mencakup kesadaran ibu yang tidak memadai mengenai kesehatan dan nutrisi sebelum dan pasca kehamilan, serta setelah melahirkan. Selain itu, layanan kesehatan yang terbatas, termasuk ANC (Ante Natal Care), Perawatan Pasca Natal, pendidikan dini berkualitas tinggi, akses yang tidak memadai ke makanan

bergizi dalam rumah tangga, akses terbatas ke air bersih, dan sanitasi juga berkontribusi terhadap stunting (Saputri, 2019)

Stunting dapat terjadi akibat asupan nutrisi yang tidak mencukupi dari makanan anak, dengan kurangnya asupan protein dan energi memainkan peran penting dalam penyebab stunting di antara anak-anak (Sinaga et al. 2019).

Stunting ditandai dengan kelainan pertumbuhan akibat kondisi gizi dan kesehatan yang buruk selama periode sebelum dan sesudah kelahiran. Kerangka kerja yang disajikan oleh UNICEF menjelaskan penyebab malnutrisi yang mendasari. Predisposisi genetik dan konsumsi nutrisi yang tidak mencukupi diidentifikasi sebagai penentu ganda stunting. Elemen-elemen ini saling berhubungan dengan praktik pengasuhan anak, aksesibilitas makanan, layanan kesehatan, dan kebersihan lingkungan.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengkategorikan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stunting anak menjadi empat kelompok utama: keadaan keluarga dan rumah tangga, praktik pemberian makanan pendamping yang tidak memadai, menyusui, dan infeksi. Kondisi keluarga dan rumah tangga selanjutnya diklasifikasikan ke dalam aspek keibuan dan karakteristik lingkungan rumah. Pengaruh ibu mencakup nutrisi yang tidak memadai selama prakonsepsi, kehamilan, dan menyusui, perawakan ibu, infeksi, kehamilan remaja, kesejahteraan mental, pembatasan pertumbuhan intrauterin (IUGR), kelahiran prematur, interval kehamilan pendek, dan hipertensi. Faktor lingkungan rumah bermanifestasi melalui stimulasi dan aktivitas anak yang tidak memadai, kekurangan pengasuhan, sanitasi dan kualitas air yang buruk, akses makanan yang terbatas, distribusi makanan yang tidak tepat

dalam rumah tangga, dan tingkat pendidikan pengasuh yang rendah.

1. Aspek keluarga juga rumah tangga

Faktor ibu, yang berasal dari nutrisi yang tidak memadai selama prakonsepsi, kehamilan, dan menyusui, dapat menyebabkan berbagai konsekuensi. Faktor-faktor seperti perawakan ibu pendek, infeksi, kehamilan muda, masalah kesehatan mental, IUGR, persalinan prematur, jarak persalinan dekat, dan hipertensi termasuk di antara yang terkena. Lingkungan rumah, di sisi lain, dapat dipengaruhi oleh stimulasi dan aktivitas yang tidak memadai, praktik pengasuhan anak yang tidak efektif, kerawanan pangan, distribusi makanan yang tidak tepat, dan rendahnya tingkat pendidikan yang melaksanakan asuhan.

2. Pendidikan Ibu

Studi yang menyelidiki korelasi antara pendidikan ibu dan kejadian stunting di Kenya telah mengungkapkan bahwa keturunan ibu berpendidikan menghadapi penurunan risiko kekurangan gizi, termasuk pemborosan atau stunting, dibandingkan dengan mereka yang lahir dari ibu yang kurang berpendidikan. Demikian juga, penelitian yang dilakukan di Mesir menunjukkan bahwa peningkatan tingkat pendidikan ibu terkait dengan penurunan kemungkinan stunting pada anak-anak. Glewwe (1999) menjelaskan bahwa hubungan antara pendidikan ibu dan kesehatan anak melibatkan beberapa mekanisme kunci: pertama, pengetahuan tentang

kesehatan yang diperoleh melalui pendidikan formal; kedua, keterampilan membaca dan menghitung yang membantu ibu dalam memahami masalah kesehatan anak dan melakukan perawatan yang diperlukan; dan ketiga, keterbukaan terhadap pengobatan modern. Di masyarakat di mana proporsi ibu yang berpendidikan tinggi, sering kali terdapat fasilitas sanitasi yang lebih baik, pelayanan kesehatan yang lebih efektif, serta pertukaran wawasan serta informasi kesehatan di mana lebih baik daripada masyarakat di mana ibu tidak berpendidikan. Dengan meningkatnya pendidikan ibu, ada potensi yang lebih besar untuk intervensi kesehatan yang efektif dan pemeliharaan lingkungan yang mendukung kesehatan anak secara keseluruhan (Abuya et al., 2012).

3. Usia Anak

Penyakit akibat asupan energi dan protein yang tidak mencukupi merupakan manifestasi umum dari malnutrisi, terutama umum di antara anak-anak di bawah lima tahun, terutama di negara-negara berkembang. Fase balita menimbulkan kerentanan yang tinggi terhadap masalah kesehatan dan kekurangan gizi, di mana anak-anak lebih rentan terhadap penyakit dan kekurangan gizi. Selain itu, tahap balita sangat penting dalam membentuk kepribadian anak, membutuhkan perhatian yang cermat. Usia, sebagai faktor nutrisi intrinsik, juga memainkan peran penting; bayi di bawah enam bulan umumnya menunjukkan status gizi yang menguntungkan, sedangkan proporsi balita yang bergizi baik menurun secara signifikan setelah mencapai enam bulan menjadi sekitar 50%. Hal ini menekankan perlunya pemantauan dan

intervensi yang lebih intensif untuk menjaga status gizi anak selama periode kritis ini.

Setelah usia 24-59 bulan, terdapat kecenderungan bahwa anak mengalami masalah status gizi yang kurang, karena kebutuhan gizi untuk usia ini meningkat. Kemungkinan lainnya adalah anak sering terpapar faktor lingkungan yang dapat meningkatkan risiko sakit. Pada usia ini, balita belum bisa memilih makanan mereka, serta biasanya porsi makanannya ditetapkan secara terbatas, tanpa penambahan yang cukup sesuai dengan kebutuhan mereka.

Tingkat pertumbuhan dalam tahun awal kehidupan melampaui tahap lainnya. Dari lahir hingga usia satu tahun, rata-rata anak mengalami peningkatan 50% panjang tubuh, tiga kali lipat berat lahir mereka, dan melihat sepertiga peningkatan lingkar kepala. Selanjutnya, pertumbuhan melambat pada tahun kedua, disertai dengan perubahan komposisi tubuh saat anak-anak menjadi lebih ramping dan lebih berotot (Rudolf dan Levene, 2006).

Setelah mencapai usia satu tahun, tingkat pertumbuhan anak mulai melambat. Biasanya, anak-anak cenderung menjadi lebih ramping antara usia 6 bulan dan 6 tahun. Sepanjang fase ini, ketebalan lemak tubuh secara bertahap meningkat pada anak laki-laki dan perempuan sampai mereka mencapai pubertas. Pada tahap perkembangan ini, wanita umumnya memiliki persentase lemak tubuh yang lebih tinggi daripada pria. Kebutuhan

energi anak-anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat metabolisme basal individu, tingkat aktivitas, dan laju pertumbuhan (Boyle dan Roth, 2010).

Anak-anak yang menghadapi stunting sebelum usia enam bulan sering mengalami stunting yang lebih parah pada usia dua tahun. Stunting yang parah dapat menyebabkan defisiensi jangka panjang dalam perkembangan fisik dan kognitif anak, mempengaruhi kemampuan belajar mereka di sekolah dibandingkan dengan anak-anak dengan tinggi rata-rata. Anak-anak yang menderita stunting cenderung memulai pendidikan mereka kemudian dan memiliki tingkat absensi sekolah yang lebih tinggi daripada anak-anak yang bergizi baik. Situasi ini dapat mempengaruhi pencapaian masa depan mereka (Harahap, 2014).

4. Complementary feeding yang tidak adekuat

Setelah bayi mencapai usia 6 bulan, penting untuk memperkenalkan makanan lunak bergizi yang dikenal sebagai Makanan Tambahan Payudara (MP-ASI). Pengenalan dan penyediaan MP-ASI harus bertahap dalam hal bentuk dan kuantitas, mengingat kapasitas pencernaan bayi/anak. Dalam kasus darurat, bayi dan anak kecil harus diberikan MP-ASI untuk mencegah malnutrisi. Sangat penting untuk menambahkannya dengan vitamin dan mineral (berbagai makanan) karena mungkin tidak ada cukup makanan untuk memenuhi kebutuhan balita.

Kualitas makanan yang tidak memadai terdiri dari kandungan mikronutrien yang buruk, kurangnya variasi, konsumsi makanan terutama dari sumber hewani, unsur

non-gizi, dan tingkat energi yang rendah dalam makanan pendamping. Praktik pemberian makan yang buruk termasuk pemberian makan yang tidak teratur, pemberian makan yang tidak mencukupi selama dan setelah sakit, tekstur makanan yang tidak tepat, jumlah makanan yang tidak memadai, dan pemberian makan yang tidak responsif. Asupan makanan yang tidak mencukupi dapat mengganggu proses metabolisme dalam tubuh, menyebabkan kelainan pertumbuhan dan perkembangan jika berkepanjangan.

5. Beberapa masalah dalam pemberian ASI

Pemahaman ibu yang terbatas tentang pentingnya menyusui dipengaruhi oleh kesehatan dan kesadaran sosial budayanya, kelangkaan penyedia layanan kesehatan yang menawarkan bimbingan, kebiasaan regional yang berlaku untuk inisiasi menyusui yang tertunda, dan produksi ASI yang tidak memadai pasca melahirkan.

Menyusui eksklusif mengacu pada menyusui bayi semata-mata dengan ASI tanpa makanan atau cairan tambahan seperti air, jus, atau non-ASI. IDAI merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Setelah enam bulan, makanan pendamping harus diperkenalkan sementara menyusui berlanjut sampai anak mencapai usia 24 bulan. Menyusui berkepanjangan selama dua tahun secara signifikan berkontribusi pada asupan nutrisi penting balita.

Menyusui menawarkan banyak manfaat kesehatan, terutama dalam hal perkembangan anak. Kandungan ASI terdiri dari beberapa asam lemak tak jenuh dengan rantai karbon panjang (LCPUFA), berfungsi tidak hanya sebagai sumber energi tetapi juga penting untuk perkembangan otak karena prevalensi molekul-molekul ini dalam selubung mielin. Selain itu, ASI meningkatkan kekebalan anak terhadap penyakit, sebagaimana dibuktikan oleh penelitian yang menunjukkan penurunan terjadinya diare, sembelit kronis, penyakit gastrointestinal, infeksi pernapasan, dan infeksi telinga. Selain itu, ASI secara tidak langsung mempengaruhi perkembangan psikomotorik anak, karena penyakit dapat menghambat kemampuan anak untuk mengeksplorasi dan belajar dari lingkungannya. Manfaat lain dari menyusui adalah pembentukan ikatan yang lebih kuat dalam interaksi ibu-anak, yang pada akhirnya menguntungkan perkembangan dan perilaku anak.

6. Jenis Kelamin

Jenis kelamin juga mempengaruhi keperluan gizi individu. Secara umum, pria memerlukan lebih banyak energi serta protein daripada wanita, karena mereka biasanya melaksanakan kerjaan lebih berat yang memerlukan lebih banyak tenaga. Namun, dalam hal kebutuhan zat besi, wanita memerlukan lebih banyak dibandingkan pria, terutama karena kehilangan zat besi yang terjadi selama menstruasi.

Anak laki-laki cenderung lebih banyak sakit daripada anak perempuan, meskipun penyebab pasti dari perbedaan ini belum sepenuhnya dipahami. Dalam

masyarakat tradisional, status wanita seringkali lebih rendah daripada anak laki-laki, yang mengakibatkan jumlah kematian bayi serta malnutrisi yang lebih tinggi di anak perempuan (Soetjiningsih, 2004).

Laki-laki cenderung menghadapi hambatan pertumbuhan lebih sering di tahun pertama kehidupan mereka, sedangkan wanita lebih rentan menghadapi rintangan di tahun kedua. Mengingat bahwa stunting terkait erat dengan perkembangan kognitif yang terganggu di masa kanak-kanak dan penurunan tinggi badan di masa dewasa, temuan ini menggarisbawahi pentingnya mencegah penundaan pertumbuhan. Pendekatan pencegahan ini melibatkan advokasi untuk perawatan pra-kehamilan dan menyusui, bersama dengan mengelola penyakit infeksi (Andair dan Guilkey, 1997).

7. Berat Badan Lahir

Berat lahir menunjukkan berat bayi saat lahir atau dalam waktu 24 jam, seperti yang didokumentasikan dalam Kartu Kesehatan Sehat (KMS). Bayi dengan berat kurang dari 2500 gram diklasifikasikan memiliki berat lahir rendah, sedangkan 2500 gram atau lebih dianggap normal. Berat lahir rendah sering berkorelasi dengan peningkatan risiko perawakan pendek atau stunting pada balita (Kusharisupeni, 2002).

WHO (2012) mendefinisikan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) sebagai bayi dengan berat kurang dari 2500 gram saat lahir. Individu dengan BBLR biasanya menunjukkan pengukuran antropometri suboptimal di masa dewasa. Wanita yang lahir dengan berat lahir rendah

menghadapi kemungkinan yang tinggi untuk menjadi ibu yang juga mengalami stunting, sehingga meningkatkan kemungkinan melahirkan bayi dengan berat lahir rendah seperti mereka sendiri. Bayi yang lahir dari ibu kerdil dapat tumbuh menjadi wanita dewasa yang juga mengalami stunting, melanggengkan siklus yang mempengaruhi generasi mendatang (Soetjiningsih, 2014).

8. Infeksi

Anemia dapat langsung disebabkan oleh penyakit terkait. Malnutrisi muncul dari perbedaan antara nutrisi yang dikonsumsi dan yang dibutuhkan oleh tubuh. Ketidakseimbangan ini dapat terjadi karena berkurangnya asupan makanan, infeksi yang meningkatkan kebutuhan nutrisi tubuh, nafsu makan berkurang, atau menghambat penyerapan nutrisi di usus. Pada kenyataannya, malnutrisi dan infeksi sering hidup berdampingan.

Stunting secara signifikan berdampak pada pertumbuhan, perkembangan, dan masa depan anak-anak, berpotensi menghambat pertumbuhan fisik anak. Menghambat pertumbuhan intelektual anak Oleh karena itu, mempengaruhi kualitas pembelajaran anak di sekolah. dan dapat mengakibatkan penurunan efisiensi kerja di masa dewasa mendatang dan dapat menyebabkan penurunan produktivitas menyebabkan penyakit tidak menular (Dinkes, 2019).

3.3 Ciri-Ciri Stunting

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2016), gejala stunting meliputi:

1. Anak punya tinggi badan yang lebih pendek daripada anak seumurannya.
2. Proporsi tubuhnya cenderung normal, tetapi tampak lebih kecil daripada usia sebenarnya.
3. Berat badan anak lebih rendah dibandingkan dengan standar umur anaknya.
4. Pertumbuhan tulangnya terhambat.
5. Tanda-tanda pubertas muncul lebih lambat.
6. Kinerja buruk pada tes perhatian dan memori belajar.
7. Pertumbuhan gigi terjadi lebih lambat.
8. Anak berusia 8-10 tahun menjadi lebih pendiam dan jarang melakukan kontak mata.
9. Wajah anak terlihat lebih muda dari usia sebenarnya.

3.4 Upaya Pencegahan Stunting

Inisiatif pemerintah untuk memerangi stunting dilakukan melalui Pilar Strategi Nasional Mempercepat Pencegahan Stunting. Dedikasi dan pandangan ke depan para pemimpin Kampanye nasional, bersama dengan komunikasi mengenai perubahan perilaku, memainkan peran penting. Penyelarasan program pusat, regional, dan desa tentang ketahanan pangan dan gizi sangat penting. Pemantauan dan penilaian upaya pencegahan stunting merupakan tanggung jawab kolektif yang menuntut kolaborasi dari berbagai pemangku kepentingan. Hambatan yang teridentifikasi perlu diatasi untuk memerangi stunting secara efektif. Termasuk keterlambatan akses informasi di wilayah tersebut. Pemutusan

data Kondisi demografi yang berbeda-beda di wilayah tersebut (Nurbudiwati et al., 2020).

Selama wabah COVID-19 Laju penurunan stunting telah melambat. Akibat terhambatnya akses terhadap layanan kesehatan, seperti ditutupnya Busyandu Bayi, daya beli masyarakat menurun. Termasuk memindahkan anggaran ke pemerintah yang semula dialokasikan untuk mencegah stunting namun dialihkan untuk menangani COVID-19.(Al Jihad et al., 2022).

Pada tahun 2018, diterapkan kebijakan pencegahan stunting yang memprioritaskan 160 kabupaten/kota dengan masing-masing 10 desa untuk penanganan stunting. Program ini dilaksanakan melalui beberapa tahap. Tahap 1 dilaksanakan pada tahun 2018 dengan total 100 kabupaten/kota prioritas. Setiap kabupaten/kota terdiri dari 10 desa, sehingga jumlah desa seluruhnya 1.000 desa. Tahap 1 2 Dilaksanakan pada tahun 2019, terdiri dari 60 kabupaten/kota prioritas dan total 600 desa, setiap kementerian terkait wajib mengalokasikan program dan kegiatan di 100 desa di 10 kabupaten/kota prioritas. dengan dwarfisme Instansi yang terlibat antara lain Kementerian Koordinator Pembangunan Manusia dan Kebudayaan, Kementerian Pertanian, Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Bapenas dan TNP2K (Tim Percepatan Penanggulangan Kemiskinan), Kementerian Kesehatan Masyarakat dan BPKP (Badan Pengawasan Keuangan dan Pembangunan) (Latifa, 2018).

Pendidikan gizi merupakan sarana dan upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan perilaku makan untuk menciptakan status gizi yang optimal. Pendidikan gizi merupakan suatu pendekatan pendidikan untuk meningkatkan

pengetahuan dan sikap remaja terhadap gizi. Semakin banyak Anda mengetahui tentang nutrisi, semakin baik. Semakin banyak makanan yang Anda makan, semakin besar pengaruhnya terhadap perilaku dan kebiasaan makan Anda. (Nasir *et al.*, 2021)

Pendidikan dapat terjadi melalui banyak media dan metode. Kajian yang dilakukan dengan menggunakan media akan membantu khalayak untuk menerima dan memahami isi yang disajikan dengan lebih mudah dan jelas. Media juga dapat membantu guru menyajikan bahan ajar. Apa yang Ada di Piringku adalah panduan pola makan sehari-hari yang diterbitkan oleh pemerintah. Sebagai bagian dari kampanye Isi Piringku, Kementerian Kesehatan berupaya mempopulerkan empat prinsip gizi seimbang, yang berarti makan makanan yang bervariasi Pentingnya gaya hidup aktif dan olahraga Menjalani pola hidup bersih, sehat, dan menjaga berat badan ideal.

Panduan Isi piringku membagi piring menjadi 3 bagian dan mengisinya dengan makanan bergizi seimbang, yaitu 50% diisi dengan buah dan sayur, 50% nya lagi dibagi menjadi 2 yaitu 1 bagian untuk lauk pauk kaya protein, baik protein hewani maupun nabati dan 1 bagian lainnya untuk karbohidrat (Kemenkes, 2014). Edukasi Gizi "Isi Piringku" penting bagi remaja untuk menerapkan pola makan sehat dan mencukupi kebutuhan nutrisi harian dan mencegah terjadinya stunting, berbagai metode dan alat telah dikembangkan dalam menyampaikan pesan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan, diantaranya adalah gambar cetak merupakan alat bantu yang dinilai tepat jika digunakan dalam penyuluhan gizi untuk dapat lebih mudah diterima siswa karena mengaitkan langsung dengan indera

pengelihatan. Menurut Notoatmodjo panca indera paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% sampai 87%) sedangkan 13% sampai 25% pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui indera lainnya (Atasasih & Mulyani, 2022).

Pemerintah Indonesia telah mengeluarkan beberapa kebijakan dan paket peraturan terkait intervensi stunting. Selain itu, kementerian/lembaga juga memiliki program terkait intervensi gizi spesifik dan intervensi sensitif gizi yang berpotensi menurunkan stunting. Intervensi program gizi yang diidentifikasi oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) dilaksanakan melalui Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) dan Pusat Pelayanan Terpadu (Posyandu) melalui gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Saputri, 2019). Beberapa program gizi khusus yang dilaksanakan pemerintah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- 1) Program terkait intervensi yang menysasar ibu hamil.
- 2) Program yang menysasar ibu menyusui dan bayi usia 0-6 bulan, termasuk mendorong IMD/Inisiasi Menyusui Dini melalui pemberian ASI/kolostrum dan memastikan ibu teredukasi untuk terus memberikan ASI eksklusif kepada balitanya.
- 3) Program intervensi yang menysasar ibu menyusui dan anak usia 7-23 bulan, dengan mendorong kelanjutan pemberian ASI sampai usia 23 bulan disertai pemberian MP-ASI, pemberian obat anthelmintik, pemberian suplemen zinc, dan fortifikasi. zat besi dalam makanan, dan pemberian perlindungan untuk anak-anak.

3.5 Pentingnya Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting

Masa kanak-kanak merupakan tahapan kehidupan yang sangat penting karena terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat seperti kematangan fisik dan mental. Perkembangan Mental dan Sosial Stimulasi psikososial harus dimulai sejak dini. Dan pada saat yang tepat untuk mencapai perkembangan psikologis dan sosial yang optimal. Untuk mendukung perkembangan fisik anak kecil, diperlukan rekomendasi praktis mengenai pola makan bergizi seimbang. Salah satunya adalah dengan mengonsumsi makanan bervariasi yang memenuhi kebutuhan gizi. (Ekayanthi D.W.N & Suryani P, 2019).

Kebutuhan gizi pada balita diantaranya energi, protein, lemak, karbohidrat, air, vitamin, dan mineral. Kebutuhan energi sehari pada tahun pertama 100-200 kkal/kg BB. Untuk tiap tiga tahun pertambahan umur, kebutuhan energi turun 10 kkal/kg BB. Penggunaan energi dalam tubuh adalah 50% atau 55 kkal/kg BB/hari untuk metabolisme basal, 5-10% untuk Specific Dynamic Action, 12% untuk pertumbuhan, 25% atau 15-25 kkal/kg BB/hari untuk aktivitas fisik dan 10% terbuang melalui feses. Protein merupakan sumber asam amino esensial yang diperlukan sebagai zat pembangun, yaitu pertumbuhan dan pembentukan protein dalam serum, hemoglobin, enzim, hormone serta antibodi; mengganti sel-sel tubuh yang rusak; memelihara keseimbangan asam basa cairan tubuh; dan sumber energi (Rahmadhita, 2020).

Disarankan 60-70% total energi basal berasal dari karbohidrat. Dalam ASI dan sebagian besar susu formula, 40-50% kalori berasal dari karbohidrat. Khusus laktosa, sebaiknya

mengonsumsi karbohidrat yang mengandung gula, seperti yang terdapat pada nasi, gandum, kentang, dan sayur-sayuran. Gula yang terdapat pada minuman manis, selai, kue, manisan, dan coklat harus dibatasi dan tidak melebihi 10% dari total energi. Mono dan disakarida lainnya ditemukan dalam buah-buahan, susu, dan produk susu. (Djauhari, 2017).

Buah-buahan, susu, dan produk susu merupakan sumber vitamin dan mikronutrien yang baik untuk pertumbuhan anak. Makanan yang sangat manis dapat menyebabkan kerusakan gigi pada anak. Anak-anak yang sedang tumbuh membutuhkan karbohidrat sebagai sumber energi. Anak usia 1-5 tahun sering menderita kekurangan vitamin A, B, dan C. Oleh karena itu, anak perlu mengonsumsi 1-1 ½ cangkir atau 100-150 gram sayur per hari. Pilih buah yang berwarna kuning atau berwarna. jeruk dan buah jeruk seperti pepaya, pisang, mangga, nanas, dan jeruk. Berikan 1-2 potong pepaya per hari (100-200 gram) atau 1-2 buah jeruk atau buah lainnya. (Wigati et al., 2022).

Status gizi anak kecil (1-5 tahun) perlu mendapat asupan gizi yang lebih banyak karena masa ini dianggap masa emas (golden age). Pada masa ini anak akan mengalami perkembangan fisik dan mental. Anda akan menemukan banyak hal baru, sehingga nutrisi yang cukup pada periode ini memegang peranan penting (Anggraini et al., 2020).

BAB 4

PEMBUATAN COOKIES BLONDO & KONTRIBUSI TANAMAN KELAPA TERHADAP KESEHATAN

Stunting adalah masalah serius yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak, yang kini menjadi perhatian utama di banyak komunitas. Upaya untuk mengatasi stunting tidak hanya memerlukan intervensi medis, tetapi juga perhatian terhadap nutrisi, yang berperan penting dalam memastikan perkembangan yang sehat. Salah satu upaya yang menjanjikan dalam hal ini adalah pemanfaatan produk olahan kelapa, khususnya Blondo, yang dikenal dengan kandungan nutrisinya yang kaya.

Pada bab ini, kita akan membahas aspek praktis pembuatan cookies Blondo, sebuah camilan bergizi yang dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting. Kita akan menjelajahi alat dan bahan yang diperlukan, menyajikan resep secara rinci, serta memberikan tips dan trik untuk mencapai hasil yang optimal. Selain itu, kita juga akan membahas kontribusi tanaman kelapa terhadap kesehatan, dengan menekankan potensinya dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Melalui pembahasan ini, kami berharap dapat menyoroti pentingnya memasukkan produk olahan kelapa dalam diet sebagai bagian dari pendekatan komprehensif untuk mencegah stunting.

4.1 Alat dan Bahan yang Digunakan

Alat yang digunakan untuk pembuatan cookies blondo yaitu :

1. Mangkuk
2. Mixer
3. Oven
4. Loyang
5. Sendok

Bahan-bahan yang digunakan untuk pembuatan blondo yaitu :

1. Kelapa atau blondo yang sudah jadi
2. Tepung terigu
3. Tepung maizena
4. Kuning telur
5. Baking powder
6. Vanilli
7. Coklat bubuk
8. Margarin
9. Gula pasir

4.2 Resep Cookies Blondo

1. Campurkan margarin dan gula pasir dan coklat bubuk, mixer hingga tercampur rata
2. Masukkan kuning telur dan mixer sebentar
3. Masukkan terigu, tepung maizena dan campur rata
4. Bentuk adonan menjadi bulat gepeng dan tata pada Loyang yang sudah dilapisi kertas roti

5. Panggang dalam oven yang sudah dipanaskan dalam suhu 130 derajat celcius selama 25 menit
6. Cookies blondo sudah matang dan siap untuk disajikan

4.3 Tips dan Trik untuk Hasil Terbaik

Cookies Renyah

Produk olahan makanan kering banyak menjadi daya Tarik bagi konsumen karena dianggap praktis dan tahan lama dalam masa penyimpanannya. Produk olahan kering berupa cookies banyak disukai karena tidak terlalu mengandung minyak atau air sehingga memiliki tekstur yang renyah dan lebih menarik dalam hal penampilan atau estetika. Untuk menghasilkan produk yang renyah diperlukan beberapa tahapan yang perlu untuk diikuti dan diperhatikan, diantaranya:

1. Perhatikan bahan-bahan yang digunakan

Bahan-bahan yang digunakan menjadi pokok penting dalam suatu produk olahan, hal tersebut dapat mempengaruhi rasa, tekstur, warna, serta masa simpan suatu produk olahan. Bahan yang perlu diperhatikan dalam pembuatan cookies yang renyah yaitu :

- a. Gunakan tepung terigu berprotein rendah.

Tepung terigu berprotein rendah menghasilkan produk yang tidak terlalu mengembang dan menghasilkan produk cookies yang lebih renyah, karena tepung terigu yang memiliki protein tinggi lebih cocok untuk hasil produk yang lebih mengembang.

b. Gunakan kuning telur saja

Penggunaan kuning telur membuat produk cookies lebih renyah, dibandingkan dengan putih telur.

c. Gunakan mentega murni

Penggunaan mentega menghasilkan produk yang lebih wangi dan renyah, selain dari fungsinya yang mempengaruhi tekstur.

d. Gunakan sedikit baking powder dan soda kue

Penggunaan sedikit baking powder dan soda kue mampu untuk membantu cookies lebih renyah.

2. Pencampuran adonan

Proses pencampuran adonan menjadi hal yang dapat mempengaruhi hasil dari produk yang diinginkan. Pencampuran bahan dapat mempengaruhi kerenyahan produk karena terjadinya pengembangan gluten, yaitu protein yang terdapat dalam tepung terigu yang dapat membentuk struktur elastis pada adonan.

Pencampuran bahan sebaiknya dilakukan dalam tempo yang tetap karena pencampuran yang terlalu berlebihan dapat mempengaruhi pengembangan gluten sehingga cookies lebih alot dan keras, karena pengadukan dilakukan terlalu lama. Sedangkan pencampuran yang kurang dapat membuat bahan tidak tercampur dengan rata sehingga produk tidak renyah dan matang dengan tidak baik, serta warna yang tidak merata dan menimbulkan bitnik-bintik lemak dari pencampuran mentega.

Pencampuran bahan dilakukan bertahap seperti :

- a. Pencampuran bahan kering terlebih dahulu menggunakan sendok kayu
- b. Bahan basah seperti mentega dan telur dimasukan setelahnya sambal diaduk perlahan
- c. Adonan diaduk sampai tercampur rata, tanpa pengadukan yang berlebihan, pastikan jika adonan sudah tercampur rata hentikan proses pengadukan
- d. Sebelum dioven adonan yang sudah diaduk diamkan dalam kulkas selama 30 menit dalam kulkas, agar gluten dan lemak terendapkan sehingga tekstur cookies lebih renyah.

3. Bentuk Cookies

Selain bahan-bahan yang digunakan dan proses pencampuran, Bentuk cookies memiliki pengaruh terhadap kerenyahan produk, hal tersebut dilihat dari beberapa aspek:

a. Ketebalan Cookies

Ketebalan cookies berpengaruh terhadap kerenyahan produk cookies, cookies yang lebih tipis akan menjadikan cookies lebih renyah karena adonan cepat kering Ketika di oven, namun cookies yang terlalu tipis dapat memiliki potensi gosong jika dibiarkan dalam suhu yang terlalu panas. Namun, ukuran cookies yang lebih tebal memakan waktu lebih lama untuk matang, sehingga panas oven tidak

menembus bagian dalam cookies sehingga tidak matang keseluruhan.

b. Luas permukaan cookies

Luas permukaan yang terlalu kecil, akan membuat cookies tidak renyah sempurna, karena membutuhkan waktu yang cukup lama untuk kering,. Sedangkan luas permukaan yang lebih besar akan membuat cookies lebih cepat untuk kering karena lebih banyak area yang terkena panas oven.

Bentuk cookies yang bulat akan menghasilkan tekstur yang lebih renyah dan merata, sedangkan bentuk drop cookies dimana adonan diteteskan diatas Loyang dengan sendok atau plastic, kurang menghasilkan cookies yang renyah sempurna, karena bagian dalam yang mungkin masih lembek.

4.4 Kontribusi Tanaman Kelapa Terhadap Kesehatan

Tanaman kelapa merupakan tanaman yang banyak digunakan masyarakat di Indonesia, hampir semua bagian dari pohon kelapa memiliki banyak manfaat yang dapat digunakan baik sebagai pangan olahan makanan maupun dijadikan bahan kerajinan dan berbagai keperluan. Bagian dari pohon kelapa yang dapat memiliki banyak manfaat yaitu.

1. Daun Kelapa

Daun kelapa mempunyai bentuk memanjang dan kurus, pada umumnya daun kelapa muda memiliki warna hijau muda sampai hijau tua dan akan menjadi kecoklatan

Ketika sudah menua. Daun kelapa yang muda biasanya berwarna kekuningan, banyak digunakan sebagai wadah ketupat, pembuatan wadah ketupat dilakukan dengan cara menganyam daun kelapa muda dan memisahkannya dari lidinya. Lidinya banyak dimanfaatkan untuk sapu lidi, tusuk sate, dan bahan kerajinan lain.

2. Bunga kelapa

Bunga kelapa memiliki warna kuning dan aroma yang manis. Umumnya bunga kelapa mekar Ketika kelapa berusia sekitar 4 sampai 6 tahun. Bunga kelapa dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembuatan alcohol dan cuka.

3. Buah

Buah kelapa memiliki variasi warna yang berbeda-beda seperti kuning, hijau dan coklat tergantung kepa usia buah dan jenis dari kelapa tersebut, buah kelapa memiliki bentuk bulat dengan ukuran yang cukup besar, berdiameter sekitar 10 sampai 20 cm lebih. Kandungan yang terdapat pada buah kelapa diantaranya yaitu vitamin, mineral dan anti oksidan.

a. Vitamin C

Vitamin C merupakan antioksidan kuat yang baik terhadap system kekebalan tubuh dan mampu melindungi sel dari kerusakan dan membantu penyerapan zat besi. Kandungan Vitamin C pada buah kelapa merupakan sumber yang cukup baik yaitu sekitar 15 mg per 100 gram.

b. Vitamin B Kompleks

Vitamin B kompleks merupakan vitamin larut dalam air, yang terdiri dari delapan jenis yang memiliki peran penting dalam metabolisme tubuh dan kesehatan, beberapa manfaat vitamin B kompleks diantaranya,

1. Meningkatkan kadar testosterone

Vitamin B kompleks memiliki kontribusi pada peningkatan kadar hormone testosterone pada pria. Testosterone membutuhkan energi untuk diproduksi dan Vitamin B kompleks, khususnya vitamin B3 (Niacin), memiliki peran penting dalam metabolisme energi, sehingga mencukupi asupan vitamin B3 dapat sangat mendukung produksi testosterone.

2. Mendukung kesehatan otak

Vitamin B6, B9 (asam folat), dan B12 memainkan peran penting dalam proses metabolisme homosistein, yang dapat mengurangi risiko penurunan kognitif dan demensia.

3. Manfaat untuk Ibu Hamil

Vitamin B kompleks mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin, terutama melalui asam folat yang esensial untuk mencegah kelainan lahir.

4. Memfasilitasi Pembentukan Sel Darah Merah

Vitamin B12 dan B6 berperan dalam produksi sel darah merah, yang penting untuk mencegah anemia.

5. Meningkatkan Kesehatan Saraf

Vitamin B kompleks mendukung fungsi sistem saraf, membantu menjaga kesehatan saraf dan mencegah gangguan neurologis.

c. Vitamin E

Vitamin E merupakan antioksidan kuat dan memiliki peran penting bagi kesehatan tubuh, salah satunya dalam upaya pencegahan stunting. Vitamin E memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan sel, salah satunya pertumbuhan sel-sel otak. Hal ini sangat krusial untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak secara optimal.

Vitamin E memiliki peranan sebagai perlindungan bagi otak akibat radikal bebas. Selain memiliki manfaat yang baik bagi otak. Vitamin E juga memiliki dampak yang baik sebagai penguatan sistem imun sehingga anak lebih tahan terhadap penyakit infeksi. Selain itu vitamin E membantu tubuh menyerap nutrisi dan mineral lain seperti, vitamin A dan zat besi yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan.

d. Vitamin K

Fungsi vitamin K dalam tubuh yang paling utama adalah dalam proses pembentukan darah, vitamin K membantu mengaktifkan factor-faktor pembekuan darah, sehingga luka dapat cepat menutup. Selain itu vitamin K memiliki peranan penting untuk kesehatan tulang, vitamin K berkeja

sama dengan vitamin D dan Kalsium untuk menjaga kesehatan tulang. Vitamin K membantu mengikat kalsium pada tulang, sehingga tulang menjadi lebih kuat. Vitamin K membantu berperan dalam kesehatan otak, termasuk pada proses pembentukan mielin atau lapisan pelindung saraf.

Pertumbuhan tulang pada anak stunting umumnya menjadi suatu masalah karena pertumbuhan yang tidak optimal, vitamin K dapat berkontribusi sebagai upaya pencegahan stunting dengan salah satu fungsinya yaitu perbaikan kesehatan tulang.

Selain sering di nikmati sebagai olahan makanan dan minuman, buah kelapa menjadi potensi besar untuk berbagai produk olahan yang bermanfaat. Mulai dari air, hingga sabutnya, dapat digunakan untuk menghasilkan produk-produk yang memiliki nilai tambah yang tinggi. Berikut ini merupakan produk-produk olahan buah kelapa yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan :

1) Sumber Nutrisi

a) Minyak kelapa

Minyak kelapa yang diperoleh dari proses pemanasan santan merupakan hasil olahan kelapa yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, kandungan minyak kelapa kaya akan asam laurat, yang memiliki sifat sebagai antibakteri dan antivirus. Asam laurat merupakan senyawa asam lemak jenuh, dalam tubuh, asam laurat diubah menjadi monolaurin yaitu senyawa

yang dapat melawan berbagai jenis bakteri, virus dan jamur penyebab penyakit.

Manfaat asam laurat bagi kesehatan tidak hanya sebagai antinakteri, antivirus tetapi asam laurat dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan membantu sistem pencernaan yang berkaitan dengan bakteri, selain itu kandungan antibakteri yang dimiliki oleh asam laurat dapat membantu mengatasi masalah kulit seperti eksim pada kulit, kemerahan dan juga peradangan kulit. Manfaat lain yang dimiliki oleh asam laurat yaitu dapat menjaga kesehatan jantung, berdasarkan beberapa penelitian menjelaskan bahwa asam laurat dapat membantu meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL) dan menurunkan kadar kolesterol jahat (LDL), dan dapat membantu menurunkan berat badan dengan membantu metabolisme tubuh dan membantu membakar lemak.

Sehingga penggunaan minyak kelapa menjadi banyak digunakan dikalangan masyarakat seperti digunakan sebagai minyak masak, pelembab kulit dan bahan pembuatan kosmetik.

b) Santan kelapa

Santan kelapa menjadi produk olahan yang banyak digunakan oleh semua kalangan masyarakat terutama ibu rumah tangga, selain dapat digunakan sebagai penambah cita rasa untuk bahan makanan, ternyata santan memiliki kandungan lemak nabati yang baik, dan nutrisi

yang penting bagi kesehatan seperti vitamin yaitu vitamin C, vitamin E dan vitamin K. mineral seperti kalsium, magnesium, fosfor dan besi, yang terakhir adalah antioksidan.

Mengonsumsi santan baiknya dilakukan dengan cara yang benar mulai dari memiliki santan yang bertekstur kental, santan kental lebih banyak mengandung nutrisi dibandingkan dengan santan encer, selain itu penggunaan santan baiknya dalam kadar yang tepat dan tidak berlebihan. Penggunaan santan akan lebih enak Ketika dikombinasikan dengan makanan lain seperti sayuran dan buah-buahan. Selain hal-hal tersebut, pilihlah santan yang murni tanpa tambahan bahan kimia.

Produk sampingan dari Santen juga memiliki khasiat yang baik bagi kesehatan, salah satunya adalah *blondo*. *Blondo* atau ampas kelapa yang dihasilkan setelah pemanasan santan dan minyak kelapa murni memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesehatan terutama bagi anak-anak salah satunya sebagai upaya pencegahan stunting. Manfaat yang dapat diperoleh dari *blondo* sebagai upaya pencegahan stunting diantaranya yaitu; sebagai sumber protein nabati yang baik, salah satu pengaruh dari terjadinya stunting adalah karena kekurangan protein. Kandungan yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak terutama untuk pertumbuhan otot dan jaringan tubuh

adalah protein, protein nabati yang terkandung dalam blondo terbilang cukup tinggi, sehingga hal tersebut menjadi penting sebagai upaya pencegahan stunting.

Selain kandungan protein yang tinggi, blondo merupakan produk yang kaya akan serat yang baik bagi pencernaan, sehingga dapat membantu penyerapan nutrisi dan mencegah sembelit. Kandungan mineral dan vitamin yang terdapat pada produk olahan blondo membantu memperbaiki nutrisi bagi anak yang dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan kandungan nutrisi yang lengkap, blondo dapat menjadi sumber alternatif makanan bergizi bagi anak sebagai sumber nutrisi yang baik.

Cara pengolahan blondo dapat dikombinasikan pada beberapa olahan yang bergizi seperti biskuit blondo yang dapat menjadi camilan sehat bagi anak-anak. Dikombinasikan dengan bubur, blondo bisa ditambahkan kedalam bubur bayi atau anak-anak untuk meningkatkan kandungan protein dan serat. Kombinasi blondo pada masakan tumis dapat dilakukan dengan pada kombinasi sayur sehingga menambah variasi menu makanan. Kombinasi blondo dengan kentang atau perkedel dapat menjadi olahan yang lezat dan bergizi. Kombinasi blondo baiknya dilakukan dengan makanan yang mengandung nutrisi yang lengkap pula sehingga kebutuhan gizi dapat terpenuhi.

c) Air kelapa

Air kelapa merupakan produk alami dari buah kelapa yang banyak disukai oleh semua kalangan masyarakat, selain sebagai minuman yang menyegarkan air kelapa mengandung banyak manfaat bagi kesehatan, beberapa diantaranya air kelapa kaya akan elektrolit yang baik untuk rehidrasi tubuh dan mengandung berbagai nutrisi yang penting.

Air kelapa kaya akan elektrolit seperti kalium dan natrium sehingga dapat menghidrasi tubuh, terutama setelah berolahraga atau saat tubuh kekurangan cairan. Kandungan gula yang terkandung dari air kelapa mampu untuk meningkatkan energi sehingga cocok dikonsumsi setelah atau sebelum beraktivitas. Selain sebagai penghidrasi tubuh, kandungan kalium yang terkandung dalam air kelapa dapat membantu menjaga kesehatan jantung dan mengatur tekanan darah. Air kelapa sangat efektif untuk mencegah dehidrasi atau dengan mengganti cairan tubuh yang hilang baik karena diare, muntah atau aktifitas fisik yang berat. Dengan mengonsumsi air kelapa dapat membantu menjaga kesehatan ginjal dengan cara membuang racun tubuh melalui ekskresi.

Namun perlu diingat bahwa tidak semua orang cocok dengan air kelapa, sehingga pengonsumsi air kelapa sebaiknya tidak berlebihan, meskipun bermanfaat, konsumsi

berlebihan dapat menimbulkan efek samping seperti diare.

d) Daging kelapa

Daging kelapa merupakan sumber serat yang baik, yang dapat diolah menjadi banyak produk olahan yang memiliki manfaat yang baik bagi kesehatan dan menjadi bahan makanan yang enak dan disukai masyarakat. Produk olahan buah kelapa telah banyak ditemukan di berbagai lingkungan dan digunakan sehari-hari umumnya oleh ibu rumah tangga, berikut ini merupakan produk olahan daging kelapa yang baik bagi kesehatan dan enak untuk dikonsumsi, yaitu;

Santan yang mengandung lemak sehat sebagai sumber energi dan mengandung asam laurat yang memiliki sifat sebagai antibakteri dan antivirus serta mampu menjaga kolesterol sehat dan tekanan darah, minyak kelapa dapat membantu meningkatkan metabolisme dengan membakar lemak lebih cepat dan memiliki manfaat bagi kesehatan kulit dan rambut juga sebagai peningkat daya tahan tubuh, tepung kelapa mengandung serat yang tinggi untuk menjaga kesehatan usus dan cocok untuk penderita celiac disease karena tidak mengandung gluten serta rendah karbohidrat sehingga baik dikonsumsi. Ketika diet, keripik kelapa kaya akan lemak sehat yang memberi energi instan serta kaya akan serat dan mineral yang baik bagi pencernaan, nata de coco yang

mengandung probiotik atau bakteri baik yang bermanfaat bagi kesehatan sistem pencernaan.

2) Bahan Baku Industri

a) Sabut Kelapa

Sabut kelapa merupakan produk yang banyak digunakan sebagai bahan baku pembuatan berbagai produk rumah tangga seperti tali tambang, karpet, dan media tanam.

b) Tempurung Kelapa

Tempurung kelapa merupakan bagian keras dari buah kelapa yang seringkali dianggap sebagai limbah ternyata memiliki banyak manfaat dan kegunaan yang dapat digunakan sebagai bahan baku industri seperti bahan baku kerajinan tangan contohnya: alat makan, dekorasi, peralatan rumah tangga dan aksesoris lainnya.

Pemanfaatan tempurung kelapa dapat digunakan sebagai bahan bakar, atau banyak disebut dengan arang tempurung. Arang tempurung memiliki kualitas pembakaran yang baik dan sering digunakan untuk memasak atau sebagai bahan bakar industri.

Manfaat lainnya yang dapat diperoleh dari pemanfaatan tempurung kelapa yaitu sebagai media tanam bagi tanaman seperti anggrek dan tanaman hias lain, Sebagai bahan bangunan seperti atap dan dinding, pada beberapa daerah, tempurung kelapa masih banyak digunakan

sebagai bahan atap rumah atau campuran dari bahan bangunan untuk membuat dinding. Selain itu tempurung kelapa dapat dijadikan sebagai pupuk organik berupa kompos yang memiliki manfaat untuk menyuburkan tanah, serta sebagai penyaring air atau filter alami untuk penyaringan air.

- 3) Produk Kesehatan dan Kecantikan
 - a. Minyak Kelapa Murni



Gambar 7. Minyak Kelapa Murni

(Sumber : <https://images.app.goo.gl/1Yx9GY9NeYpSAbyI9>)

Minyak kelapa murni mengandung asam laurat, yang merupakan asam lemak jenuh yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, seperti meningkatkan sistem kekebalan tubuh antivirus yang dapat membantu untuk melawan infeksi karena asam laurat memiliki sifat antibakteri dan antivirus dan memiliki manfaat untuk kesehatan rambut dan kulit.

Cara mengonsumsi minyak kelapa dapat dilakukan dengan cara meminum langsung sebanyak satu sendok setiap pagi sebelum makan,

atau dapat dikonsumsi dengan cara menjadikan minyak kelapa sebagai minyak utama untuk memasak. Penggunaan minyak kelapa dapat digunakan dengan cara mengaplikasikannya secara langsung pada kulit atau rambut sebagai pelembab alami.

Namun pengonsumsi minyak kelapa hendaknya dikonsumsi dalam jumlah secukupnya atau tidak berlebihan karena meskipun banyak mengandung manfaat, konsumsi minyak kelapa berlebihan tidak baik karena banyak tinggi kalori. Pilihlah minyak kelapa murni yang berkualitas yang berasal dari kelapa segar.

b. Susu Kelapa

Susu kelapa yang terbuat dari daging kelapa yang diparut dan diperas, telah dikenal banyak masyarakat sebagai minuman yang menyegarkan dan bergizi, salah satu manfaat yang terkandung dalam susu kelapa bagi kesehatan yaitu,

Sebagai sumber energi alami, kandungan lemak sehat pada susu kelapa terutama asam laurat dapat memberikan energi bagi tubuh. Lemak tersebut membantu untuk menyerap vitamin yang larut lemak seperti A, D, E dan K. Selain itu susu kelapa dapat meningkatkan sistem imun, karena sifat asam laurat sebagai antibakteri dan antivirus membantu tubuh untuk mencegah infeksi oleh bakteri dan virus. Selain itu susu kelapa dapat menjaga kesehatan jantung,

melancarkan pencernaan, menjaga kesehatan kulit, kesehatan tulang dan meningkatkan kinerja otak

4) Produk Minuman

a. Air Kelapa Kemasan

Secara umum, manfaat air kelapa kemasan sama dengan manfaat air kelapa segar. Kandungan pada air kelapa yaitu nutrisi dan elektrolit memiliki manfaat yang baik bagi tubuh diantaranya adalah sebagai hidrasi alami bagi tubuh. Ketika tubuh kekurangan cairan atau dehidrasi setelah berolahraga, sumber elektrolit yang terkandung dapat menaga keseimbangan cairan dalam tubuh dan mengandung antioksidan yang dapat membantu tubuh meningkatkan sistem imun atau daya tahan tubuh, dan banyak manfaat lainnya.

Namun perlu diingat, mengonsumsi air kelapa perlu perhatian dalam beberapa aspek, seperti pemilihan merek air kelapa kemasan dengan kadar gula yang sedikit atau air kelapa murni tanpa tambahan gula, karena pada beberapa merek kemasan air kelapa mungkin mengandung kadar gula yang tinggi dengan menambahkan pemanis buatan.

b. Nata de coco



Gambar 8. Nata de Coco

(Sumber : <https://images.app.goo.gl/zk2Y5g3xxkAzDJNb9>)

Nata de coco merupakan produk yang kaya akan serat dan air, serta mengandung beberapa vitamin dan mineral yang dapat membantu melancarkan pencernaan dan mencegah sembelit, serta dapat menurunkan kolesterol jahat dalam darah. Karena mengandung kalori yang rendah dan kandungan serat yang tinggi, prosuk nata de coco cocok untuk menjaga berat badan ideal sehingga baik digunakan Ketika sedang diet. Selain memiliki manfaat untuk kesehatan pencernaan dan meningkatkan sistem imun, nata de coco memiliki manfaat untuk membantu menjaga kesehatan jantung dengan menjaga tekanan darah normal dan mencegah stroke serta dapat menjaga kesehatan kulit agar tetap lembab dan kulit lebih sehat.

Pada era modern yang semakin berlanut dan menuntun gaya hidup sehat, produk olahan kelapa menjadi solusi alami sebagai produk yang dapat memenuhi

kebutuhan nutrisi bagi tubuh. Selain kaya akan manfaat, produk olahan kelapa memiliki potensi besar untuk keberlanjutan sebagai penunjang ekonomi masyarakat. Hampir semua bagian dari tanaman kelapa dapat dimanfaatkan dan merupakan tanaman yang mudah tumbuh di berbagai iklim. Dengan memilih produk olahan kelapa, kita turut berkontribusi dalam menjaga kelestarian lingkungan. Berikut ini beberapa keunggulan produk olahan kelapa:

a. Bernilai Tambah

Produk olahan kelapa memiliki banyak nilai tambah yang membuatnya menjadi komoditas yang sangat potensial. Tidak hanya kaya akan manfaat bagi kesehatan, tetapi juga memiliki nilai ekonomi yang tinggi yang dapat memberikan dampak positif bagi lingkungan dan bagi masyarakat.

b. Berkelanjutan

Kelapa merupakan salah satu komoditas perkebunan yang banyak ditemukan di Desa Cilumba Kabupaten Tasikmalaya. Perkebunan kelapa telah lama dikenal dan memiliki peranan yang penting bagi ekonomi masyarakat, maupun dilihat dari aspek social budaya.

Produksi kelapa memiliki peranan yang penting, mengingat masa produksi dan masa tumbuh pohon kelapa dapat memproduksi sepanjang tahun secara terus menerus dan siap untuk dijual dalam bentuk produk olahan dan lain lain. Produk tanaman kelapa yang memiliki kandungan nabati merupakan keunggulan

tersendiri, dimana beberapa produknya yaitu santan, kelapa segar, maupun ampas.

c. Ramah Lingkungan

Kelapa merupakan buah serbaguna yang memiliki potensi besar bagi perekonomian dan social budaya yang dapat diolah menjadi berbagai produk yang tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan dan ramah lingkungan.

Produk ramah lingkungan merupakan produk yang dirancang dengan mempertimbangkan berbagai aspek produksi agar memberikan nilai minimal pada dampak negative yang akan timbul pada lingkungan. Produk-produk ramah lingkungan mampu mengurangi jejak ekologis baik pada saat produksi maupun setelah penggunaan.

Produk ramah lingkungan berbahan baku alami dan berkelanjutan, bahan-bahan alami yang digunakan berasal langsung dari alam dan bisa untuk terus diperbaharui, sehingga tidak merusak ekosistem alam. Salah satu contoh produk ramah lingkungan adalah produk-produk yang berasal dari serat serat alami seperti kelapa.

Selain menggunakan bahan alami yang tidak merusak lingkungan, produk ramah lingkungan dirancang dengan tidak menggunakan tambahan bahan kimia berbahaya dan meminimalisi limbah serta dapat didaur ulang atau dijadikan pupuk kompos sehingga dapat memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar. Selain produk yang ramah lingkungan, kemasan yang digunakan lebih baik menggunakan kemasan ramah

lingkungan yang dapat didaur ulang serta minim tinta dan perekat.

Tetapi produk ramah lingkungan tidak selalu memiliki kelebihan, tetapi pada beberapa aspek produk ramah lingkungan memiliki kekurangan seperti:

1. Biaya yang lebih mahal

Biaya yang digunakan pada pengembangan produk ramah lingkungan dapat bernilai lebih mahal dibandingkan dengan produk biasa. Beberapa diantaranya adalah pada bahan baku, bahan baku yang digunakan pada produk-produk ramah lingkungan tergolong lebih mahal dibandingkan bahan baku biasa, hal tersebut ditunjang oleh beberapa faktor yaitu pada proses produksinya yang lebih kompleks, misal pada pengolahan bahan baku yang lebih lama dan lebih rumit, seperti proses daur ulang, proses pembersihan dan proses pemilihan. Pada proses-proses tersebut seringkali menggunakan teknologi yang khusus dan canggih sehingga memerlukan biaya yang cukup besar.

Kemudian pertimbangan dalam hal ketersediaan bahan baku. Sumber daya yang terbatas, seringkali banyak dialami untuk bahan-bahan ramah lingkungan karena ketersediaannya yang terbatas, serta lokasi yang sulit untuk dijangkau atau tersedia hanya pada daerah-daerah tertentu, sehingga hal tersebut menjadi alasan mengapa memerlukan biaya lebih mahal.

Seringkali, permintaan pasar terhadap produk ramah lingkungan masih ternilai kecil dibandingkan dengan produk-produk konvensional, sehingga skala

produksi yang kecil dengan biaya yang produksi yang mahal, menjadikan produk ramah lingkungan tergolong berharga lebih tinggi.

Namun, pemakaian produk ramah lingkungan meningkatkan konsumen terhadap kesadaran pada lingkungan, dengan bentuk membeli dengan biaya yang tergolong lebih tinggi jika dibandingkan dengan produk konvensional, sama dengan individu yang memiliki rasa peduli terhadap lingkungan. Meskipun harganya lebih mahal, tetapi produk ramah lingkungan menawarkan manfaat dengan jangka waktu yang panjang bagi lingkungan dan kesehatan.

BAB 5

IMPLEMENTASI DAN PENGEMBANGAN PRODUK

5.1 Strategi pemasaran cookies Blondo

Di era globalisasi ini, persaingan bisnis semakin ketat, sehingga diperlukan strategi dan inovasi yang mampu bersaing dengan perubahan yang ada di berbagai sistem. Perusahaan perlu menerapkan strategi yang tepat untuk membangun keunggulan kompetitif. Dalam persaingan yang sengit, menjaga pelanggan dengan meningkatkan kepuasan dan loyalitas mereka menjadi sangat penting. Salah satu cara untuk mencapai ini adalah dengan memperluas pasar melalui inovasi produk baru. Melalui inovasi produk, perusahaan dapat menciptakan solusi yang memenuhi kebutuhan konsumen (joy verna, 2024).

Setiap perusahaan memiliki keunggulan kompetitif masing-masing, dan dalam konteks ini, perusahaan harus mampu berinovasi untuk menciptakan keunggulan kompetitif yang canggih dibandingkan pesaing. Inovasi adalah kemampuan untuk menghasilkan ide-ide baru dan menciptakan produk yang memenuhi kebutuhan pasar. Proses inovasi melibatkan adaptasi produk, ide, layanan, dan proses yang memerlukan pengembangan terus-menerus (joy verna, 2024)

Ada dua jenis utama inovasi: inovasi proses dan inovasi produk. Inovasi proses berfokus pada pengembangan metode baru yang digunakan dalam proses inovasi, seringkali dengan

memanfaatkan teknologi. Ini mencakup penerapan model bisnis baru, strategi perusahaan baru, gaya kepemimpinan baru, dan pembentukan budaya organisasi baru. Sementara itu, inovasi produk berfokus pada pengenalan produk baru atau modifikasi produk yang sudah ada. Dalam persaingan bisnis yang semakin ketat, inovasi produk sangat penting karena berdampak besar terhadap kinerja karyawan dan daya saing perusahaan. Melalui inovasi produk, perusahaan dapat mengatasi berbagai tantangan bisnis dan tetap bersaing secara efektif di pasar yang terus berubah (joy verna).

Keberhasilan inovasi didukung oleh faktor-faktor yang sejalan dengan visi dan misi perusahaan. Inovasi perlu terfokus pada pasar dan mampu menyelesaikan masalah yang dikenal sebagai 5C, yaitu *competitor* (pesaing), *competition* (persaingan), *change of competition* (perubahan dalam persaingan), *change driver* (penentu arah perubahan), dan *customer behavior* (perilaku konsumen). Inovasi juga harus meningkatkan nilai tambah perusahaan untuk mempercepat pertumbuhan dan perkembangan. Efisiensi dan efektivitas sangat penting karena keduanya memengaruhi kemajuan inovasi perusahaan. Selain itu, inovasi harus sejalan dengan visi dan misi perusahaan untuk memastikan tidak terjadi penyimpangan dari arah pertumbuhan. Akhirnya, inovasi perlu dapat terus diinovasikan sehingga tercipta inovasi berkelanjutan, memungkinkan perusahaan untuk berkembang lebih lanjut (joy verna).

Ada beberapa aspek yang akan digunakan dalam strategi pemasaran produk cookies blondo (kue tradisional berbahan dasar kelapa) diantaranya :

5.1.1 Identifikasi Pasar Target

Dilihat dari demografi, geografis dan Psikografis, produk akan dipasarkan untuk anak-anak berusia 2 tahun ataupun bisa pada anak yang telah mencapai usia yang cukup untuk memakan cemilan sehat ini, dilihat dari komposisi produk ini sangat cocok dipasarkan di wilayah yang mayoritas daerahnya petani kelapa, karena produk ini terbuat dari daging buah kelapa. Adapun sasaran pemasaran produk ini tidak hanya untuk anak-anak saja, bisa juga dikonsumsi untuk remaja ataupun ibu hamil.

5.1.2 Branding dan packaging

Nama produk : blondkies (blondo cookies)

Desain dan logo kemasan :



Gambar 9. Cookies Blondo



Gambar 10. Logo Produk Cookies Blondo

5.1.3 Promosi dan pemasaran Digital

Di era digital ini akan lebih mudah dan praktis memasarkan produk di berbagai platform media sosial seperti instgram, tiktok, twiter ataupun platform lainnya, lakukan promosi dengan membuat konten yang menarik perhatian konsumen, cantumkan khasiat dan manfaat produk. Selain menggunakan platform media, promosi juga bisa dilakukan dengan menggunakan website dan e-commerce.

Hal hal yang harus diperhatikan pada saat akan melakukan promosi produk :

a. Menentukan tujuan promosi yang jelas

Dalam melakukan promosi juga harus mempunyai target yang diinginkan tidak hanya sekedar melakukan promosi, maksud dari tujuan yang jelas yakni seperti peningkatan penjualan, memperkenalkan produk baru, peningkatan kesadaran merk, dan mendongkrak engagement.

b. Produk harus terlihat menarik

Produk yang menarik mampu menarik perhatian konsumen sehingga meningkatkan minat pembelian konsumen terhadap produk yang dipasarkan, ada beberapa faktor yang membuat produk lebih menarik, contohnya seperti kualitas produk, inovasi dan keunikan,

manfaat, harga yang kompetitif, estetika dan gaya seperti pada kemasan dan logo.

- c. Pembuatan promosi yang dapat dimengerti oleh konsumen

Pembuatan video ataupun media yang lain harus dibuat dengan jelas sehingga konsumen dapat mengerti apa yang disampaikan. konten yang di sajikan harus mudah dipahami dan membuat konsumen berminat untuk membeli produk yang dipasarkan.

- d. Menentukan target audience

Target audience menjadi salah aspek yang harus diperhatikan, pada produk kami, sasaran target audience nya adalah anak-anak dan ibu hamil, Dimana memang produk Kesehatan ini merupakan cemilan sehat untuk pencegahan stunting.

- e. Analisis kompetitor

Kenali siapa saja yang dapat menjadi kompetitor serta strategi apa yang dilakukan oleh kompetitor, tentukan pembeda antara produk sendiri dan kompetitor, bisa dari kualitas, harga, fitur, atau layanan pelanggan.

- f. Penawaran khusus dan intensif

Penawaran juga biasanya sangat berpengaruh terhadap minat konsumen terhadap apa yang kita tawarkan, seperti dilakukannya bundling dengan produk yang lain atau bisa juga memberikan penawaran buy one get two, adakan discount pada hari-hari besar seperti perayaan Idul Fitri atau hari-hari besar lainnya.

- g. Waktu dan frekuensi promosi

Sebagai produsen tentunya kita harus menentukan waktu dan frekuensi pemasaran produk, waktu dan frekuensi ini bisa ditentukan melalui kebiasaan

konsumen dan trend penjualan, Dimana bisa dengan mengadakan event event menarik.

5.2 Pengembangan Varian Rasa dan Bentuk

Atribut atribut seperti warna, bentuk, rasa, dan tekstur memiliki peran sangat signifikan dalam menilai daya tarik makanan siap saji, Cookies memiliki variasi bentuk, warna, tekstur, dan rasa tergantung pada jenis dan resepnya. Bentuknya bisa bulat datar atau beragam seperti hati, bintang, atau bulan sabit, tergantung pada cara pembuatannya. Warna cookies juga bervariasi tergantung pada bahan yang digunakan.

Cookies coklat cenderung gelap, sementara cookies mentega atau klasik cenderung coklat muda hingga keemasan setelah dipanggang, teksturnya pun beragam, mulai dari yang renyah hingga kenyal atau chewy, tergantung pada bahan dan durasi pemanggangan. Beberapa cookies bisa lebih padat atau ringan tergantung pada tambahan seperti oatmeal atau almond, rasa cookies juga sangat beragam. Cookies coklat memiliki rasa manis dengan sentuhan pahit dari coklat, sementara cookies vanilla biasanya manis dengan aroma vanilla yang khas. Secara keseluruhan, cookies merupakan makanan serbaguna dengan kombinasi unik bentuk, warna, tekstur, dan rasa yang bisa disesuaikan dengan preferensi dan resep yang digunakan.

5.2.1 Pengembangan varian rasa

Varian rasa yang akan kami gunakan dalam cookies blondo ini adalah penambahan rasa seperti matcha, strawberry, coklat, dan juga pisang.

Varian rasa dalam cookies atau jenis makanan lainnya disediakan karena beberapa alasan utama :

- a. Untuk memenuhi beragam selera konsumen karena setiap orang memiliki preferensi yang berbeda, seperti coklat atau kacang.
- b. Sebagai strategi inovasi dan diferensiasi merek di pasar, menarik perhatian konsumen yang mencari sesuatu yang unik.
- c. Untuk memperluas pangsa pasar dengan menawarkan banyak pilihan kepada berbagai segmen konsumen, baik yang lebih muda dengan rasa eksperimental atau yang lebih dewasa dengan rasa klasik.
- d. Sebagai tanggapan terhadap permintaan pasar dan umpan balik konsumen yang menunjukkan preferensi tertentu.
- e. Untuk mengekspresikan kreativitas produsen dalam meracik makanan dan memberikan keseruan bagi konsumen yang suka mencoba hal baru.

Varian matcha dibuat dengan menambahkan matcha bubuk, seperti pada gambar di bawah ini :



Gambar 11. Matcha

(<https://shorturl.at/1QaHH>)

Bubuk matcha dihasilkan dari daun teh hijau yang mengalami proses pengeringan, penguapan, dan penghalusan. Daun teh hijau memiliki berbagai manfaat seperti mendukung penurunan berat badan, pencegahan diabetes, peningkatan kualitas tidur, serta memiliki efek antioksidan dan anti-stress. Penting dicatat bahwa proses pengolahan dari daun teh hijau menjadi bubuk matcha tidak mengurangi manfaat kandungan alami yang terdapat di dalamnya (Firyal,2023).

Varian strawberry yang akan digunakan adalah sari dari buah strawberry yang sudah di haluskan, seperti pada gambar di bawah ini:



Gambar 12. Strawberry

<https://images.app.goo.gl/r1GjbM1crrqCso4i6>

Buah strawberry memiliki rasa manis dan menyegarkan. Selain itu, buah ini kaya akan nutrisi dengan komposisi gizi yang lengkap. Strawberry dapat dikonsumsi segar atau diolah menjadi berbagai jenis makanan dan minuman seperti selai, jelly, sirup, es krim, dodol, serta sebagai hiasan pada kue atau

dalam bentuk jus. Buah strawberry memiliki aroma khas dan warna merah cerah yang dihasilkan oleh pigmen antosianin, yang juga mengandung antioksidan tinggi. Selain antosianin, strawberry juga mengandung serat, vitamin C, kalium, dan asam ellagic. Kandungan antioksidan yang tinggi membuat strawberry memiliki banyak manfaat kesehatan. Strawberry merupakan buah yang banyak dikonsumsi dalam berbagai bentuk, baik sebagai buah segar maupun dalam produk olahan, (Angela, 2021)

Esensi dalam pembuatan sari buah adalah memisahkan senyawa yang larut dalam air dari senyawa yang tidak larut dalam air yang terkandung dalam buah. Sari buah atau fruit juice adalah cairan alami yang terdapat dalam buah-buahan, dihasilkan melalui pengepresan, penghancuran, atau ekstraksi buah yang telah matang, kemudian disaring untuk mendapatkan hasil akhirnya. (Angela, 2021)

Varian coklat yang akan digunakan adalah bubuk kakao , seperti pada contoh di bawah ini :



Gambar 13. Coklat Bubuk

<https://images.app.goo.gl/1X2e6qzFJ81JczQ46>

Produk bubuk kakao memiliki dua jenis utama, yaitu cocoa powder (bubuk kokoa) dan cacao powder (bubuk kakao), yang dibedakan oleh proses pengolahannya. Bubuk kakao dihasilkan setelah biji kakao mengalami proses fermentasi dan pengeringan, diikuti dengan pemisahan lemak pada suhu rendah. Sementara itu, bubuk kokoa mengalami proses yang serupa tetapi dengan penggunaan suhu yang lebih tinggi. Kakao memiliki kandungan antioksidan lebih tinggi dan rasa yang kurang manis, sering digunakan untuk minuman. Di sisi lain, bubuk kokoa memiliki rasa lebih manis tetapi kandungan gizinya lebih rendah karena proses yang lebih panjang, dan sering digunakan untuk baking.

Dalam pembuatan brownies, fungsi dari bubuk coklat (baik kakao maupun kokoa) adalah untuk meningkatkan aroma, rasa, dan warna produk. Penelitian ini bertujuan untuk: 1) Memahami proses pembuatan brownies dengan menggunakan bubuk kakao dan bubuk kokoa; 2) Menganalisis karakteristik brownies yang dihasilkan dari kedua jenis bubuk tersebut; dan 3) Mengidentifikasi preferensi panelis terhadap brownies yang menggunakan bubuk kakao dan bubuk kokoa (annisa, 2020)

Varian terakhir adalah pisang, bahan yang digunakan adalah pisang dalam bentuk yang sudah di tepungkan, seperti pada gambar yang tertera di bawah ini :



Gambar 14. Pisang
(<https://shorturl.at/PNvRH>)

Tepung pisang dapat diolah dari pisang yang masih mentah atau sudah matang. Tepung pisang mentah mengandung lebih banyak pati resisten dan vitamin dibandingkan tepung pisang matang, yang memberikan keuntungan tambahan dalam hal komponen yang tidak dapat dicerna seperti pati resisten. Di sisi lain, tepung pisang matang memiliki kandungan gula yang lebih tinggi, sehingga memberikan rasa manis yang khas pada produk makanan (Fransisca, 2021)

Serat pangan atau dietary fiber terdiri dari karbohidrat kompleks (polisakarida) dan lignin yang tidak dapat diuraikan oleh enzim pencernaan manusia, sehingga mencapai usus besar (kolon) dalam keadaan utuh. Menurut Institute of Medicine, asupan serat harian yang direkomendasikan untuk masyarakat berbeda-beda berdasarkan kategori usia, dengan rentang umumnya antara 19 hingga 38 gram per hari. (Fransisca, 2021)

5.2.2 Pengembangan varian bentuk

Pengembangan variasi bentuk pada cookies dapat dilakukan dengan berbagai cara kreatif dan inovatif. Salah satu pendekatan adalah dengan menggunakan cetakan khusus yang tersedia dalam berbagai bentuk seperti bunga, hati, bintang, atau karakter kartun. Selain itu, penggunaan cetakan yang lebih tradisional seperti bulat atau persegi panjang juga dapat diaplikasikan dengan sentuhan personalisasi yang unik.

Selain dari cetakan, variasi bentuk cookies juga bisa dihasilkan dengan cara manual, seperti membentuk adonan menggunakan tangan untuk membuat cookies berbentuk aneka bentuk seperti spiral, cincin, atau bentuk-bentuk geometris lainnya.

Aspek lain yang dapat dipertimbangkan dalam pengembangan variasi bentuk cookies adalah dengan menggunakan teknik piping atau membuat pola dengan menggunting adonan sebelum dipanggang. Ini tidak hanya menambah variasi bentuk tetapi juga meningkatkan estetika cookies secara keseluruhan.

Selain faktor estetika, variasi bentuk cookies juga dapat mempengaruhi tekstur dan kelembutan cookies. Bentuk-bentuk yang lebih besar mungkin menghasilkan cookies yang lebih chewy di tengahnya, sementara bentuk yang lebih tipis cenderung lebih renyah.

Dengan eksperimen kreatif dan sentuhan personal, pengembangan variasi bentuk pada cookies dapat menciptakan produk yang menarik secara visual dan memikat lidah konsumen.

5.3 Rencana pengembangan produk di masa depan

Menurut (farah husniar, 2023) ada beberapa cara yang dapat dilakukan perusahaan dalam mengembangkan produk, yaitu:

Penciptaan Ide : Pengembangan produk baru dimulai dengan penciptaan ide, yang merupakan pencarian sistematis untuk ide-ide produk baru. Pengusaha sering kali memiliki

banyak ide baru untuk mendapatkan beberapa ide yang baik. Tujuan penciptaan ide ini adalah menghasilkan banyak ide. Ide-ide baru ini kemudian dipertimbangkan apakah fleksibel atau layak untuk diproses. Jika layak, maka ide diteruskan; jika tidak, dihentikan.

Penyaringan Ide : Tujuan dari penyaringan ide adalah mengurangi jumlah ide yang ada. Tahap pertama dalam proses ini adalah penyaringan ide (idea screening), yaitu memilih ide-ide yang baik dan menyingkirkan yang kurang baik. Dalam tahap ini, produsen dapat menghasilkan ide-ide yang sesuai dengan kebutuhan konsumen.

Pengembangan dan Pengujian Konsep : Setelah ide-ide disaring, langkah selanjutnya adalah memperkenalkan model produk baru kepada konsumen dan mengadakan survei untuk mengetahui pendapat mereka tentang produk tersebut.

Pengembangan Strategi Pemasaran : Dalam tahap ini, perusahaan merencanakan strategi pemasaran untuk produk baru dengan menggunakan segmentasi pasar tertentu dan metode informasi yang sesuai.

Analisis Usaha : Analisis usaha dilakukan dengan membandingkan jumlah penjualan dengan biaya bahan baku, biaya produksi, dan perkiraan laba.

Pengembangan Produk : Dalam pengembangan produk, gagasan yang masih dalam rancangan dikirim ke bagian produksi untuk dibuat, diberi merek, dan dikemas semenarik mungkin. Merek yang berhasil adalah produk atau jasa unggul yang didukung oleh perencanaan yang matang, komitmen jangka panjang, serta pemasaran yang kreatif dan terencana

dengan baik. Merek yang kuat akan menghasilkan pelanggan yang loyal.

Market Testing : Langkah selanjutnya adalah memasarkan produk baru di segmen yang telah dirancang sejak awal. Dari sini, perusahaan akan mendapatkan informasi penting mengenai kondisi barang, agen, dan permintaan potensial.

Komersialisasi : Setelah perencanaan yang matang dilakukan dan diuji, produk diproduksi dalam skala besar, yang memerlukan investasi modal cukup besar. Produk baru ini kemudian diluncurkan ke pasar dan menjalani siklus hidup produk, hingga tahap adopsi oleh konsumen, yang diharapkan dapat memberikan kepuasan pelanggan dan keuntungan bagi perusahaan.

Pengembangan produk harus dilakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan daya saing perusahaan. Langkah ini penting agar perusahaan dapat terus bertahan dan mengembangkan produknya, sehingga mampu bersaing lebih baik. Aspek yang termasuk dalam pengembangan produk meliputi penentuan kualitas, ukuran, bentuk, daya tarik, pelabelan, branding, kemasan, dan sebagainya, guna menyesuaikan dengan selera pasar yang berkembang.

Aktivitas pengembangan produk baru dapat menciptakan daya saing melalui enam tipe produk, yaitu:

- a. **Produk Baru bagi Dunia** : Menurut teori Michael Porter, salah satu faktor yang mempengaruhi daya saing adalah kondisi faktor. Kunci utama dari faktor produksi adalah inovasi produk baru yang menciptakan segmentasi atau pangsa pasar baru, sehingga perusahaan dapat bersaing

dengan produk lain. Produk baru yang diciptakan harus memiliki pasar atau segmen baru agar dikenal oleh konsumen.

- b. Lini Produk Baru : Menurut teori Michael Porter tentang diferensiasi produk, salah satu aspek daya saing adalah menemukan keunikan tersendiri, misalnya dengan menemukan produk baru atau mengembangkan produk dalam pasar yang menjadi target. Hal ini memungkinkan perusahaan memasuki pasar yang sudah ada untuk pertama kali dan bersaing dengan produk lain. Bagi perusahaan, produk tersebut baru, namun bagi konsumen mungkin tidak, karena produk serupa sudah ada di pasar; ini disebut lini produk baru. Sering kali, pesaing melakukan inovasi produk dari usaha baru, seperti memproduksi barang baru atau meniru produk yang sudah ada dengan memodifikasi ulang produk tersebut.
- c. Penyempurnaan Produk yang Sudah Ada : Menurut teori Michael Porter tentang strategi fokus, untuk meningkatkan daya saing, perusahaan harus berkonsentrasi pada produk sendiri atau memperbaikinya dengan inovasi baru yang telah disempurnakan untuk menggantikan produk lama. Ini bertujuan meningkatkan penjualan dan bersaing di pasar. Perusahaan dapat mempertahankan produknya di pasar dengan melakukan inovasi produk, baik jasa maupun kombinasi keduanya.
- d. Repositioning : Menurut teori Muhardi, daya saing operasi melibatkan fungsi operasi yang tidak hanya internal tetapi juga eksternal. Pengembangan teknis memungkinkan produk menawarkan sesuatu yang baru atau memasarkan produk yang sudah ada dengan cara

baru, sehingga dapat memperluas jangkauan pasar. Tujuan pesaing meliputi:

1. Memaksimalkan laba
 2. Memperbesar pangsa pasar
 3. Meningkatkan mutu produk
 4. Menghambat atau mematikan pesaing lainnya.
- e. Pengurangan Biaya : Menurut Michael Porter, jika perusahaan ingin meningkatkan daya saingnya dalam persaingan ketat, perusahaan harus memiliki prinsip bisnis dengan harga tinggi namun biaya produksi rendah. Hal ini diharapkan dapat memberikan laba tinggi dan membuat konsumen tetap loyal.
- Hal-hal yang perlu dipertimbangkan dalam proses pengurangan biaya meliputi harga yang ditetapkan berdasarkan perhitungan biaya yang dibutuhkan (biaya bahan baku, harga pokok produksi, dan biaya promosi):
1. Harga : Harga ditetapkan berdasarkan perhitungan total biaya yang diperlukan ditambah dengan persentase keuntungan yang diinginkan.
 2. Nilai Harga : Harga adalah nilai suatu barang atau jasa yang diukur dengan sejumlah uang untuk mendapatkan barang atau jasa tersebut. Bagi pelanggan yang sensitif terhadap harga, harga murah adalah sumber kepuasan penting karena memberikan nilai tinggi untuk uang yang mereka keluarkan (*value for money*).

Dalam lingkungan persaingan yang semakin ketat dan pasar yang dinamis, setiap perusahaan tidak bisa menghindari persaingan. Yang perlu diperhatikan adalah menghadapi persaingan ini dengan cara terbaik, yaitu melalui upaya optimal

dan berkesinambungan untuk menghasilkan sesuatu yang lebih baik sekarang dan di masa depan.

Pengembangan produk yang ditawarkan untuk meningkatkan daya saing perusahaan melibatkan produksi produk baru agar perusahaan dapat terus berkembang dan bertahan dalam persaingan. Lima cara yang digunakan dalam mengembangkan produk untuk meningkatkan daya saing adalah: produk baru bagi dunia, lini produk baru, perluasan lini, penyempurnaan produk yang sudah ada, repositioning, dan pengurangan biaya.

5.4 Analisis SWOT sebagai meningkatkan daya saing

Analisis SWOT adalah identifikasi sistematis berbagai faktor untuk merumuskan strategi perusahaan. Sebuah metode perencanaan strategis untuk mengevaluasi kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman suatu proyek atau proposisi bisnis. Keempat unsur tersebut membentuk akronim SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) SWOT merupakan akronim dari lingkungan "kekuatan dan kelemahan internal" serta lingkungan "peluang dan ancaman" eksternal yang dihadapi dunia usaha.

Analisis swot sendiri merupakan upaya yang digunakan untuk mengenali kekuatan, kelemahan, peluang dan ancaman yang menentukan kinerja kerja perusahaan. Informasi eksternal mengenai peluang dan risiko dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk pelanggan, dokumen pemerintah, pemasok, komunitas perbankan, dan mitra perusahaan lainnya.

Banyak perusahaan menggunakan jasa perusahaan pemindaian untuk mendapatkan klipings surat kabar, riset internet, dan analisis tren nasional dan global yang relevan. Sedangkan menurut Jogiyanto (2005, 46), SWOT digunakan untuk mengevaluasi kekuatan dan kelemahan sumber daya perusahaan serta peluang dan tantangan eksternal yang dihadapi perusahaan

- a. Kekuatan adalah sumber daya, kemampuan, atau keunggulan lain yang berkaitan dengan kebutuhan perusahaan pesaing atau pasar yang ingin dilayani oleh perusahaan. Kekuatan adalah pesaing spesifik yang memberikan keunggulan kompetitif bagi perusahaan di pasar
- b. Kelemahan adalah keterbatasan atau kurangnya sumber daya, keterampilan, atau kemampuan yang secara efektif menghambat kinerja organisasi.
Keterbatasan ini dapat berupa peralatan, sumber daya keuangan, keterampilan manajemen, keterampilan pemasaran, dan dapat menjadi sumber kelemahan organisasi.
- c. Peluang merupakan situasi keuntungan yang penting dalam lingkungan perusahaan
Tren utama, seperti perubahan teknologi atau peningkatan hubungan antara perusahaan dengan pembeli atau pemasok, merupakan sumber peluang dan peluang bagi perusahaan
- d. Ancaman adalah situasi penting dalam lingkungan bisnis yang tidak memberikan manfaat. Ancaman adalah gangguan signifikan terhadap posisi perusahaan saat ini atau yang diinginkan.

Adanya peraturan pemerintah yang baru atau perubahan dapat membahayakan keberhasilan suatu perusahaan. Beberapa strategi digunakan dalam matriks SWOT. Dengan kata lain:

1. Strategi SO (Kekuatan dan Peluang)
Strategi ini didasarkan pada filosofi perusahaan yang menggunakan seluruh sumber dayanya untuk menangkap dan memanfaatkan peluang secara maksimal.
2. ST Strategi (Kekuatan dan Ancaman)
Sebuah strategi yang memanfaatkan kekuatan perusahaan untuk bertahan melawan ancaman.
3. Strategi WO (Kelemahan dan Peluang)
Penerapan strategi ini didasarkan pada meminimalkan kelemahan yang ada dan memanfaatkan peluang yang ada
4. Strategi WT (Kelemahan dan Ancaman)
Strategi ini didasarkan pada kegiatan defensif dan berusaha meminimalkan kelemahan yang ada dan menghindari ancaman

Tujuan pemilihan strategi adalah untuk mencapai suatu tujuan secara akurat. Anda dapat memilih desain strategis untuk menutup kesenjangan dalam mencapai tujuan Anda. Jenis kesenjangan itu sendiri juga sangat situasional. Jika kesenjangan ini disebabkan oleh kinerja masa lalu yang sangat buruk, maka kesenjangan tersebut kemungkinan besar akan mengecil.

Selain itu, jika kesenjangannya besar karena adanyaantisipasi peluang lingkungan hidup, maka lebih baik kesenjangan tersebut diperlebar.

5.5 Strategi Pemasaran

Strategi pemasaran adalah suatu rencana yang menggambarkan harapan perusahaan mengenai dampak berbagai kegiatan atau program pemasaran terhadap permintaan produk atau lini produknya di pasar sasaran tertentu.

Perusahaan dapat menggunakan dua atau lebih program pemasaran secara bersamaan karena setiap jenis program, seperti periklanan, promosi, penjualan personal, layanan pelanggan, dan pengembangan produk, mempunyai dampak yang berbeda terhadap permintaan. Oleh karena itu, Anda memerlukan mekanisme yang memungkinkan Anda menyesuaikan program pemasaran Anda agar dapat berjalan dengan baik.

Mekanisme ini disebut strategi pemasaran, Secara umum, menurut Kotler dan Armstrong, peluang pemasaran terbaik muncul dari upaya memperluas permintaan primer, dan peluang pertumbuhan terbaik muncul dari upaya memperluas permintaan selektif (2012: -193). Proses pemilihan strategi pemasaran memerlukan pertimbangan yang matang dan berbagai informasi, antara lain:

1. Sasaran atau Sasaran Produk Sasaran produk harus diterapkan sebagai pedoman untuk menentukan jenis strategi dasar yang diperlukan Misalnya, jika tujuan utama suatu produk adalah meningkatkan volume penjualan dan memperluas pangsa pasar, maka strategi permintaan selektif yang berfokus pada perolehan pelanggan dari pesaing atau memperluas target pasar biasanya akan menjadi pilihan utama.

2. Peluang Pasar Karakteristik dan berbagai peluang pasar harus didefinisikan secara jelas berdasarkan analisis pasar dan pengukuran pasar, Analisis pasar memberikan informasi tentang siapa yang membeli produk dan siapa yang tidak, perbedaan konteks penggunaan produk, dan situasi di mana produk tersebut digunakan atau tidak.
3. Keberhasilan Pasar Manajer pasar perlu memahami sifat keunggulan kompetitif dan tingkat pengeluaran pemasaran yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan pasar, Melalui analisis pelanggan, perusahaan mempelajari siapa pesaing mereka, seberapa ketat persaingannya, dan keunggulan apa yang perlu mereka kembangkan untuk bersaing secara khusus dengan pesaing merek langsung dan pesaing kelas produk tidak langsung dapat memahami apa yang ada.

Adapun konsep konsep dalam melakukan strategi, Konsep-konsep ini adalah:

1. Kemampuan khusus, yaitu ukuran yang memungkinkan suatu perusahaan melaksanakan suatu kegiatan lebih baik dibandingkan pesaingnya. Perusahaan yang memiliki kekuatan yang tidak mudah ditiru oleh pesaing dianggap memiliki “kompetensi unggul” yang mewakili kemampuan spesifik organisasi.
2. Keunggulan kompetitif, yaitu aktivitas spesifik yang dikembangkan perusahaan untuk mendapatkan keunggulan dibandingkan pesaingnya. Keunggulan kompetitif muncul dari keputusan strategis yang diambil perusahaan untuk memanfaatkan peluang pasar.

Menurut Porter, ada tiga strategi yang dapat digunakan perusahaan untuk mencapai keunggulan kompetitif itu adalah:

- a. Pesaing menawarkan produk dengan nilai/kualitas yang sama
- b. Diferensiasi: Perusahaan juga dapat melakukan strategi diferensiasi dengan menciptakan persepsi nilai-nilai tertentu pada konsumen, seperti persepsi kinerja produk yang unggul, inovasi produk, atau layanan yang lebih baik.
- c. Fokus: Tergantung pada segmentasi dan target pasar yang diharapkan, strategi fokus juga dapat diterapkan untuk mendapatkan keunggulan kompetitif.

5.6 Daya Saing

Persaingan sangat penting bagi keberhasilan atau kegagalan perusahaan. Persaingan menentukan kelayakan aktivitas perusahaan yang mendukung kinerja perusahaan, seperti inovasi dan implementasi yang baik. Menurut Wahyudi (1996, 3), ada beberapa keuntungan yang dapat dimanfaatkan oleh perusahaan. Yaitu harga, pangsa pasar, merek, kualitas produk, kepuasan konsumen, dan saluran distribusi (Wibowo et al 2015, 62).

Persaingan korporasi adalah persaingan memperebutkan posisi pasar dan pengaruh pasar. Untuk memiliki kompetensi inti, suatu perusahaan harus memiliki tiga kriteria:

- a. Nilai yang dirasakan pelanggan, yaitu kemampuan suatu perusahaan dalam memberikan manfaat dasar kepada pelanggan

- b. Diferensiasi kompetitif, yaitu kemampuan kompetitif yang unik. Oleh karena itu, terdapat perbedaan antara kompetensi yang dibutuhkan dan kompetensi pembeda. Jika suatu kompetensi ada dimana-mana, yaitu mudah ditiru oleh pesaing, maka tidak tepat untuk menganggapnya sebagai kompetensi inti.
- c. Dapat diperluas (extensibility)
Karena kompetensi inti adalah pintu gerbang menuju pasar masa depan, kompetensi ini harus memenuhi kriteria manfaat pelanggan dan keunikan kompetitif. Selain itu, kompetensi inti harus terukur dalam menanggapi permintaan konsumen di masa depan.

Saat mempertimbangkan daya saing suatu produk, kita memerlukan metrik untuk membandingkannya satu sama lain. Salah satu indikator keberhasilan suatu produk dalam persaingan adalah peningkatan penjualan produk di pasar. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perdagangan internasional akibat peningkatan penjualan atau peningkatan ekspor produk.

Kualitas dan kualitas produk juga menjadi indikator untuk mengukur daya saing. Dengan kata lain, jika suatu produk memiliki tampilan dan daya tahan yang baik, maka daya saingnya tinggi, dan jika memenuhi kebutuhan pasar maka dapat dikatakan berkualitas tinggi. Pola keunggulan komparatif menunjukkan tren bertahap ke arah yang sesuai dengan pangsa faktor produksi Indonesia.

Sejak tahun 1983, Indonesia telah membangun keunggulan kompetitif dalam industri manufaktur yang padat sumber daya alam. Hal ini ditunjukkan dengan Revealed

Comparative Advantage (RCA) yang lebih besar dari 1. RCA merupakan indeks yang mengukur kinerja ekspor suatu barang suatu negara dengan menilai peran total ekspor negara tersebut dibandingkan dengan pangsa barang tersebut dalam perdagangan dunia. Nilai indeks dua atau lebih menunjukkan bahwa pangsa pasar bahan mentah yang diekspor terhadap total ekspor suatu negara lebih besar dibandingkan rata-rata pangsa bahan mentah tersebut pada ekspor seluruh negara.

DAFTAR PUSTAKA

- Dan, U., & Kelamin, J. (2021). *PERBEDAAN RISIKO KEJADIAN STUNTING BERDASARKAN*. 20.
- Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). *Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita*. 2(1), 1–6.
- Hatijar, H. (2023). *Angka Kejadian Stunting Pada Bayi dan Balita Pendahuluan*. 12–17.
- Islamiyah, S. Al, & Tiffany, M. H. (2023). *Pemanfaatan Produk Samping Pengolahan Minyak Kelapa Mandar (Blondo) di Desa Galung Lombok*. 9(2).
- Laia, B. (n.d.). *SOSIALISASI DAMPAK KEGIATAN KULIAH KERJA NYATA DI DESA (STUDI : DESA SIROFI)*.
- Pangadaa, D. D., Retni, A., & Lihu, F. A. (2023). *Pemanfaatan Kelapa Menjadi Cookies Blondo Dalam Mencegah Kejadian Stunting Pada Balita*. 1(1), 42–54.
- Trivana, L., Pasang, P. M., Seilatuw, E. J., & Karouw, S. (2016). *Mutu sensori cookies ampas kelapa*. 14–17.
- Tsani, L. Irawati, and F. F. Dieny. 2018. Pengaruh Faktor Jenis Kelamin dan Status Gizi terhadap Satiety pada Diet Tinggi Lemak. *Journal of Nutrition College*, vol. 7, no. 4, pp. 203-208, Nov. <https://doi.org/10.14710/jnc.v7i4.22281>
- Sulistianingsih A, Sari R. 2018. ASI eksklusif dan berat lahir berpengaruh terhadap stunting pada balita 2-5 tahun di

- Kabupaten Pesawaran. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, vol.15(2):45-51. doi: 10.22146/ijcn.39086
- Welasasih BD, Wirjatmadi RB. 2012. Beberapa faktor yang berhubungan dengan status gizi balita stunting. *The Indonesian Journal of Public Health*, vol.8(3):99- 104
- Susanto, T. (2012). Kajian metode pengasaman dalam proses produksi minyak kelapa ditinjau dari mutu produk dan komposisi asam amino blondo. *Jurnal Dinamika Penelitian Industri*, 23(2), 124-130.
- Rosida, D. F., Putri, N. A., Oktafiani, M. (2020). Karakteristik cookies tepung kimpul termodifikasi (*Xanthosoma sagittifolium*) dengan penambahan tapioka. *Agrointek: Jurnal Teknologi Industri Pertanian*, 14(1), 45-56.
- Chambal, B., B. Bergenståhl, P. Dejmek. (2013). Coconut press cake alkaline extract—protein solubility and emulsification properties. *Food and Nutrition Sciences*, 4, 29-37. <http://dx.doi.org/10.4236/fns.2013.49A2005>
- Apriyanto, M. (2020). Recovery Protein by Product Virgin Coconut Oil. *Jurnal Teknologi Pertanian*, 9(1), 14-18
- Fauzy, A. (2017). Penentuan Kandungan Nutrisi pada Blondo Sisa Pembuatan Minyak Kelapa (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
- Sjarif, S.R., 2018. Pemanfaatan Limbah Proses Pengolahan VCO. Manado
- Sjarif, S. R., Mandei, J. H., Edam, M., Kumolontang, N. P., Nuryadi, A. M., Manurung, S., ... & Assah, Y. F. (2022).

Penggunaan Tepung Blondo dan Anuwun sebagai Substitusi Tepung Terigu terhadap Mutu Produk Suplementasi Gizi Berbentuk Cookies. *Majalah Teknik Industri*, 30(1), 1- 12

Rosida, T. Susilowati, dan D. A. Manggarani. 2008. Pembuatan cookies kelapa (Kajian proporsi tepung terigu: tepung ampas kelapa dan penambahan kuning telur). *Jurnal Teknologi Pangan* 2(1):59-65. Trivana, L., N. E. Suyatma, D. Hunaefi, and J. S. Munarso. 2021. Effect of surfactant addition on the physico-chemical properties and stability of virgin coconut oil nanoemulsions. *Buletin Palma* 22(1):31-42.

Permatasari, S., Puji, H., Bambang, S., & Chusnul, H. (2015). Sifat fungsional idolat protein 'blondo' (coconut presscake) dari produk samping pemisahan VCO (Virgin Coconut Oil) dengan berbagai metode. *AGRITECH*, 35(4), 441-448.

Tahir, M. M., Mahendradatta, M., & Mawardi, A. (2018). Studi pembuatan kue kering dari tepung sagu dengan penambahan tepung blondo (Study of Making Cookies from Sago Flour With Addition of Blondo Flour). *Jurnal Teknologi Pangan*, 11(2), 70-80.

Uwete, L. (2018). Pengaruh penambahan tepung blondo (coconut presscake) terhadap kadar protein dan tingkat kekenyalan dodol pocong. *Skripsi*, 1(651413012).

Noppy, N., Ahmadi, K. G. S., & Sasongko, P. (2018). Substitusi tepung terigu dengan mocaf dan penambahan blondo dalam pembuatan roti tawar. *Fakultas Pertanian*, 6(1)

- Al Jihad, M. N., Ernawati, E., Nugroho, H. A., Soesanto, E., Aisah, S., Rejeki, S., Setyawati, D., & Novitasari, N. (2022). Cegah Stunting Berbasis Teknologi, Keluarga, Dan Masyarakat. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 31. <https://doi.org/10.26714/sjpkm.v1i2.8683>
- Anggraini, S., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Ibu Hamil Tentang. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 44–49. <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN>
- Atasasih, H., & Mulyani, S. (2022). Sosialisasi “Isi Piringku” Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116–121. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685>
- Djauhari, T. (2017). Gizi Dan 1. Djauhari T. Gizi Dan 1000 Hpk. *Saintika Med*. 2017;13(2):125. 1000 Hpk. *Saintika Medika*, 13(2), 125.
- Ekayanthi D.W.N, & Suryani P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312–319.
- Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat dengan Komunikasi Informasi dan Edukasi di Wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus*, 4(1), 30.

- Kemenkes RI. (2021). Petunjuk Teknis Penyusunan dan Pelaksanaan Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku Percepatan Pencegahan Stunting (Buku 1). In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol. 11, Issue 1).
- Kemenkes RI. (2022). Buku Saku Hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. In *Kemenkes*.
- Latifa, S. N. (2018). Kebijakan Penanggulangan Stunting di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Pembangunan*, 13(2), 173–179.
- Nasir, M., Amalia, R., & Zahra, F. (2021). Kelas Ibu Hamil dalam Rangka Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara (JPPNu)*, 3(2), 40–45. <https://doi.org/10.28926/jppnu.v3i2.38>
- Nurbudiwati, Kania, I., Purnawan, R. A., & Mufti, I. (2020). *Partisipasi Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Di. 7*.
- Rahmadhita, K. (2020). Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Pendahuluan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- RI, K. (2022). Kemenkes RI no HK.01.07/MENKES/1928/2022 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–52.
- Rohmayanti, Faisol Ludin, A., Raditya Prayuga Utama, M., Aminuha, R., & Bagus Pradana, A. (2022). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Tembelang, Candimulyo, Magelang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 7(2), 347–358.

<https://doi.org/10.30653/002.202272.68>

- Saputri, R. A. (2019). Upaya Pemerintah Daerah Dalam Penanggulangan Stunting Di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. *Jdp (Jurnal Dinamika Pemerintahan)*, 2(2), 152–168. <https://doi.org/10.36341/jdp.v2i2.947>
- Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwarto, T. (2022). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 155–162.
- Aristya, V, E. 2013. Kajian Aspek Budidaya Dan Keragaman Morfologi Tanaman Kelapa (*Cocos nucifera* L.) di Kabupaten Kebumen. Dikutip dari <http://jurnal.ugm.ac.id/jbp/article/view/1606>. Diakses tanggal 28 november 2014
- Bawalan, D.D., dan Chapman, K.R. 2006. *Virgin Coconut Oil : Production Manual for Micro-and Village-Scale Processing*. Bangkok: Thammasa Press Co. Ltd.
- Haerani. 2010. *Pemanfaatan Limbah Virgin Coconut Oil (Blondo)*. Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia. Vol 6(4): 244-248.
- Luntungan HT. 2008. Pelestarian sumber daya genetik kelapa sebagai komoditas unggulan dalam pengembangan lahan rawa pasang surut dan lebak. *Pengembangan inovasi Pertanian* 1(4), 234-258.
- Murtius, W.S. 2008. Pemanfaatan Blndo Sebagai Starter Dalam Pembuatan Minuman Probiotik. Universitas Andalas.
- Palungkun, R. 2004. Aneka Produk Olahan Kelapa. *Penebar Swadaya*. Jakarta. 115 hal.

- Rukmana, Rahmat dan Herdi Yudirachman. (2016). *Untung Selangit Dari Agribisnis Kakao*. Yogyakarta: Lily Publisher.
- Shantybio. (2006). *Nata De Coco Yang Kaya Serat Biology Mikrobiologi*. [http:// Transdigit.com](http://Transdigit.com).
- Soedijanto. 1991. *Kelapa*. Jakarta: CV. Yasaguna Anggota IKAPISopandi, T. dan Wardah. 2014. *Mikrobiologi Pangan*. Andi Publisher. Yogyakarta. 494 hal.
- Wahyuni, M. 2000. *Bertanam Kelapa Kopyor*. Penebar Swadaya. Jakarta.
- Warisno. 1998. *Budidaya Kelapa Kopyor*. Yogyakarta : Kanisius (Anggota IKAPI).
- (Anwar et al., 2021; Arinta et al., 2021; Detta et al., 2024; Husniar et al., 2023; Mukti et al., 2021; Rahmadana, 2021)Anwar, A. E. S., Safawi, N. A., Prameswari, S. A., & Kurnianingsih. (2021). Perbedaan Karakteristik pada Brownies dengan Menggunakan Bubuk Kakao dan Bubuk Kokoa. *Garina*, 13(1), 1–15.
- Arinta, F. K., Pranata, F. S., & Swasti, Y. R. (2021). Potensi daging buah pisang dan kulit pisang (Musaceae) untuk peningkatan kualitas roti dan kue. *Teknologi Pangan : Media Informasi Dan Komunikasi Ilmiah Teknologi Pertanian*, 12(2), 185–196. <https://doi.org/10.35891/tp.v12i2.2416>
- Detta, V., Hudzaifah, M. A., Tandiayuk, J., Andarini, S., & Kusumasari, I. R. (2024). *Inovasi Produk Dan Layanan Sebagai Strategi Utama Dalam Meningkatkan Keunggulan Kompetitif*. 3(1), 1–5.

- Husniar, F., Sari, T. R., Safira, A. M., & Kamila, E. R. (2023). Strategi Pengembangan Produk Baru Sebagai Upaya Dalam Meningkatkan Daya Saing Perusahaan. *Jurnal Riset Manajemen Dan Akuntansi*, 3(2), 22–34. <https://doi.org/10.55606/jurima.v3i2.2156>
- Mukti, A. B., Devi Widayanti¹, A., & Prasastono, N. (2021). Pengaruh Penggunaan Sari Buah Strawberry Terhadap Penampilan, Tekstur, Aroma, Warna Dan Rasa Sebagai Pengganti Air Mineral Dalam Pembuatan Churros. *Jurnal Pariwisata Indonesia*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.53691/jpi.v17i1.137>
- Rahmadana. (2021). Analisis Aspek Pasar Dan Pemasaran. *Analisis Aspek Pasar Dan Pemasaran*, 90500120045, 3–4.