



## **PEMANFAATAN BUAH MENJADI MINUMAN SMOOTHIES KEKINIAN DALAM MEMENUHI KEBUTUHAN NUTRISI**

**Pahrul**

Universitas Negeri Makassar

**Mahmuddin**

Universitas Negeri Makassar

**Mitha Evalista**

Universitas Negeri Makassar

**Herawan Hisanan**

Universitas Negeri Makassar

**Irfan Yunus**

Universitas Negeri Makassar

*Korespondensi penulis: pahrul@unm.ac.id*

**Abstract.** *The creative industry in Indonesia has grown rapidly in recent years, resulting in increasingly intense trade competition and various innovations in product marketing. This research focuses on the use of fruit into smoothies. The condition of urban communities with very high mobility which often demands practicality is also the background for the formation of smoothies businesses where people can easily get healthy and refreshing drinks without the hassle of making them themselves and made more varied with additional toppings. The fruit smoothies business offers a great opportunity to meet the body's nutritional needs while also becoming a profitable business. Fruits that contain rich vitamins, fiber, and antioxidants are beneficial for health. Through smoothies, these nutrients can be served in a delicious and practical form.*

**Keywords:** *Entrepreneurship, Smoothies, Nutrition*

**Abstrak.** Industri kreatif di Indonesia telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir, mengakibatkan persaingan dagang yang semakin intens dan berbagai inovasi dalam pemasaran produk. Penelitian ini berfokus pada pemanfaatan buah menjadi minuman smoothies. Kondisi masyarakat perkotaan dengan mobilitas yang sangat tinggi yang mana sering menuntut kepraktisan juga menjadi latar belakang pembentukan usaha smoothies di mana masyarakat dapat dengan mudah mendapatkan minuman yang menyehatkan dan menyegarkan tanpa repot untuk membuatnya sendiri dan dibuat lebih bervariasi dengan tambahan topping. Usaha smoothies buah menawarkan peluang besar untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh sekaligus menjadi bisnis yang menguntungkan. Buah yang mengandung kaya akan vitamin, serat, dan antioksidan bermanfaat bagi kesehatan. Melalui smoothies, nutrisi tersebut bisa disajikan dalam bentuk yang lezat dan praktis.

**Kata kunci :** *kewirausahaan, Smoothies, Nutrisi*

### **PENDAHULUAN**

Indonesia yang berada di wilayah tropis membuat keberadaan minuman khususnya minuman yang menyegarkan tentu saja sangat tinggi peminat terkhusus pada musim kemarau dimana kondisi cuaca yang terik. Selain itu, kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat semakin tinggi seiring dengan meningkatnya perekonomian mereka serta maraknya kampanye untuk melakukan hidup sehat salah satunya yaitu memperbanyak konsumsi buah dan sayur (Azatil, 2020). Buah menjadi pelengkap kebutuhan pangan manusia yang mempunyai banyak variasi rasa, warna, dan serat yang bermanfaat untuk kesehatan. Selain dikonsumsi secara

langsung buah juga dapat dikonsumsi dalam berbagai bentuk olahan, salah satunya jus buah atau smoothies (Wulandari 2024).

Jus buah merupakan salah satu minuman untuk kesehatan, selain bahan bakunya yang murah dan mudah didapatkan, keuntungan bisnisnya sudah ada di depan mata (Rohimah, Tanan, and Purwanti 2024). Selain itu, dalam mendirikan usaha ini dapat mengubah image seseorang mengenai jus kemasan dan jus dapat berfungsi sebagaimana fungsinya yaitu untuk membantu menyehatkan tubuh. Mungkin bagi mereka yang sibuk bekerja, alasan mereka untuk memilih jus dalam kemasan adalah karena praktis. Tetapi rata-rata orang lebih memilih minuman jus dalam kemasan tersebut karena mereka malas untuk membuat jus, repot dan alasan- alasan lainnya.

Padahal bisa saja jus dalam kemasan justru memberikan dampak yang negative bagi tubuh kita, di dalam jus kemasan bisa saja mengandung bahan pengawet dan tidak menutup kemungkinan mereka menambahkan pemanis buatan yang lama kelamaan dapat mengakibatkan sesuatu yang fatal dan bukan malah memberikan dampak yang positif bagi tubuh kita. Jus kemasan yang kita anggap praktis malah dapat menimbulkan penyakit bagi tubuh.

Smoothies merupakan jenis minuman yang berasal dari buah atau sejenisnya dengan cara dihaluskan, sesuai dengan asal katanya yaitu smooth yang berarti halus atau lembut (Wulandari 2024). Latar belakang mengapa smoothies sebagai jenis usaha yang saya pilih yakni usaha makanan dan minuman pasti memiliki prospek yang sangat tinggi karena merupakan kebutuhan yang paling mendasar untuk dipenuhi.

Kondisi masyarakat perkotaan dengan mobilitas yang sangat tinggi yang mana sering menuntut kepraktisan juga menjadi latar belakang pembentukan usaha smoothies di mana masyarakat dapat dengan mudah mendapatkan minuman yang menyehatkan dan menyegarkan tanpa repot untuk membuatnya sendiri dan dibuat lebih bervariasi dengan tambahan topping.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu melakukan pendampingan dan bimbingan terhadap mitra tentang pemanfaatan buah menjadi minuman smoothies. Dalam kegiatan pengabdian menawarkan inovasi yang mampu menyelesaikan masalah. Sesuatu yang baru bisa menggantikan hal lama yang dirasa penuh masalah. Kehadiran ide dan gagasan baru membuat setiap permasalahan yang ada dapat dipecahkan dengan baik. Apalagi untuk masalah produk, jika ada produk lama yang sudah tidak bisa dipasarkan, inovasi harus dilakukan guna menarik kembali minat masyarakat terhadap produk tersebut di pasarkan. Waktu yang digunakan selama pengabdian adalah 2 (dua) minggu di Kelurahan paropo, Kecamatan Panakukang, Kota Makassar.

### **A. Hasil**

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan cara pendampingan dan bimbingan terhadap mitra tentang pembuatan Smoothies. Adapun pelaksanaan pembuatan adalah sebagai berikut:

#### **1. Alat**

Adapun alat yang digunakan pada pendampingan pembuatan smoothies yang terbuat dari bahan dasar buah-buahan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Alat yang digunakan

No	Peralatan	Gambar
1	Baskom	
2	Mixer	
3	Spatula Plastik	
4	Sendok	
5	Blender	

6	Parutan Keju	
7	Pisau	
8	Gelas wadah	

**b. Bahan**

Adapun bahan yang digunakan dalam pembuatan smoothies yang terbuat dari bahan dasar buah-buahan adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Bahan yang digunakan**

No	Bahan	Takaran	Gambar
1	Bubuk wippy cream	2 Sendok makan	
2	Susu Duva	3 sendok makan	

*PEMANFAATAN BUAH MENJADI MINUMAN SMOOTHIES KEKINIAN  
DALAM MEMENUHI KEBUTUHAN NUTRISI*

3	SKM	50 ml	
4	Bubuk Krimer	3 sendok makan	
5	Gula Pasir	3 sendok makan	
6	SP	2 sendok makan	
7	UHT	100 ml	

8	Buah mangga	50 gr	
9	Es Batu	2 scoop	
10	Keju	10 gr	

### C. Cara Pembuatan

#### a) Cara Pembuatan Smoothies Mangga

No	Cara Kerja
1.	Kupas buah mangga dari kulitnya
2.	Timbang daging buah mangga sebanyak 50gr untuk 1 porsi smoothies mangga
3.	Masukkan 50gr buah mangga, 2 sendok gula pasir, 35ml SKM, 80ml UHT, dan 1Scoop es batu kedalam blender dan haluskan.

**b) Cara Pembuatan Whipped Cream**

1.	Campurkan 2 Sendok makan bubuk wippy cream, 3 sendok makan susu bubuk Duva, 50 ml SKM, 3 sendok makan bubuk krimer, 3 sendok makan gula pasir, 2 sendok makan SP, 2 scoopes batu dalam wadah.	
2.	Aduk semua bahan menggunakan mixer hingga semua bahan tercampur rata dan mengembang.	

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Dalam proses pembuatan smoothies buah mangga saya telah berhasil menemukan resep dengan takaran yang pas dalam membuat satu produk smoothies dengan perhitungan nutrisi yang baik dikonsumsi untuk Masyarakat dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya yang diperoleh dari buah-buahan segar.

Selain rasa yang pas smoothies nakama juga memiliki tampilan produk yang menarik mulai dari pemberian topping yang royal, pemberian nama usaha dan pembuatan logo usaha yang meaningful sehingga dapat menarik minat konsumen untuk menikmati produk smoothies nakama. Hasil yang diperoleh saya pribadi dimana mulai dari Teknik pembuatan whipped cream yang digunakan agar adonan cream bisa diperoleh hasil yang sesuai serta Teknik pemotongan buah sangat memberikan saya pembelajaran dan pengalaman yang positif.

Selain itu keberhasilan pembuatan produk ini juga meningkatkan jiwa bisnis dan kewirausahaan saya dalam membuat suatu bisnis yang dapat bermanfaat bagi Masyarakat luas mulai dari konsumen hingga petani lokal untuk peningkatan ekonomi dan pemberdayaan petani lokal dengan menggunakan buah-buahan lokal yang kaya nutrisi. Manfaat usaha ini merupakan wujud nyata dalam pengimplementasian hasil berpikir kreatif dan inovatif dalam mengembangkan buah khas daerah yang kemudian diolah menjadi ide bisnis olahan minuman buah segar yang bermanfaat untuk Kesehatan.

**KESIMPULAN**

Dalam memulai usaha sangat penting untuk melakukan perencanaan yang matang dan perhatian terhadap berbagai faktor pendukung. Khususnya terhadap usaha smoothies nakama ini yang memerlukan ketelitian dalam pemilihan bahan baku yang akan digunakan.

Usaha smoothies buah menawarkan peluang besar untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh sekaligus menjadi bisnis yang menguntungkan. Buah yang mengandung kaya akan vitamin, serat, dan antioksidan bermanfaat bagi kesehatan. Melalui smoothies, nutrisi tersebut bisa disajikan dalam bentuk yang lezat dan praktis.

Keberhasilan usaha ini bergantung pada beberapa faktor pendukung, termasuk kualitas bahan baku, inovasi produk, harga yang kompetitif, pemasaran efektif, lokasi strategis, pelayanan yang baik, legalitas dan perizinan, teknologi dan peralatan yang memadai, serta sumber daya manusia yang terlatih.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Adyas, Ezria E., S. Gz, M. Sc, Rahmi Dzulhijjah, S. Gz, and M. Gz. 2022. “ANALISIS KANDUNGAN GIZI PRODUK OLAHAN BUAH CAMPOLAY (POUTERIA CHAMPECIANA).” 2(1):8–14.
- Azatil, N. (2020). PROPOSAL PROGRAM KEGIATAN MAHASISWA JUS MANGGA SMOOTHIES. scribd.com, 1-3.
- Oktovira, A. (2019). PROPOSAL USAHA SMOOTHIES. scribd.com, 2-5.
- Rohimah, Inayatul, Dea Ananda Tanan, and Mawar Purwanti. 2024. “Inovasi Pemanfaatan Buah Dan Sayur Menjadi Minuman Untuk Meningkatkan Imunitas Masyarakat Kota Palopo.” 2(3):319–26.
- Wulandari. 2024. “Optimalisasi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dan Pemanfaatan Smoothies Buah Naga Pisang Sebagai Minuman Alternatif Di SMA Negeri 1 Sukakarya.” 5(2):2130–36.