

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, sektor industri makanan dan minuman (F&B) di Indonesia telah mengalami pertumbuhan positif sebesar 4,85 juta unit pada tahun 2023 sesuai dengan *Statistik Penyediaan Makanan dan Minuman 2023* yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024. Kenaikan ini mencerminkan adanya peningkatan dalam permintaan pasar terhadap produk kuliner yang beragam, salah satunya produk praktis dan bergizi yang sesuai dengan perubahan gaya hidup urban. Hal ini didukung berdasarkan pernyataan Cahya & Ramadhian (2020) serta Djiemesha & Prasastyo (2020), bahwa saat ini terdapat tren *Grab-and-Go Meals* yang hadir sebagai solusi masyarakat urban yang sibuk dan menyukai kepraktisan, karena produk dapat langsung dikonsumsi sembari mengerjakan aktivitas lainnya. Sejalan dengan hal tersebut, Nestlé Professional (2024) juga menyebutkan bahwa lebih dari setengah pelaku usaha yang menghadirkan menu *grab-and-go* mengalami peningkatan penjualan, serta mayoritas konsumen saat ini juga mempertimbangkan pilihan makanan siap saji sebelum melakukan pembelian. Kondisi ini menunjukkan bahwa permintaan terhadap produk praktis dan siap konsumsi terus meningkat dan menjadi peluang bagi FITNFULL.

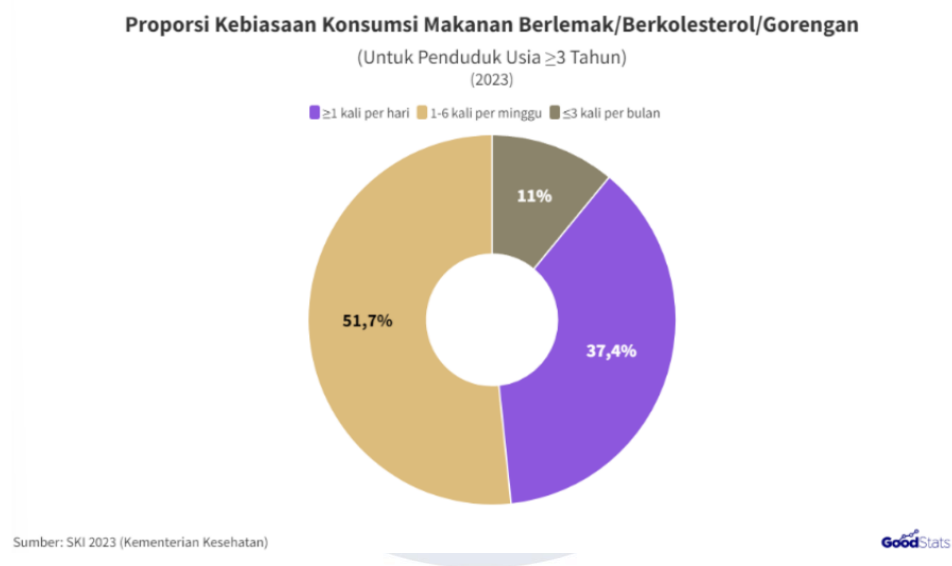
Namun, realita yang sering terjadi adalah masyarakat urban, khususnya mahasiswa dan pekerja seringkali melewatkan waktu makan, sehingga pola makan menjadi tidak teratur. Menurut Thoriq & Ariati (2023), mahasiswa biasanya memiliki rutinitas padat, baik dari segi akademik maupun segi non akademik. Hal ini membuat mahasiswa seringkali menunda bahkan melewatkan waktu makan, sehingga pola makan menjadi tidak teratur. Hal ini turut di dukung oleh pernyataan Nuraini, Shahab, & Zahra (2023), bahwa kesibukan dan beban tugas yang berat membuat mahasiswa memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan tidak teratur. Padahal, pola makan teratur berperan dalam menjaga kesehatan

mental dan berpengaruh terhadap kesehatan pencernaan. Menurut Purnama, et al. (2024), pola makan yang teratur dapat menjaga kesehatan mental dan pencernaan, sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan dan menjamin produktivitas pada setiap individu. Sementara itu, menurut Nuraini, Shahab, & Zahra (2023), pola makan sehat, baik dalam frekuensi, jadwal, maupun jenis makanan merupakan hal yang penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh, mempertahankan kesehatan, dan mencegah atau membantu pemulihan pencernaan tubuh.

Sebaliknya, apabila pola makan tidak sehat dilakukan secara terus menerus, maka dapat menyebabkan dispepsia. Hal ini didukung oleh pernyataan Thoriq & Ariati (2023), bahwa pola makan tidak teratur, seperti sering terlambat atau menunda waktu makan, akan membuat produksi asam lambung berlebihan, sehingga dapat menimbulkan sakit perut dan sakit ulu hati, mual, muntah, dan bersendawa yang mengakibatkan dispepsia. Lebih lanjut lagi, menurut Kefi, et al. (2022), pola makan tidak teratur dapat memicu sindrom dispepsia, yang memberikan dampak pada kesehatan dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Jika hal ini dilakukan dalam jangka waktu lama, dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung, karena produksi asam lambung yang berlebihan dan memicu gastritis hingga berlanjut menjadi tukak lambung. Dalam pola makan teratur, tidak hanya memperhatikan frekuensi makannya, namun juga jenis makanan dan jumlahnya. Hal ini didukung dari pernyataan Kefi, et al. (2022), dimana pola makan terdiri dari tiga komponen utama, yaitu jenis, frekuensi, dan jumlah makanannya. Dengan demikian, kebiasaan melewati waktu makan dan mengonsumsi makanan tidak bergizi dalam jumlah banyak secara berulang kali dapat mempengaruhi kesehatan pencernaan dan komplikasi lainnya.

Meskipun begitu, faktanya menurut data dari WHO, Indonesia menempati peringkat keempat di dunia dengan jumlah penderita dispepsia, dengan Jakarta sebagai salah satu wilayah dengan kasus tertinggi (Puteri & Yuristin, 2022). Dispepsia merupakan gejala yang terdiri dari rasa nyeri atau tidak nyaman pada bagian ulu hati, mual, muntah, kembung, sendawa, serta rasa cepat kenyang (Herman & Lau, 2020). Ditambah lagi, masyarakat Indonesia gemar mengonsumsi makanan yang kurang memenuhi nutrisi hariannya. Berdasarkan survei

Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2023, sesuai pada **gambar 1.1**, dimana tercatat bahwa 37.4% penduduk Indonesia mengonsumsi makanan yang tinggi lemak, kolesterol, atau gorengan setidaknya satu kali dalam sehari (Yonatan, 2024). Salah satu contohnya adalah provinsi Banten, di mana 40% penduduknya mengonsumsi gorengan setiap hari (Yonatan, 2024).



Gambar 1.1 Proporsi Kebiasaan Konsumsi Makanan Berlemak/Berkolesterol/Gorengan

(Sumber: Kementerian Kesehatan, 2023)

Data ini diperkuat dari pernyataan WHO, dimana sekitar 35% kematian global disebabkan oleh penyakit kardiovaskular, yang salah satu faktor penyebabnya adalah tingginya asupan lemak jenuh dari gorengan (Hanifa et al., 2020). Gorengan sering menjadi pilihan makanan cepat karena dianggap praktis dan terjangkau. Padahal dengan mengonsumsi gorengan secara rutin dapat meningkatkan kadar lemak jenuh, kolesterol, dan menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan (Rahayu, 2024). Selain gorengan, makanan manis seperti donat, kue, dan biskuit kerap kali dijadikan alternatif makanan ringan yang instan. Konsumsi berlebihan terhadap makanan manis dapat memicu *sugar spike*, yang akan mengganggu pola makan karena memunculkan keinginan untuk terus mengonsumsi makanan manis (Utami & Dewi, 2024). Kecenderungan ini berisiko menyebabkan berbagai penyakit, termasuk diabetes (Surapsari, 2024). Hal ini menegaskan bahwa pola makan harus teratur dan jenis makanan yang dikonsumsi juga harus diperhatikan.

Mengandalkan gorengan dan makanan manis seperti donat, kue, dan biskuit sebagai makanan yang praktis bukanlah solusi yang sehat. Jenis makanan tersebut tidak mampu mencukupi kebutuhan tubuh akan protein dan gizi, apalagi apabila di konsumsi dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit seperti penyakit kardiovaskular dan diabetes.

Berdasarkan kondisi tersebut, telah menunjukkan adanya celah pasar dalam industri makanan dan minuman, khususnya pada segmen produk makanan yang praktis dan bergizi. Meskipun kesadaran akan pentingnya pola makan sehat semakin meningkat, pilihan produk yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat urban yang serba cepat masih terbatas. Kebanyakan produk sarapan praktis yang beredar di pasaran masih didominasi oleh makanan tinggi gula, rendah protein, dan minim serat. Melihat peluang tersebut, kelompok mahasiswa peserta Program Wirausaha Merdeka (WMK) yang diinisiasi oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) mencetuskan ide bisnis bernama FITNFULL. Program WMK sendiri bertujuan menumbuhkan semangat kewirausahaan di kalangan mahasiswa melalui pelatihan, pendampingan, serta pengalaman langsung dalam merintis usaha. Melalui program ini, FITNFULL berupaya menghadirkan solusi konkret terhadap masalah pola makan masyarakat dengan menciptakan produk yang enak, bergizi, mengenyangkan, dan praktis. Hal ini sejalan dengan nama FITNFULL, dimana “FIT” diambil untuk merepresentasikan “sehat” dan “FULL” merepresentasikan “mengenyangkan”. Sementara, untuk motto “enak” dicerminkan melalui logo seperti **gambar 1.2**.

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA



Gambar 1.2 Logo FITNFULL

Berdasarkan proses *brainstorming*, ide bisnis FITNFULL dirancang melalui tahapan *design thinking*, dimana ide bisnis terinspirasi dari konsep produk *Cheese Toast* yang dijual di minimarket 7-Eleven Thailand, karena kepraktisannya. Kemudian, ide bisnis ini divalidasi melalui wawancara kepada kurang lebih 30 narasumber dari kalangan mahasiswa dan pekerja berumur 17-40 tahun yang memiliki pola makan tidak teratur akibat keterbatasan waktu. Dari rangkaian proses *design thinking*, telah didapat gambaran bahwa mayoritas narasumber membutuhkan makanan yang praktis namun tetap bergizi. Maka dari itu, FITNFULL hadir sebagai produk *sandwich toast* yang bergizi, lezat, dan mengenyangkan, serta dapat dikonsumsi kapan saja dan di mana saja. Hal ini didukung dari pernyataan Buchr (2023), dimana *sandwich* juga merupakan salah satu makanan *Grab and Go Meals* yang diminati oleh masyarakat. Dengan demikian, saat ini, FITNFULL menawarkan tiga *sandwich toast*, dimana pada varian pertama *sandwich toast savory* bernama “**Signature Flavor**” berisi roti gandum, dada ayam panggang, telur, *signature sauce*, dan empat jenis sayuran. Sementara, untuk varian kedua *sandwich toast savory* bernama “**Garlic Etoffu**” berisi roti gandum, tahu panggang, telur, *garlic sauce*, dan timun. Sementara, untuk varian ketiga *sandwich toast sweet* bernama “**Ubee Cheese**” berisi roti gandum, selai ubi, dan keju, seperti pada **gambar 1.3**. Roti gandum dipilih untuk setiap

*sandwich toast* FITNFULL, karena lebih tinggi serat dengan isian kaya protein dan serat yang bermanfaat bagi kesehatan.



Gambar 1.3 Produk Makanan FITNFULL

FITNFULL tidak hanya menghadirkan produk makanan, tetapi juga menghadirkan minuman berbasis teh telang sebagai bagian dari rangkaian produknya. Pemanfaatan bunga telang dilakukan FITNFULL sebagai gerakan yang mengusung nilai-nilai budidaya, kesehatan, dan keberlanjutan. Hal ini diperkuat dari pernyataan Pelawi et al. (2024), bahwa teh telang dapat dimanfaatkan sebagai minuman kesehatan untuk memperbaiki fungsi organ, salah satunya berupa menurunkan tekanan darah. Sementara, menurut Widjajanti et al. (2023), teh telang memiliki khasiat tinggi antioksidan yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Dengan demikian, saat ini, FITNFULL menawarkan dua minuman berbasis teh telang, dimana varian pertama adalah “**Lemon Bliss Elixir**” berisi teh telang, *honey syrup*, selasih, dan lemon. Sementara, varian kedua adalah “**Ocean Sky**” berisi teh telang, *honey syrup*, susu, dan *cheese foam*, seperti pada **gambar 1.4**.





Gambar 1.4 Produk Minuman FITNFULL

Melalui pendekatan ini, FITNFULL tidak hanya hadir sekedar sebagai produk makanan dan minuman, tetapi juga sebagai bentuk kontribusi nyata tim dalam mempromosikan gaya hidup yang lebih sehat melalui produk yang bergizi dan praktis, serta masih bersahabat dengan kantung mahasiswa dan pekerja. Selain itu, FITNFULL juga turut berkontribusi terhadap pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs), yaitu **SDG 3 (Good Health and Well-Being)**, khususnya Target 3.4, yaitu mengurangi risiko penyakit tidak menular melalui pencegahan dan pola hidup sehat. FITNFULL mendukung target ini melalui penyediaan produk makanan dan minuman yang mengedepankan kandungan gizi seimbang, tinggi protein, serta rendah gula dan lemak jenuh. Upaya ini diharapkan dapat mendorong konsumen untuk menerapkan pola makan yang lebih sehat dan teratur, sehingga secara tidak langsung berkontribusi pada pencegahan penyakit tidak menular seperti diabetes dan penyakit kardiovaskular, sebagaimana tercermin dalam indikator 3.4.1.

Selanjutnya, FITNFULL juga berkontribusi terhadap **SDG 8 (Decent Work and Economic Growth)**, khususnya pada Target 8.3, yang menekankan pada pengembangan kewirausahaan serta penciptaan lapangan kerja yang produktif.

Kontribusi ini diwujudkan melalui pembukaan lowongan tenaga kerja sebagai *freelancer* operasional penjualan FITNFULL, dengan sistem kerja yang fleksibel namun tetap mengedepankan pembagian tugas yang jelas dan adil. Dengan demikian, FITNFULL turut mendukung peningkatan kualitas pekerjaan dan mendorong pertumbuhan usaha mikro di sektor *food and beverage*, sejalan dengan indikator 8.3.1 terkait proporsi tenaga kerja informal yang produktif.

Selain itu, FITNFULL juga berkontribusi terhadap **SDG 12 (*Responsible Consumption and Production*)**, khususnya Target 12.5, melalui penerapan sistem produksi yang efisien dan meminimalisir limbah produksi. FITNFULL juga menggunakan bahan baku lokal untuk mendukung hasil produk lokal, melakukan pengendalian porsi produksi untuk mengurangi sisa bahan makanan, serta menggunakan kemasan ramah lingkungan seperti *kraft PE* dan *greaseproof paper*. Langkah-langkah tersebut sejalan dengan indikator 12.5.1, yaitu pengurangan limbah melalui pencegahan dan pengelolaan material secara berkelanjutan, sehingga mendukung praktik konsumsi dan produksi yang lebih bertanggung jawab.

Dengan demikian, FITNFULL adalah bentuk nyata dari bagaimana produk lokal dapat menjadi simbol perubahan gaya hidup yang lebih sehat sekaligus berkontribusi pada pembangunan berkelanjutan. Inisiatif ini diharapkan dapat memberikan dampak positif jangka panjang, baik bagi konsumen maupun lingkungan.

Sebagai *Chief Operating Officer* (COO) dalam bisnis FITNFULL, penulis bertanggung jawab untuk memastikan seluruh proses operasional berjalan efektif, efisien, dan konsisten sesuai standar kualitas yang ditetapkan. Namun, dalam penerapannya terdapat beberapa permasalahan, yakni pengelolaan alur produksi, standar kualitas, serta pengendalian bahan baku dan biaya operasional yang harus tetap sejalan dengan tujuan bisnis FITNFULL yaitu menyediakan produk yang bergizi, praktis, dan mengenyangkan, namun tetap dengan harga yang terjangkau.



Tantangan yang dihadapi yaitu keterbatasan fasilitas penyimpanan seperti kulkas dan freezer, serta kondisi penjualan harian yang fluktuatif. Hal ini menimbulkan masalah dalam manajemen persediaan yakni adanya risiko *overstock* maupun *understock*, terutama pada bahan baku segar seperti roti gandum, dada ayam, sayuran, dan teh telang yang mudah rusak. Hal ini menjadikan pentingnya perencanaan produksi dan *forecasting* yang lebih akurat.

Permasalahan lainnya yakni dalam bentuk efisiensi waktu operasional serta pembagian tugas. Jumlah orang yang terbatas menyebabkan penumpukan tugas dan ketidakjelasan terkait hal yang harus dilakukan oleh setiap orang, terutama ketika kegiatan produksi dan penjualan yang harus dilakukan secara bersamaan. Hal ini terjadi karena kurangnya SOP operasional yang mendetail dan terstandarisasi membuat waktu pengerjaan menjadi tidak stabil, sehingga memengaruhi kecepatan pelayanan dan tingkat kepuasan konsumen. Pengendalian biaya operasional juga menjadi permasalahan yang menuntut penulis untuk mampu mencari dan mendapatkan pemasok bahan baku yang terjamin kualitasnya, namun tetap dengan harga yang terjangkau. Hal ini dilakukan untuk menjaga kualitas bahan baku tanpa menaikkan harga jual secara signifikan. Harga bahan pangan yang sangat fluktuatif, terutama bahan segar, menjadi faktor eksternal yang makin mempersulit proses pengelolaan biaya dan penentuan Harga Pokok Produksi (HPP) yang ideal.

Dengan berbagai permasalahan tersebut, peran COO menjadi sangat krusial dalam memastikan FITNFULL dapat terus menjalankan operasionalnya secara efisien, konsisten, dan berkelanjutan. Permasalahan ini juga menunjukkan pentingnya pengembangan SOP, penerapan kontrol kualitas yang lebih ketat, serta optimalisasi manajemen produksi dan rantai pasok agar visi FITNFULL sebagai penyedia makanan bergizi yang praktis dan terjangkau dapat terwujud secara optimal.

## 1.2 Rumusan Masalah

Tingkat kesibukan masyarakat urban yang tinggi seringkali membuat masyarakat melewatkan waktu makan. Hal ini mengakibatkan masyarakat urban memilih makanan cepat saji karena keterbatasan waktu. Sayangnya, kebanyakan makanan cepat saji yang tersedia disajikan dalam bentuk makanan tidak sehat, seperti makanan berminyak, tinggi gula, dan lain sebagainya. Meskipun makanan tersebut dianggap praktis, namun tetap tidak mampu memenuhi gizi harian dan dapat mempengaruhi kesehatan. Sebaliknya, makanan yang dapat memenuhi gizi harian adalah makanan bergizi yang membantu masyarakat untuk menjadi lebih sehat dan produktif dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, laporan bisnis ini dibuat untuk menjawab pertanyaan sebagai berikut:

1. Apakah konsep makanan FITNFULL mampu menjadi solusi bagi masyarakat yang seringkali melewatkan waktu makan dan memilih makanan cepat saji yang tidak sehat?

Sebagai *Chief Operating Officer* (COO) FITNFULL, penulis menghadapi beberapa permasalahan operasional, yakni kesulitan mencari pemasok bahan baku dengan harga dan lokasi terbaik, serta keterbatasan fasilitas produksi dan penyimpanan, sehingga menyebabkan kapasitas produksi dan Harga Pokok Produksi (HPP) yang tinggi. Selain itu, kurangnya tenaga kerja, ketidakjelasan dalam pembagian tugas, serta keterbatasan sarana transportasi menyebabkan aktivitas operasional belum berjalan secara optimal.

## 1.3 Manfaat Penulisan

Penyusunan tugas akhir ini diharapkan memberikan manfaat kepada konsumen, industri, dan penulis. Berikut penjelasan manfaat penulisan:

### 1.3.1 Manfaat untuk Konsumen

Melalui pembuatan laporan tugas akhir ini, penulis berharap mampu memberikan manfaat kepada konsumen dengan:

- a) Memberikan informasi yang transparan kepada konsumen tentang proses pembuatan bisnis FITNFULL, mulai dari latar belakang bisnis, solusi yang ditawarkan FITNFULL sebagai makanan praktis dan bergizi, aktivitas produksi, pemasaran, dan pengelolaan keuangan.
- b) Memberikan jaminan kepada konsumen bahwa produk FITNFULL telah melalui proses perencanaan bisnis yang terstruktur dan dapat dipertanggungjawabkan.

### **1.3.2 Manfaat untuk Industri**

Melalui pembuatan laporan tugas akhir ini, penulis berharap mampu memberikan manfaat kepada industri dengan:

- a) Menjadi dokumen rujukan yang dapat memperkaya keragaman produk makanan pada industri *Food and Beverages* (F&B), terutama untuk konsep pengembangan produk *sandwich toast* di masa depan, baik dari segi inovasi rasa, desain kemasan, maupun strategi pemasaran.
- b) Menyediakan contoh inovasi produk makanan yang disusun sebagai tanggapan terhadap kebutuhan pasar akan makanan sehat, sehingga laporan ini diharapkan dapat memperkaya keragaman produk makanan sehat pada industri *Food and Beverages* (F&B) di Indonesia.
- c) Menjadi bukti tertulis yang dapat dimanfaatkan dalam menjalin kerja sama dengan mitra bisnis, baik mitra pemasaran, keuangan, investor, maupun lembaga pendukung industri.

### **1.3.3 Manfaat untuk Penulis**

Melalui pembuatan laporan tugas akhir ini, penulis berharap mampu memberikan manfaat kepada penulis sendiri dalam:

- a) Meningkatkan kompetensi akademik dan profesional, khususnya dalam kemampuan analisis, perumusan strategi bisnis, serta

- penyusunan laporan yang sistematis sebagai dasar penguatan pemahaman di bidang kewirausahaan
- b) Menerapkan teori perkuliahan ke dalam praktik nyata, terutama dalam menjalankan peran sebagai COO FITNFULL yang bertanggung jawab terhadap operasional, pengembangan produk, serta pengujian strategi bisnis secara langsung.
  - c) Menjadi portofolio pengembangan bisnis yang dapat dijadikan acuan dalam pengembangan usaha di masa depan serta sebagai dokumen pendukung dalam membangun kredibilitas profesional penulis di dunia kerja dan wirausaha.

#### **1.4 Sistematika Penulisan**

Terdapat lima bab dalam Tugas Akhir ini yang berjudul “PENGELOLAAN FITNFULL: EVALUASI DAN RENCANA OPERASIONAL” dengan sistematika penulisan sebagai berikut.

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Pada bab ini berisi latar belakang permasalahan dan gambaran awal bisnis FITNFULL didirikan. Adapun rumusan masalah yang ingin dijawab, manfaat penulisan untuk berbagai pihak, serta sistematika penulisan yang digunakan untuk memudahkan pembaca dalam memahami alur pembahasan dalam laporan ini.

#### **BAB II BADAN USAHA**

Pada bab ini berisi informasi mengenai bentuk badan usaha FITNFULL, struktur organisasi beserta peran dan tanggung jawab tiap divisi, dan kelengkapan dokumen legal yang telah dimiliki FITNFULL.

#### **BAB III LANDASAN TEORI**

Pada bab ini berisi teori-teori yang relevan sebagai landasan analisis, baik teori umum yang mencakup teori manajemen dan fungsi bisnis secara umum, maupun

teori khusus yang berisi fungsi manajemen sesuai divisinya masing-masing dalam FITNFULL.

#### **BAB IV GAMBARAN BISNIS**

Pada bab ini berisi deskripsi bisnis FITNFULL secara menyeluruh, yang meliputi analisis ukuran pasar (TAM, SAM, SOM), *Business Model Canvas*, analisis kompetitor, dan fungsi bisnis dari setiap divisi. Bab ini juga menjelaskan deskripsi fungsi manajemen operasional secara lebih detail melalui uraian kegiatan yang dilakukan dalam operasional FITNFULL.

#### **BAB V PENGEMBANGAN BISNIS**

Pada bab ini berisi strategi dan implementasi pengembangan bisnis yang dilakukan oleh FITNFULL dari berbagai aspek bisnis. Bab ini juga menguraikan strategi pengembangan operasional secara lebih mendalam berdasarkan peran penulis sebagai COO dalam bisnis FITNFULL.

