

Nomor Daftar FPIPS: 4459/UN40.A2.10/PT/2023

**DIFERENSIASI PRODUK NASI KEPAL HIJAU SEBAGAI ALTERNATIF
SARAPAN SEHAT DAN PRAKTIS UNTUK GENERASI-Z**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk memperoleh gelar sarjana
pariwisata pada program studi Manajemen Industri Katering*



Disusun Oleh:

Diva Alpha Larissa

NIM 1902601

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN INDUSTRI KATERING
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

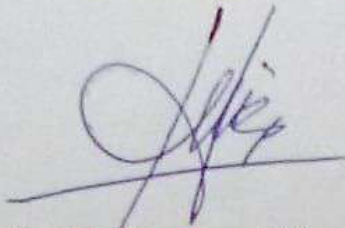
2023

LEMBAR PENGESAHAN

DIFERENSIASI PRODUK NASI KEPAL HIJAU SEBAGAI ALTERNATIF
SARAPAN SEHAT DAN PRAKTIS UNTUK GENERASI-Z

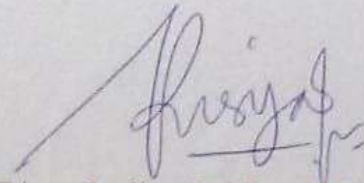
Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing 1



Christian H. Rumayar, S.Sos., MM.Par
NIP. 19691282002121001

Pembimbing 2

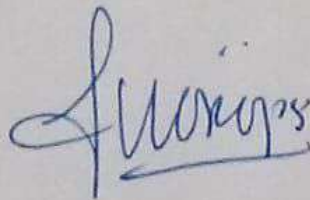


Risya Ladiva Bridha, MM.Par
NIPT. 920200819920929201

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Manajemen Industri Katering



Dr. Woro Priatini, S.pd., M.Si.
NIP. 197103092010122001

LEMBAR HAK CIPTA
DIFERENSIASI PRODUK NASI KEPAL HIJAU SEBAGAI ALTERNATIF
SARAPAN SEHAT DAN PRAKTIS UNTUK GENERASI-Z

Oleh:
Diva Alpha Larissa
1902601

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pariwisata Program Studi Manajemen Industri Katering

© Diva Alpha Larissa 2023
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2023

Hak cipta dilindungi Undang-Undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh dalam bentuk
apapun, termasuk mencetak ulang, memfotocopy, merekam, atau dengan cara
lainnya, tanpa izin dari Penulis.

ABSTRAK

Diferensiasi Produk Nasi Kepal Hijau Sebagai Alternatif Sarapan Sehat dan Praktis untuk Generasi-Z

Diva Alpha Larissa

NIM. 1902601

Nasi kepal atau *onigiri*, merupakan makanan yang berasal dari Negara Jepang berupa nasi yang diisi lauk yang dikepal dan sangat cocok dijadikan pilihan makanan praktis. Mayoritas nasi kepal atau *onigiri* yang dijual dipasaran berbahan dasar beras jepang, berwarna putih, berbentuk segitiga dan hanya diisi oleh satu jenis lauk. Pada penelitian ini, penulis melakukan diferensiasi produk terhadap nasi kepal dengan menambahkan sari sayuran hijau kedalam nasi sebagai bentuk penambahan zat gizi dan warna hijau pada nasi agar lebih menarik serta menabahkan isian lauk berupa telur dadar, wortel rebus dan ayam suwir berbumbu dibungkus dalam lembaran rumput laut berbentuk persegi panjang, sehingga dapat dijadikan alternatif sarapan sehat dan praktis untuk generasi-Z yang memiliki banyak keterbatasan waktu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui standar resep, harga jual, bentuk kemasan, daya terima konsumen, serta bentuk promosi yang tepat untuk nasi kepal hijau. Metode yang digunakan adalah metode eksperimental dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Tiga sampel nasi kepal diuji oleh 30 panelis semi terlatih melalui uji organoleptik, dianalisis menggunakan *one way Analysis of Variance* (ANOVA) dan analisis deskriptif. Hasil sampel terbaik melalui uji organoleptik yaitu sampel NKH1. Selanjutnya dilakukan uji daya terima konsumen kepada 100 orang panelis, dan didapatkan hasil skor 7.448 yang masuk kedalam kategori sangat diterima.

Kata kunci; Diferensiasi produk, Nasi kepal, Sarapan Sehat, Generasi-Z, Uji Organoleptik

ABSTRACT

Differentiation of Green Rice Ball Product as a Healthy and Convenient Breakfast Alternative for Z- Generation

Diva Alpha Larissa

NIM. 1902601

Rice balls, known as onigiri, originate from Japan and consist of rice filled with various ingredients, shaped into a convenient and practical snack. The majority of commercially available rice balls are made from Japanese rice, typically white in color, triangular in shape, and filled with a single type of dish. In this study the author differentiated the rice ball product by incorporating green vegetable into the rice for added nutrition and vibrant green color. Additionally, the fillings were enhanced with omellete, boiled carrots, and seasoned shredded chicken wrapped in seaweed sheets with rectangular shape. This innovation aims to provide a nutritious and practical breakfast alternative for time-constrained Z-Generation. The research's objectives encompass standardizing the recipe, determining pricing, packaging design, consumer acceptance, and appropriate promotional strategies for the green rice balls. The research methodology employed an experimental approach with quantitative and descriptive analysis. Three rice ball samples were evaluated by 30 partially trained panelists through sensory evaluation, utilizing One-way Analysis of Variance (ANOVA) and descriptive analysis. The sample with the highest sensory evaluation scores was identified as NKH1. Subsequently, a consumer acceptance test was conducted involving 100 panelists, yielding a score of 7.448, signifying high acceptance.

Keywords: *Products differentiation, rice balls, Healthy breakfast, Z-Generation, Sensory evaluation*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
LEMBAR HAK CIPTA	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Pariwisata	8
2.2 Diferensiasi Produk	8
2.3 Produk	9
2.4 Kualitas Produk	10
2.5 Sarapan Sehat	11
2.6 Nasi Kepala	12
2.7 Sayuran hijau	13
2.8 Sawi Hijau	14
2.9 Bayam	15
2.10 Kale	16
2.11 Sumber Daya Manusia	17
2.12 Kandungan Gizi	17
2.13 Generasi- Z	18
2.14 Kemasan	18

2.15 Label	20
2.16 Harga Pokok Produksi	21
2.17 Promosi.....	23
2.18 Uji Daya Terima Konsumen.....	24
2.19 Standar Resep	25
2.20 Uji Organoleptik.....	26
2.21 Penelitian Terdahulu.....	27
2.22 Kerangka Pemikiran	34
2.23 Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Partisipan	35
3.3 Populasi dan Sampel	36
3.4 Teknik Sampling	37
3.5 Sumber Data	38
3.6 Operasionalisasi Variabel.....	38
3.7 <i>Kitchen Project</i>	43
3.8 Uji Organoleptik.....	47
3.9 Uji Hedonik	47
3.10 Menentukan Kemasan dan Label	48
3.11 Menentukan Harga Jual Produk	48
3.12 Uji Daya Terima Konsumen.....	49
3.13 Teknik dan Alat Pengumpulan Data	49
3.14 Teknik Analisis Data	50
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	51
4.1 Hasil Penelitian.....	51
4.1.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	51
4.1.2 Peralatan pendukung <i>kitchen project</i>	62
4.1.3 Proses Produksi Nasi Kepala Hijau	65
4.1.4 Identitas Responden Panelis Semi Terlatih.....	69
4.1.5 Hasil Penelitian Uji Organoleptik (Hedonik).....	73
4.1.6 Perhitungan Kandungan Gizi	78

4.1.7 Desain Kemasan dan Label Nasi Kepal Hijau	80
4.1.8 Harga Jual Nasi Kepal Hijau.....	82
4.1.9 Identitas Responden Panelis Konsumen	84
4.1.10 Hasil Pengujian Uji Daya Terima Konsumen.....	87
4.1.11 Analisis Pasar Nasi Kepal Hijau	102
4.2 Pembahasan	108
4.2.1 Standar Resep Nasi Kepal Hijau	108
4.2.2 Kemasan dan Label Nasi Kepal Hijau	109
4.2.3 Harga Jual Nasi Kepal Hijau.....	109
4.2.4 Daya Terima Konsumen terhadap Nasi Kepal Hijau	110
4.2.5 Analisis Pasar Nasi Kepal Hijau	110
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	110
5.1 Kesimpulan.....	110
5.2 Saran	112
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Kunjungan Wisatawan Mancanegara Perbulan Menurut Kebangsaan Tahun 2022	1
Gambar 2. 1 Kerangka penelitian pembuatan nasi kepal hijau	35
Gambar 3. 1 Rumus Wibisono	xi
Gambar 3. 2 Rumus untuk menentukan harga jual	48
Gambar 3. 3 Rumus untuk menghitung uji daya terima konsumen	49
Gambar 4. 1 Proses Pembuatan Nasi Hijau	66
Gambar 4. 2 Proses Pembuatan Ayam Suwir Berbumbu	67
Gambar 4. 3 Pembuatan Telur Dadar	68
Gambar 4. 4 Proses <i>Steaming</i> Wortel	69
Gambar 4. 5 Proses Pencetakan Nasi Kepal Hijau	69
Gambar 4. 6 Nilai Rata-rata Uji Organoleptik Nasi Kepal Hijau	78
Gambar 4. 7 Logo Produk Nasi Kepal Hijau	80
Gambar 4. 8 Label Nasi Kepal Hijau	81
Gambar 4. 9 Kemasan Nasi Kepal Hijau	82
Gambar 4. 10 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Warna	89
Gambar 4. 11 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Aroma	90
Gambar 4. 12 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Rasa	91
Gambar 4. 13 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Tekstur	91
Gambar 4. 14 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Tampilan	92
Gambar 4. 15 Uji Daya Terima Konsumen Parameter sarapan sehat dan aman dikonsumsi	93
Gambar 4. 16 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Sarapan Gizi Seimbang ..	93
Gambar 4. 17 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Sarapan Praktis	94
Gambar 4. 18 Parameter Sarapan Sehat dengan Rasa Enak	95
Gambar 4. 19 Uji Daya Terima Konsumen Harga Sesuai Manfaat	95
Gambar 4. 20 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Harga Terjangkau Dapat Bersaing dengan produk sejenis	96
Gambar 4. 21 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Foto Instagram yang Menarik	97
Gambar 4. 22 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Caption dapat	

Mendeskripsikan Produk.....	97
Gambar 4. 23 Uji Daya Terima Konsumen Parameter Bahasa yang digunakan mudah dipahami	98
Gambar 4. 24 Uji Daya Terima Konsumen Parameter konten memberikan informasi yang jelas.....	99
Gambar 4. 25 Uji Daya Terima Konsumen Parameter kemasan sesuai dengan bentuk, ukuran, dan bahan	100
Gambar 4. 26 Uji daya terima konsumen parameter label pada kemasan memuat informasi yang jelas terkait prodak	100
Gambar 4. 27 Foto <i>Instagram</i> Nasi Kepal Hijau	105
Gambar 4. 28 <i>Caption</i> Nasi Kepal Hijau	106
Gambar 4. 29 Konten <i>Instagram</i> Nasi Kepal Hijau	107
Gambar 4. 30 Diagram Survei Sosial Media yang Paling Cocok untuk Media Promosi Nasi Kepal Hijau.....	108

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil pra survei tentang pengetahuan dan kebiasaan sarapan Masyarakat Kota Bandung jangkauan usia 18-28 tahun	4
Tabel 2. 1 Bahan-bahan onigiri otentik jepang	12
Tabel 2. 2 Daftar kandungan gizi sawi hijau per 100 gram	14
Tabel 2. 3 Daftar kandungan gizi bayam hijau per 100 gram	15
Tabel 2. 4 Daftar kandungan gizi kale per 100 gram	16
Tabel 2. 5 Daftar presentase biaya nasi kepal hijau	22
Tabel 2. 6 Daftar penelitian terdahulu	28
Tabel 3. 1 Operasionalisasi variabel	38
Tabel 3. 2 Resep nasi kepal hijau	44
Tabel 3. 3 Jenis kualitas produk	46
Tabel 4. 1 Formulasi Resep Nasi Kepal Hijau	51
Tabel 4. 2 Formulasi Resep NKH1	54
Tabel 4. 3 Formulasi Resep NKH2	57
Tabel 4. 4 Formulasi Resep NKH3	60
Tabel 4. 5 Peralatan <i>Kitchen Project</i>	63
Tabel 4. 6 Gambar Tiga Jenis Nasi Hijau dengan Formula Berbeda	66
Tabel 4. 7 Identitas Panelis Semi Terlatih	70
Tabel 4. 8 Analisa Warna Uji ANOVA	73
Tabel 4. 9 Uji Duncan Berdasarkan Karakteristik warna	74
Tabel 4. 10 Analisa Aroma Uji ANOVA	74
Tabel 4. 11 Uji Duncan Karakteristik Aroma	75
Tabel 4. 12 Analisa Rasa Uji ANOVA	75
Tabel 4. 13 Uji Duncan Karakteristik Rasa	76
Tabel 4. 14 Analisa Tekstur Uji ANOVA	76
Tabel 4. 15 Analisa Tampilan Uji ANOVA	77
Tabel 4. 16 Harga Pokok Produksi Nasi Kepal Hijau	82
Tabel 4. 17 Biaya Nasi Kepal Hijau	83
Tabel 4. 18 Hasil Perhitungan Kandungan Gizi	79
Tabel 4. 19 Informasi Nilai Gizi	79

Tabel 4. 20 Kategori Panelis Konsumen Berdasarkan Jenis Kelamin	84
Tabel 4. 21 Kategori Panelis Konsumen Berdasarkan Usia	85
Tabel 4. 22 Kategori Panelis Konsumen Berdasarkan Tingkat Pendidikan	85
Tabel 4. 23 Kategori Panalis Konsumen Berdasarkan Pekerjaan	86
Tabel 4. 24 Kategori Panelis Konsumen Berdasarkan Pendapatan	86
Tabel 4. 25 Kelas Distribusi Frekuensi	88
Tabel 4. 26 Skor uji daya terima konsumen.....	101

DAFTAR PUSTAKA

- Acikgoz, F. E. (2011). Mineral, vitamin C and crude protein contents in kale (*Brassica oleraceae* var. *acephala*) at different harvesting stages. *African Journal of Biotechnology*, *10*(75), 17170–17174. <https://doi.org/10.5897/AJB11.2830>
- Afif, U. M., & Purnama, S. (2021). Aplikasi Perhitungan Nilai Kalori Bahan Makanan Berbasis Android. *Journal of S.P.O.R.T*, *5*.
- Alifah1, S., Nurfida, A., & Hermawan, A. (2019). Penglahan Sawi Hijau menjadi Mie Hijau yang Memiliki Nilai EKONOMIS Tinggi di Desa Sukamanis Kecamatan Kadudampit Kabupaten Sukabumi. In *Journal of Empowerment Community* (Vol. 1, Issue 2).
- Alvi Putri, T., & Yulita Putri, W. (2022). Strategi Pemanfaatan Instagram @Mami.Sneakers Untuk Menciptakan Brand Awareness Bagi Generasi Z. *Jurnal Riset Manajemen Komunikasi*, *63–74*. <https://doi.org/10.29313/jrmk.v2i2.1078>
- Amanat, T., Pengembangan Bahasa, B., Perbukuan, D., Pendidikan, K., & Kebudayaan, D. (2019). Strategi Pengembangan Destinasi Wisata Berbasis Folklor (Ziarah Mitos: Lahan Baru Pariwisata Indonesia). *Tri Amanat Jurnal Pariwisata Terapan*, *3*(1). <https://doi.org/10.22146/jpt.48836>
- Amir, M. (2018). *Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Pengguna Notebook Acer pada PT. Genius Alva Makassar*.
- Anggarini Tri Desy. (2021). Upaya Pemulihan Industri Pariwisata dalam Situasi Pandemi Covid-19. *Pariwisata*, *8*.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. PT. Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik. (n.d.). *Kunjungan Wisatawan Mancanegara per bulan Menurut Kebangsaan (Kunjungan)*, 2022. Retrieved February 22, 2023, from <https://www.bps.go.id/indicator/16/1470/1/kunjungan-wisatawan-mancanegara-per-bulan-menurut-kebangsaan.html>
- Berkup, S. B. (2014). Working with generations X and Y In generation Z period: Management of different generations in business life. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, *5*(19), 218–229. <https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n19p218>
- Binaraesa, N. N. P. C., Hidayat, I., & Lestariningsih, M. (2021). *Store Atmosphere*

- Memoderasi pengaruh Kualitas Makanan dan Kualitas Layanan terhadap Kepuasan Konsumen (Studi pada Konsumen Moonk Cartil & Cafe Surabaya). vol 15.* <https://doi.org/10.9744/pemasaran.15.2.61-68>
- Cahya Sakti, B., & Yulianto, M. (2018). *Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas diri Remaja.* <http://www.fisip.undip.ac.id>
- Caliskan, C. (2021). Sustainable tourism: Gen Z? *Journal of Multidisciplinary Academic Tourism*, 6(2), 107–115. <https://doi.org/10.31822/jomat.2021-6-2-107>
- Chandra Devi, V., Sartono, A., Teguh Isworo, J., & Studi III Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, P. D. (2013). *Praktek Pemilihan Makanan Kemasan Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tentang Label Produk Makanan Kemasan, Jenis Kelamin, dan Usia Konsumen di Pasar Swalayan ADA Setiabudi Semarang (Vol. 2, Issue 2).*
- Damongilala, L. (2021). *Kandungan Gizi Pangan Ikani.*
- Danang, S. (2013). *Metodologi Penelitian.* PT. Refika Aditama Anggota Ikapi.
- Dara, W., & Fanyalita, A. (2017). Pengaruh Subtansi Ikan Tuna ((*thunnus sp*) terhadap mutu organoleptik dan kimia abon jantung pisang (*musa acuminata balbisiana colla*). In *Journal of Sainstek* (Vol. 9, Issue 1).
- de Souza, M. R., Neves, M. E. A., Souza, A. de M., Muraro, A. P., Pereira, R. A., Ferreira, M. G., & Rodrigues, P. R. M. (2021). Skipping breakfast is associated with the presence of cardiometabolic risk factors in adolescents: Study of Cardiovascular Risks in Adolescents - ERICA. *British Journal of Nutrition*, 126(2), 276–284. <https://doi.org/10.1017/S0007114520003992>
- Dimiyati, K. (n.d.). *Prosiding Konferensi Nasional ke-7 Asosiasi Program Pascasarjana Perguruan Tinggi Muhammadiyah dan 'Aisyiyah (APPPTMA) : orientasi Program Pascasarjana PTMA : memperkuat tradisi riset dan publikasi : Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ), 23-25 Maret 2018. Jilid 1, pendidikan.*
- Ermawati, E. (2019). *Pendampingan Peranan dan Fungsi Kemasan Produk dalam Dunia Pemasaran Desa Yosowilangun Lor.* 2(2), 15. <http://ejournal.stiewidyagamalumajang.ac.id/index.php/epsEMPOWERMENTTSOCIETY>
- Febriyanti, S. A., & Windirah, N. (n.d.). Pelatihan Pembuatan Keripik Bayam Sebagai Alternatif Usaha Rumah Tangga. *TRIBUTE : JOURNAL OF COMMUNITY SERVICES*, 2(2), 78–84. <https://doi.org/10.33369/tribute.2.2.78-84>

- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927>
- Fransiska. (2022). Uji Most Probable Number (MPN) Bakteri Coliform dan Organoleptik Yoghurt Bengkoang (*Pachyrhizus erosus*).
- Gahari, R. S. (2014). “OKASAN” Onigiri Kaya Rasa Nusantara: Inovasi Pangan Lokal Sebagai Alternatif Menu Praktis Berenergi. *Pekan Ilmiah Mahasiswa Nasional Program Kreativitas Mahasiswa-Kewirausahaan 2014*.
- Gantina, D., Swantari, A., & Husain, F. (n.d.). Pelatihan Penghitungan Harga Jual dan Harga Pokok Makanan di Desa Bungaraya-Siak-Riau. In *Jurnal Pemberdayaan Pariwisata* (Vol. 1, Issue 1).
- Gofur, A. (2019). Pengaruh Kualitas Pelayanan dan Harga Terhadap Kepuasan Pelanggan. *Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis*, 4.
- Gunarsih, C. M., Kalangi, J. A. F., & Tamengkel, L. F. (2021). Pengaruh Harga Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen di Toko Pelita Jaya Buyungon Amurang. *Productivity*, 2.
- Gusnadi, D. (2019). Nutrifikasi Produk Roti Manis (sweet bread) dengan Penambahan Kale (*Brassica Oleracea* Var. *Sabellica*). *Binawakya*, 13(11).
- Gusnadi, D., & Achmad, S. H. (2018). Analisis Daya Terima Konsumen pada Produk Roti Berbasis Substitusi Kulit Pisang Ambon. *National Conference of Creative Industry: Sustainable Tourism Industry for Economic Development*.
- Gusnadi, D., Taufiq, R., & Baharta, E. (2021). Uji Organoleptik dan Daya Terima pada Produk Mousse Berbasis Tapai Singkong sebagai Komoditi UMKM di Kabupaten Bandung. 1(12), 2883.
- Hanidah, I.-I., Santoso, M. B., Mardawati, E., & Setiasih, I. S. (2018). *Pemberdayaan Pengrajin “Pindang Cue” Desa Jayalaksana Melalui Teknik Pengemasan* (Vol. 7, Issue 1).
- Hermawan, D., Abidin, Z., & Yanti, D. (n.d.). Konsumsi sayuran hijau dengan kejadian anemia pada ibu hamil. In *Maret* (Vol. 14, Issue 1).
- Indraswati, D. (2017). *Pengemasan Makanan*. Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).
- Iriyani, D., & Nugrahani, D. P. (n.d.). *Kandungan Klorofil, Karotenoid, dan Vitamin- C Beberapa Jenis Sayuran Daun Pada Pertanian Periurban di Kota Surabaya*.

- Juntra Utama, L., Sembiring, A. C., Gressilda, J., & Sine, L. (2018). Perilaku sarapan pagi kaitannya dengan status gizi dan anemia pada anak sekolah dasar. In *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)* (Vol. 7, Issue 1). <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/>
- Juwita, S. (2021). *Pengaruh Persepsi Harga, Lokasi dan Kualitas Produk terhadap Keputusan Pembelian. Equilibrium: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Ekonomi.* 18(1), 41–53. <https://doi.org/10.25134/equi.v18i01>
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia.*
- Kementerian Kesehatan, T. R., Indonesia Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Tabel Komposisi Pangan Indonesia, I. R., & Kesehatan, K. R. (n.d.). *Katalog dalam.*
- Khairunnisa, A., & Syukri, A. (2021). *Modul 1 Good Sensory Practices dan Bias Panelis.*
- Kotler, P. , & Armstrong, G. (2012). *Principles of marketing: global edition.* Pearson Education.
- Kotler, P. , & Keller, K. L. (2012). *Marketing Management.* Pearson Education.
- Ladiva Bridha, R., Ahman, E., & Priatini, W. (2019). *Marketing Research Efforts To Develop Products of Kerupuk Sanjai Bumbu Rendang.*
- Lamusu, D. (2018). Uji Organoleptik Jalangkote Ubi Jalar Ungu (Ipomoea batatas L) Sebagai Upaya Diversifikasi Pangan. *Jurnal Pengolahan Pangan.*
- Larega, T. S. P. (2015). Effect of breakfast on the level of concentration in adolescents. *Jurnal Majority*, 4(2).
- Lestari, D., & Bernika, C. (n.d.). *Pengaruh Diferensiasi Produk TERHADAP KEPUASAN KONSUMEN ESSENTIEEL COFFEE DI BANDUNG.* <https://transpublika.co.id/ojs/index.php/Transekonomika>
- Lestari, P. I., & Supriyanto, A. (2022). Keputusan Pembelian Mi Samyang Pada Generasi Z: Ditinjau dari Labelisasi Halal, Halal Awareness, Harga, dan Promosi. *Journal of Current Research in Business an Economics*, 01.
- Lestari Winda Putri, Jordan Michael Partogi, Chandra Adi Herlambang Adham, Badruzzaman Bima, & Lestari Latifah Sofi. (2020). Peningkatan Derajat Kesehatan dengan Promosi Pola Hidup Bersih dan Sehat di Panti Asuhan Tebet, Jakarta Selatan. *Jurnal Komunitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3.
- Lucia. Roosalina H, Kawatak, S. Y., & Ogi, I. W. J. (2022). Persepsi Konsumen

Terhadap Promosi Kopi Redo di Instagram. *Jurnal Ilmiah Manajemen Bisnis Dan Inovasi Universitas Samratulangi*.

- Luh, N., Vinaya, M., Prasetyo, T., & Harisyana, T. M. (2019). Analisis Penerapan Standar Resep dan Kualitas Makanan di Pizza Marzano Kota Kasablanka. In *Management & Accounting Expose e-ISSN* (Vol. 2, Issue 1). <http://jurnal.usahid.ac.id/index.php/accounting>
- Mahardhiika, W. B., & Sunariani, N. N. (2019). *Strategi Pemasaran Produk Makanan Catering Melalui Media Sosial Instagram*. 16(1). <http://journal.undiknas.ac.id/index.php/magister-manajemen/>
- Manggu, B., & Beni, S. (2021). Analisis Penerapan Segmentasi, Targeting, Positioning (STP) dan Promosi Pemasaran sebagai Solusi Meningkatkan Perkembangan UMKM Kota Bengkayang. *Sebatik*, 25(1). <https://doi.org/10.46984/sebatik.v25i1.1146>
- Manzalina, N. Z., Sufiat, S., & Kamal, R. (2019). *Daya Terima Konsumen Terhadap Cita Rasa Es Krim Buah Kaswita (Lomonia Acidissima)* (Vol. 8, Issue 2).
- Mintarwan, E., Nrp, ;, Ekonomi, ;, & Kp-A, S. ; (2020). *Indonesia Dalam Mewujudkan Sumber Daya Manusia Berkualitas di Era Revolusi Industri 4.0*. <https://doi.org/10.31219/OSF.IO/Q27PK>
- Mulyadi, B., Widisuseno, I., Wiyatasary, R., Rahmah, Y., & Sudarsih, S. (n.d.). *Pengenalan onigiri dan Proses Pembuatannya*.
- Mustaqim Arif, Purnamaningsih Rahayu Ine, & Fahrudin. (2022). *Pengaruh Konsumsi Pola Sarapan Sehat terhadap Konsenterasi Siswa dalam Proses Pembelajaran PJOK di MA Pembaharuan Kab.Bekasi*. 4.
- Nenda, W. A., Baidar, & Elida. (20177). *Standarisasi Resep Kue Pinyaram Itam Di Kanagarian Alahan Panjang Kabupaten Solok*.
- Nilla F. Moeloek. (2019). *Kesehatan dan Pembangunan SDM*. Jawa Pos.Com. <https://www.jawapos.com/opini/16/10/2019/kesehatan-dan-pembangunan-sdm/>
- Norfiyanti, K., & Wening, N. (n.d.). *Analisis Diferensiasi Produk dan Persepsi Harga Donat Madu Cihanjuang (Studi Kasus Pada Konsumen Outlet Godean, Yogyakarta)* (Vol. 4, Issue 2).
- Palupi, R., & Prasetya, A. E. (2022). *Pengaruh Implementasi Content Management System Terhadap Kecepatan Kinerja Menggunakan One Way Anova*.

- Payadnya, P. A. A., & Jayantika, G. A. N. T. (2018). *Panduan Penelitian Eksperimen beserta Analisis Statistik dengan SPSS*. Deepublish.
- PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 41 TAHUN 2014. (n.d.).
- Poedjiadi, A. (n.d.). *Dasar-Dasar Biokimia*. Universitas Indonesia (UI-Press).
- Prasetyo, T. J., Nuraeni, I., Wati, E. K., & Rizqiawan, angga. (2020). Pengaruh Edukasi Sarapan Sehat Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar di Purwokerto. *Teguh Jati Prasetyo. Jurusan Ilmu Gizi, 1*(1), 3999.
- Purnomo, A., Asitah, N., Rosyidah, E., Septianto, A., Daryanti, M. D., Firdaus, M., & Generasi, A. (n.d.). *Generasi Z sebagai Generasi Wirausaha*. <https://www.mckinsey.com/industries/consumer->
- Putri, R. M. S., & Mardesci, H. (2018). *Uji Hedonik Biskuit Cangkang Kerang Samping (Placuna placenta) dari Perairan Indragiri Hilir*.
- Rachmawati, W., Ramdanawati, L., Tinggi, S., Bandung, F., Soekarno Hatta, J., & Bandung, C. (2020). *Pengembangan Klorofil Dari Daun Singkong Sebagai Pewarna Makanan Alami* (Vol. 3, Issue 1).
- Rahwanda¹, F., Mulyatiningsih, E., & Pd, M. ². (n.d.). *Pengembangan Onigiri dengan Substitusi Beras Singkong*.
- Retnawati, H. (2017). *Teknik Pengambilan Sampel*.
- Riani Ni ketut. (n.d.). *Pariwisata Adalah Pisau Bermata Dua*.
- Ridha, N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian. *Jurnal Hikmah, Vol 14*.
- Riduwan, & Akdon. (2013). *Rumus dan Data dalam Analisis Statistika*. Alfabeta.
- Ridwan, M., Ulum, B., Muhammad, F., Indragiri, I., & Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, U. (2021). *Pentingnya Penerapan Literature Review pada Penelitian Ilmiah*. <http://journal.fdi.or.id/index.php/jmas/article/view/356>
- Roscoe. (1982). *Research methods for business*. McGraw Hill.
- Sakitri, G. (2021). Selamat datang gen Z, sang penggerak inovasi! *Forum Manajemen, 35*(2), 1–10.
- Sanjaya, S. (2015). Pengaruh Promosi dan Merek terhadap Keputusan Pembelian pada PT. Sinar Sosro Medan. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis, 16*.
- Saragih, B. (2016). *Sarapan Sehat Sebelum Jam 9 untuk Perbaikan*.

<https://www.researchgate.net/publication/299389817>

- Sari, N. N., Agustin, H., & Anggraini, N. (2023). Penerapan Metode Cost Plus Pricing dalam Menentukan Harga Jual untuk Memaksimalkan Laba. *Jurnal Ilmiah Cendekia Akuntansi*, 8(3), 2338–3593.
- Satriani, D., & Vijaya Kusuma, V. (2020). *Pehitungan Harga Pokok Produksi dan Harga Pokok Penjualan terhadap Laba penjualan*. 4(2).
- Sayuran Hijau dan Segudang Manfaatnya*. (n.d.). Promkes.Kemkes.Go.Id. Retrieved March 1, 2023, from <https://promkes.kemkes.go.id/sayuran-hijau-dan-segudang-manfaatnya>
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2017). *Metode Penelitian untuk Bisnis*. Salemba Empat.
- Setiawan, R. I. (2016). Pengembangan sumber daya manusia di bidang pariwisata: perspektif potensi wisata daerah berkembang. *Jurnal Penelitian Manajemen Terapan (PENATARAN)*, 1(1), 23–35.
- Sihombing, S. & S. D. (n.d.). *Analisis Desain Produk dan Jasa*.
- Sitoayu, L., Wahyuni, Y., Angkasa, D., Noviyanti, A., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, I., Esa, U., Jalan, U., Utara, A., Tol, T., & Jeruk, K. (2016). Sarapan Sehat Menuju Generasi Sehat Berprestasi. In *Sarapan Sehat Menuju Generasi Sehat Berprestasi Jurnal Abdimas* (Vol. 3, Issue 1).
- Situmorang, S. H., Muda, I., Dalimunthe, D. M. J., Fadli, & Syarief, F. (2010). *Analisis Data untuk Riset Manajemen dan Bisnis* (S. H. Situmorang, I. Muda, D. M. J. Dalimunthe, Fadli, & F. Syarief, Eds.). USUpress.
- Slat, A. H. (2013). Analisis Harga Pokok Produk dengan Metode Full Costing dan Penentuan Harga Jual. *Jurnal EMBA*, 1, 110–117.
- Stikes Husada Borneo. (2022, July 21). *Kenali Kandungan Gizi Nasi dan Manfaatnya untuk Tubuh*. ADMISI HUSADA BORNEO. <https://stikeshb.ac.id/kenali-kandungan-gizi-nasi/#:~:text=Nasi%20putih%20mengandung%20sekitar%2090,kandungan%20asam%20lemak%20omega%2D6>.
- Susan, E. (2019). Manajemen Sumber Daya Manusia. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 9, 952.
- Suyatno, A., Arief, S., Asir, M., Abduh Anwar, M., Dakhri Sanusi, M., & Duta Bangsa Surakarta, U. (2023). Penerapan Strategi Segmenting dan Targeting dalam Meningkatkan Kinerja Pemasaran; Literatur review. *Journal of Economic, Business and Accounting*.

- Swarjana, I. ketut. (2022). *Populasi-Sampel Teknik Sampling & Bias dalam Penelitian*. ANDI.
- Tarwendah, I. putri. (2017). *Jurnal Review: Studi Komparasi Atribut Sensoris dan Kesadaran Merek Produk Pangan* (Vol. 5, Issue 2).
- Tehuayo, E. (2021). Pengaruh Diferensiasi Produk, Inovasi Produk, dan Iklan terhadap Loyalitas Konsumen Shampo Sunsilk di Kota Ambon. In *Jurnal Nasional Manajemen Pemasaran & SDM e* (Vol. 2, Issue 2).
- Trahutami, S. I. (2019). Choumiryou dan Harapan Hidup Orang Jepang. *Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, 2(2).
- Tunnufus, Z., & Wulandari, A. (2019). Pengaruh Harga dan Jenis Media Promosi terhadap Keputusan Pembelian Online pada E- commerce Shopee di Kabupaten Lebak. *Journa of Management Studies*, 6, 29–40. www.liputan6.com.
- Ulfa, R. (2021). Variabel Penelitian dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Keislaman*.
- Umaroh, M., Atika Manggiasih, V., Mulya Patmawati, R., Dwi Fibriana, F., & Kebidanan Mitra Sehat Sidoarjo, A. (2019). *Effect of Spinach Vegetation on Anemia in Pregnant Women at Fatimah Medika Clinic*.
- Widayanti, A. D., Prasastono, N., & Mukti, A. B. (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). <http://jurnal.stpsahidsurakarta.ac.id/>
- Widiati Ari. (2019). Peranan Kemasan (Packaging) dalam Meningkatkan Pemasaran Produk Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) di “Mas Pack” Terminal Kemasan Pontianak. *Jurnal Audit Dan Akuntansi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Tanjungpura*, 8.
- Wiralwstari, Firza, E., & Mansur, F. (2018). Pelatihan Perhitungan Harga Pokok Produksi dengan Menggunakan Full Costing sebagai Dasar Penentuan Harga Jual Pempek pada UMKM Pempek Masayu 212. *Jurnal Karya Abdi Masyarakat*, 2.
- Yayasan ANDRA. (n.d.). *Kale Kandungan dan Komposisi Gizi*. ANDRA Farm. Retrieved April 2, 2023, from https://www.andrafarm.com/_andra.php?_i=0-tanaman-kelompok&topik=gizi&kelompok=Kale#Giziusda
- Yukimasa, R. (2019). *Yes, You Can Nail This Japanese Classic: Onigiri | Make This Tonight* (pp. 00.40-03.48).

<https://www.youtube.com/@Tastemade/about>.

<https://www.youtube.com/watch?v=rQ-BMjv1sgg>