

## SIARAN PERS

Untuk diterbitkan segera

### FFI MilkVersation: Frisian Flag Indonesia Dorong Investasi Gizi Melalui Asupan Protein Hewani untuk Bangun Generasi Produktif Bangsa

- *Komitmen dan konsistensi FFI dalam mendukung peningkatan literasi gizi dan menyebarkan manfaat kebaikan susu kepada rekan media, diwujudkan melalui aktivitas rutin, MilkVersation*
- *Sebagai salah satu sumber protein hewani yang baik, susu sapi yang mengandung asam amino esensial lengkap, yang berperan penting pada periode masa pertumbuhan, maupun fase kehidupan berikutnya*

**Jakarta, 4 November 2019** – Data Food and Agriculture Organization (FAO) menyebutkan tingkat konsumsi protein hewani masyarakat Indonesia pada 2017 masih tertinggal jauh dari negara-negara maju, bahkan dengan beberapa negara ASEAN - baru mencapai 8 persen, sementara Malaysia mencapai 30 persen, Thailand 24 persen, dan Filipina mencapai 21 persen<sup>1</sup>. Kondisi ini berimplikasi pada kualitas gizi para penerus bangsa. Faktanya, data RIKESDAS 2018 menyebut 17,7% anak Indonesia masih masuk dalam kategori gizi kurang dan buruk, sedangkan 30.8% berada di kategori pendek dan sangat pendek. Pemenuhan protein hewani menjadi sebuah keharusan, mengingat peran asam amino lengkap yang terkandung di dalamnya, dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan individu secara maksimal. Memahami kondisi ini, Frisian Flag Indonesia (FFI) kembali menggelar **MilkVersation** – sebuah kegiatan edukasi bagi rekan-rekan media. Menghadirkan narasumber kompeten di bidangnya; **Pakar Gizi Universitas Indonesia, Prof. Dr. dr. Saptawati Bardosono, M.Sc** serta **Pakar Dietisien, Geetruida D. Rory, S.K.M, R.D** - keduanya memberikan edukasi terkait peran penting protein hewani, dampak jika asupan ini tidak terpenuhi, serta cara mengolah ragam jenis protein hewani dengan bahan pangan lokal yang mudah dan kaya manfaat.

“Rendahnya tingkat konsumsi protein hewani di tengah masyarakat Indonesia berdampak bukan hanya pada terhambatnya pertumbuhan individu, tapi juga dapat berakibat pada rendahnya kualitas generasi penerus bangsa. Menanggapi situasi ini, FFI mengajak masyarakat untuk bersama-sama meningkatkan konsumsi protein hewani, salah satunya susu - sebagai bentuk investasi gizi, guna membantu membangun generasi produktif Indonesia yang berkualitas. Kita ketahui bersama, berbagai studi dan ahli meyakini bahwa kandungan asam amino esensial lengkap yang terkandung dalam susu memiliki dampak signifikan bagi kualitas kesehatan jangka panjang. Upaya FFI dalam membantu meningkatkan asupan protein hewani masyarakat Indonesia, juga diwujudkan melalui kehadiran rangkaian produk susu berkualitas terjangkau, guna melengkapi kebutuhan gizi harian keluarga Indonesia. Hal ini sejalan dengan visi yang diusung perusahaan yaitu ‘Nourishing by Nature’. Kami berharap, melalui upaya ini serta didukung peran aktif masyarakat dan seluruh pihak terkait, bersama-sama kita dapat mengambil peran dalam pembangunan generasi bangsa Indonesia yang berkualitas dan berkapabilitas” ujar **Corporate Affairs Director PT Frisian Flag Indonesia, Andrew F. Saputro**.

<sup>1</sup> <https://ews.kemendag.go.id/berita/NewsDetail.aspx?v=7812>

Menjadi komponen utama dari jaringan tubuh, protein merupakan senyawa kimia yang terdiri dari rangkaian asam amino (AA) dengan ikatan peptide, yang dapat ditemukan dari 2 jenis sumber, yaitu hewani dan nabati. Meski keduanya memiliki manfaat yang baik bagi tubuh, namun kandungan asam amino serta struktur yang dimiliki protein hewani dengan protein nabati tidaklah sama. “Asam amino merupakan senyawa organik dari sumber protein, yang terurai ketika masuk ke dalam tubuh. Pada protein hewani, asam amino yang terkandung adalah asam amino esensial lengkap, yang berperan penting pada periode masa pertumbuhan, maupun fase kehidupan berikutnya. Sementara protein nabati tidak mengandung asam amino esensial yang lengkap seperti protein hewani. Protein hewani yang tidak terpenuhi dengan baik, dapat berdampak pada kesehatan dalam berbagai aspek, mulai dari terhambatnya pertumbuhan yang dapat menyebabkan *stunting* dan gangguan kognitif, anemia, gangguan kondisi fisik dan organ tubuh, kualitas tulang, gigi, rambut dan kulit, hingga mempengaruhi emosi dan kesehatan mental seseorang. Inilah mengapa, protein hewani berkualitas dengan asam amino lengkap menjadi kebutuhan primer, serta bentuk investasi gizi dalam menjaga kesehatan jangka panjang. Sumber protein hewani terbaik, dapat ditemukan pada produk susu sapi, daging, telur, unggas serta ikan. Produk susu sapi menjadi salah satu sumber protein hewani baik, bukan hanya karena kandungan asam amino lengkapnya, tapi juga formula cairnya yang mudah diserap tubuh. Terbukti, Digestible Indispensable Amino Acid Score (DIAAS) menempatkan susu sapi sebagai sumber protein terbaik<sup>2</sup>” jelas **Pakar Gizi Universitas Indonesia, Prof. Dr. dr. Saptawati Bardosono, M.Sc.**

Selain mengandung asam amino yang lengkap baik jenis maupun jumlahnya, pangan hewani juga mengandung banyak zat gizi penting, seperti vitamin B<sub>12</sub>, vitamin D, asam lemak omega-3, zat besi, kalsium dan seng. Manfaat pangan hewani lebih maksimal, ketika bahan pangan tersebut diolah dengan tepat dan dikonsumsi dengan proporsional sesuai kebutuhan gizi masing-masing individu. **Pakar Dietisien, Geetruida D. Rory, S.K.M, R.D** menerangkan, “Ragam pilihan makanan yang kurang bergizi serta literasi gizi yang masih rendah, menjadi bagian yang mempengaruhi ketidakseimbangan kualitas asupan zat gizi sehari-hari. Pada anak, peran orang tua memiliki peran krusial, dalam menyusun menu padat gizi, guna mendukung pertumbuhan maksimal, salah satunya dengan memastikan pemenuhan kebutuhan pangan hewani”. Berikut tips menyiapkan menu padat gizi bagi anak:

- **Ketahui kebutuhan gizi anak dalam sehari**
  - Contoh: kebutuhan gizi anak usia 7-9 tahun, dengan TB 130 cm, BB 27 kg, kebutuhan energi/hari adalah 1650 kkal; protein 40 gram; lemak 55 gram (Omega 3: 0.9 gram dan Omega 6: 10 gram); karbohidrat 250 gram, serat 22 gram dan air 1600 ml.
  - Kebutuhan lemak pada anak adalah 30%, umumnya lebih tinggi dibandingkan kebutuhan orang dewasa. Protein 10% dan karbohidrat 60%
- **Distribusikan ke dalam pembagian menu makan sehari** → menu pagi 25% = 400 kkal, siang 30% = 500 kkal dan malam 25%= 400 kkal. Sisanya bisa diberikan dalam bentuk 2X camilan.
- **Siapkan menu-menu praktis yang padat gizi**

Menu modifikasi dengan bahan dasar pangan lokal yang dipadukan dengan pangan hewani berkualitas seperti susu, dapat disiapkan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian anak. Contohnya klapertart dengan bahan dasar singkong/ubi. Dipadukan dengan susu, keju, kismis dan almond, 1 porsi camilan sehat ini mengandung energi 260 kkal dan protein 4-5 gram – menjadikannya camilan lezat dengan mutu gizi lebih tinggi.

<sup>2</sup> Ertl et al., 2016



PT Frisian Flag Indonesia  
Jl. Raya Bogor Km 5  
Pasar Rebo  
Jakarta 13760  
Indonesia  
T +62 (0) 21 8410945, 8400611,  
8410950, 87780645  
F +62 (0) 21 87780666  
[www.frisianflag.com](http://www.frisianflag.com)  
[www.frieslandcampina.com](http://www.frieslandcampina.com)

“Untuk meningkatkan minat dan daya terima anak pada asupan bergizi, orang tua juga perlu cerdas dalam mengolah menu makanan yang sehat juga praktis. Di samping itu, aneka bahan pangan lokal pun dapat dimanfaatkan untuk mencapai pemenuhan gizi seimbang, dengan membuat variasi terutama mengganti bahan yang sudah biasa digunakan dengan pangan lainnya, misalnya penggunaan santan yang dapat diganti dengan susu sapi. Pemanfaatan susu sebagai paduan bahan dalam menu anak, bukan hanya baik dari segi tambahan protein hewani saja, tapi juga meningkatkan cita rasa yang lebih disukai anak” tambah Geetruida.

\*\*\*

Untuk keterangan lebih lanjut, silakan menghubungi:

<b>Andrew F. Saputro</b> Corporate Affairs Director Frisian Flag Indonesia <a href="mailto:Andrew.saputro@frieslandcampina.com">Andrew.saputro@frieslandcampina.com</a> 08118300449	<b>Rika Mayasari</b> PR Consultant R&R Public Relations <a href="mailto:rika.novriadi@rikadanrekan.com">rika.novriadi@rikadanrekan.com</a> 0811103862
---	---

#### **Tentang Frisian Flag Indonesia**

PT Frisian Flag Indonesia (FFI) adalah salah perusahaan susu terdepan di Indonesia yang menyediakan produk bernutrisi untuk anak-anak dan keluarga dengan merek FRISIAN FLAG®, FRISO®, SUSU BENDERA®, dan OMELA®. FRISIAN FLAG® telah menjadi bagian dari pertumbuhan keluarga Indonesia sejak 1922.

Sebagai bagian dari FrieslandCampina, salah satu koperasi peternak sapi perah terbesar dunia yang berpusat di Belanda, FFI mengacu pada pengalaman global dan kemitraan jangka panjang dengan peternak sapi perah lokal, agar dapat menghadirkan sumber gizi terbaik yang diperoleh dari susu.

FFI mengoperasikan fasilitas produksi di Pasar Rebo dan Ciracas, Jakarta Timur, dengan berbagai portofolio produk seperti susu cair, susu bubuk, dan susu kental manis.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi [www.frisianflag.com](http://www.frisianflag.com)

#### **Tentang FrieslandCampina**

Setiap harinya, FrieslandCampina menyediakan pangan kaya gizi kepada jutaan konsumen di seluruh dunia. Dengan jumlah pendapatan tahunan sebesar 11.5 miliar euro, menjadikan FrieslandCampina salah satu produsen susu terbesar di dunia. FrieslandCampina menyediakan produk bagi konsumen maupun profesional, memasok bahan baku bagi produsen produk gizi bayi & balita, maupun industri makanan dan sektor farmasi di seluruh dunia.

FrieslandCampina memiliki kantor cabang di 34 negara dengan 114 fasilitas produksi dengan 23.769 karyawan, serta produk yang tersedia di lebih dari 100 negara. Perusahaan ini dimiliki secara penuh oleh Zuivelcoöperatie FrieslandCampina U.A, beranggotakan 18.261 peternak sapi perah yang tersebar di Belanda, Jerman dan Belgia, menjadikannya salah satu koperasi peternak sapi perah terbesar di dunia.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi [www.frieslandcampina.com](http://www.frieslandcampina.com).

