

SIARAN PERS

Untuk diterbitkan segera

FFI MilkVersation: Frisian Flag Indonesia Ajak Masyarakat Tingkatkan Literasi Gizi, Dukung Pemenuhan Gizi Seimbang melalui Konsumsi Pangan Berkualitas

- *Indonesia adalah negara dengan keanekaragaman hayati terbesar ke-2 di dunia dengan beragam sumber pangan bergizi¹, namun belum diimbangi dengan pola konsumsi masyarakat yang bervariasi, untuk pemenuhan gizi seimbang*
- *Tingkat literasi Indonesia secara umum menduduki posisi kedua terbawah (ke-60 dari 61 negara) di dunia - World's Most Literate Nations, 2016*
- *Literasi gizi yang baik ditandai dengan kecermatan seseorang dalam menghitung kebutuhan gizi, serta bijak dalam membaca label informasi pada makanan olahan*

Jakarta, 12 Oktober 2018 – Menyambut Hari Pangan Sedunia yang diperingati setiap tanggal, 16 Oktober, Frisian Flag Indonesia (FFI) kembali menggelar **MilkVersation** untuk rekan-rekan media. Kali ini membahas tentang pentingnya memahami literasi gizi dan konsumsi pangan berkualitas, untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang. Menghadirkan narasumber kompeten di bidangnya; **Guru Besar Bidang Keamanan Pangan dan Gizi, Fakultas Ekologi Institut Pertanian Bogor (IPB), Prof. Ir. Ahmad Sulaeman, MS, PhD** serta **Nutrisionis Muda, Alvin Hartanto** - keduanya juga memberikan edukasi terkait jenis – jenis pangan baik natural, lokal maupun olahan, cara membaca kandungan gizi pada makanan olahan, serta cara menghitung kebutuhan nutrisi tubuh harian untuk pemenuhan gizi seimbang.

Pemerintah melalui Permenkes No. 41 Tahun 2014 telah mengeluarkan Pedoman Gizi Seimbang serta PEMENKES no. 75 tahun 2013 tentang anjuran Angka Kecukupan Gizi Harian, guna mendorong terciptanya masyarakat Indonesia yang lebih sehat. Untuk meraih pemenuhan gizi seimbang, dibutuhkan literasi gizi yang baik, agar seseorang paham dengan kandungan nilai gizi dari makanan atau minuman yang dikonsumsi. Faktanya, tingkat literasi Indonesia secara umum masih memprihatinkan. Data dari World's Most Literate Nations menempatkan tingkat literasi Indonesia berada di urutan kedua terbawah (peringkat 60) dari 61 negara di dunia². Artinya, kesadaran masyarakat untuk membaca, mencari tahu dan memahami informasi, termasuk terkait masalah gizi, masih sangat rendah.

“Frisian Flag Indonesia memahami, rendahnya literasi gizi adalah gerbang dari timbulnya berbagai masalah gizi, yang tentunya dapat berimplikasi pada terganggunya pertumbuhan dan kesehatan fisik seseorang. Di momen peringatan Hari Pangan Sedunia kali ini, FFI mengajak masyarakat Indonesia untuk cerdas mengonsumsi pangan melalui edukasi literasi gizi, menerapkan pola gizi

¹ Kementerian Pertanian, 2018

² World's Most Literate Nations, 2016

seimbang, rutin mengonsumsi susu, serta menjalani gaya hidup aktif. Kami berharap kegiatan ini dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat akan manfaat literasi gizi dan pangan berkualitas, sehingga lebih lanjut dapat meningkatkan status gizi bangsa dan membangun keluarga Indonesia yang kuat dan berkualitas,” ujar **Corporate Affairs Director PT Frisian Flag Indonesia, Andrew F. Saputro**.

Menurut Kementerian Pertanian, Indonesia merupakan negara terkaya kedua di dunia dalam keanekaragaman hayati. Di antaranya Indonesia memiliki 77 jenis pangan sumber karbohidrat, 75 jenis pangan sumber protein, 26 jenis kacang-kacangan, 228 jenis sayuran, serta 389 jenis buah-buahan. Namun potensi ini belum diimbangi dengan pola konsumsi masyarakat yang bervariasi, untuk pemenuhan gizi seimbang. **Guru Besar Bidang Keamanan Pangan dan Gizi, Fakultas Ekologi Institut Pertanian Bogor, Prof. Ir. Ahmad Sulaeman, MS, PhD** menegaskan pentingnya literasi gizi bagi masyarakat. “Manusia memerlukan zat gizi yang dibutuhkan untuk energi harian, serta membangun dan memelihara jaringan serta organ dalam tubuh. Di pasar, banyak tersedia jenis pangan, baik olahan maupun pangan lokal yang masing – masing memiliki manfaat tersendiri untuk pemenuhan kebutuhan gizi. Sayangnya, saat ini masih banyak masyarakat Indonesia yang mengonsumsi makanan tidak berdasarkan pada angka kecukupan gizi yang dianjurkan. Padahal, kondisi kekurangan, atau kelebihan konsumsi gizi dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang seseorang. *Remember, you are what you eat!* Karena itulah, sangat penting untuk memahami kandungan nilai gizi dasar, serta takaran dan proposi yang tepat dari makanan dan minuman yang akan kita konsumsi. Seseorang dengan literasi gizi yang baik akan dengan cermat menghitung kebutuhan gizinya, serta bijak dalam membaca label informasi pada makanan olahan yang dikonsumsi.”

Perlu dipahami bahwa tidak ada jenis pangan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Karenanya, dibutuhkan variasi pangan – baik pangan alami maupun olahan – guna memenuhi berbagai kebutuhan gizi dalam tubuh. Contohnya, nasi dan sumber karbohidrat lainnya merupakan sumber utama energi, namun minim kandungan vitamin dan mineral. Sayuran dan buah-buahan umumnya kaya akan vitamin, mineral dan serat, tetapi sedikit mengandung energi dan protein. Ikan merupakan sumber protein yang baik, namun tidak dapat dijadikan sumber makanan utama. Sedangkan susu sebagai salah satu asupan bergizi baik, mampu melengkapi kebutuhan gizi harian seseorang guna mendukung pemenuhan gizi seimbang.

Selain memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi pangan, pemenuhan gizi seimbang juga menekankan pada pentingnya aktivitas fisik, kebersihan, dan pemantauan berat badan (BB). **Nutrisionis Muda, Alvin Hartanto** menambahkan, “Setiap orang membutuhkan jumlah dan takaran asupan gizi yang berbeda. Tiga faktor utama yang perlu diperhatikan untuk pemenuhan gizi seimbang adalah:

1. Kenali kondisi tubuh
2. Pahami kandungan gizi dari asupan makanan
3. Rutin berolahraga

Layaknya sebuah bisnis, untuk menjalani hidup yang sehat, juga diperlukan perencanaan dan penetapan strategi yang tepat. Selain itu, dibutuhkan disiplin dan juga komitmen untuk mulai



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
www.frieslandcampina.com

menjalani hidup yang lebih sehat, dimulai dengan pemahaman gizi yang baik. Dengan berbagai kemajuan teknologi dan pengetahuan, masyarakat era millennial khususnya generasi muda tentu akan lebih mudah dalam menerapkan gaya hidup sehat melalui pola gizi seimbang. Contohnya saja saat ini banyak aplikasi yang memberikan kemudahan pada kita untuk menghitung jumlah kalori pada makanan, serta mengukur kalori yang terbakar dalam tubuh berdasarkan aktivitas fisik yang dilakukan.”

Dukungan FFI terhadap pemenuhan gizi seimbang juga diwujudkan melalui kehadiran rangkaian produk susu berkualitas yang bergizi, dan terjangkau. “Memberikan kemudahan pada masyarakat Indonesia, Frisian Flag hadir dengan produk susu yang disesuaikan dengan kebutuhan gizi di setiap tahap pertumbuhan. Hadir dalam format terlengkap – mulai dari susu cair, bubuk dan kental manis - seluruh produk kami juga dilengkapi informasi kandungan gizi yang lengkap dan tertera pada setiap kemasan produk, untuk membantu konsumen dalam memahami kandungan gizi yang mereka konsumsi,” tutup **Andrew**.

Untuk keterangan lebih lanjut, silakan menghubungi:

Andrew F. Saputro Corporate Affairs Director Frisian Flag Indonesia Andrew.saputro@frieslandcampina.com 08118300449	Rika Mayasari PR Consultant R&R Public Relations rika.novriadi@rikadanrekan.com 0811103862
---	---

Tentang Frisian Flag Indonesia

PT Frisian Flag Indonesia (FFI) adalah perusahaan susu nomor satu di Indonesia yang memproduksi susu khusus untuk anak-anak dan keluarga dengan merek Frisian Flag, yang juga dikenal sebagai Susu Bendera. Frisian Flag telah menjadi bagian dari pertumbuhan keluarga Indonesia sejak 1922. Selama lebih dari 95 tahun di Indonesia, Frisian Flag selalu memberikan komitmennya untuk terus berkontribusi membantu anak-anak Indonesia meraih potensi yang tertinggi mereka, melalui produk-produk kaya gizi.

Sebagai bagian dari Royal 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 dengan merek Frisian Flag, Omela dan Friso.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi www.frisianflag.com

Tentang FrieslandCampina

Setiap harinya, Royal FrieslandCampina menyediakan pangan kaya gizi kepada jutaan konsumen di seluruh dunia. Dengan jumlah pendapatan tahunan sebesar 12 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 33 negara dengan 114 fasilitas produksi dengan 23.675 karyawan, serta produk yang tersedia di lebih dari 100 negara. Perusahaan ini dimiliki secara penuh oleh Zuivelcoöperatie FrieslandCampina U.A, beranggotakan 12.707 peternak sapi perah yang tersebar di Belanda, Jerman dan Belgia.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi www.frieslandcampina.com

