

**PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA  
KEWIRAUSAHAAN  
“iWANCHU: ES KRIM MENTIMUN”**

**Dini Safitri<sup>1</sup>, Alka Qudriyya Rachman<sup>2</sup>, Angieta Dewati Putri<sup>3</sup>,  
Hauradhiya Faizah Amriely<sup>4</sup>**

<sup>1, 2, 3, 4</sup>Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Jakarta,  
Jalan Rawamangun Muka, Rawamangun, Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur

<sup>1</sup>e-mail: dinisafitri@unj.ac.id

**Abstrak**

iWANCHU merupakan es krim berbahan dasar sayur. Sayur yang digunakan dalam es krim ini adalah mentimun. Mentimun merupakan salah satu sayur yang kurang diminati oleh sebagian masyarakat. Hal tersebut sangat disayangkan, karena mentimun memiliki kandungan yang baik untuk kesehatan. Oleh karena itu dipilih mentimun sebagai bahan dasar utama dalam pembuatan es krim iWANCHU agar dapat mengembalikan minat masyarakat dalam mengonsumsi mentimun. Kegiatan ini merupakan kegiatan dari program kreativitas mahasiswa kewirausahaan yang bertujuan untuk membuka peluang bagi para mahasiswa untuk berwirausaha dan menghasilkan produk inovasi untuk menghasilkan komoditas usaha baru yang kreatif dan mandiri. Mitra dari kegiatan ini adalah ibu-ibu rumah tangga yang akan berkolaborasi untuk bisnis rumahan iWANCHU di Tanah Koja, Klender. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, masyarakat dapat menikmati sayuran, terutama khasiat mentimun, walaupun sudah dalam bentuk sajian yang berbeda. Hasil produk yang dihasilkan adalah makanan manis yang sehat karena memiliki beberapa manfaat kesehatan yaitu dapat menurunkan tekanan darah, memulihkan otot dan mengurangi stres. Ide dasar dari pembuatan iWANCHU adalah *Diffusion of Innovations Theory* atau Teori Difusi Inovasi yang memiliki tujuan mengadopsi inovasi, yang dapat digunakan secara individu ataupun oleh kelompok sosial tertentu. iWANCHU memiliki lima karakteristik inovasi yang dapat membantu dalam membuat iWANCHU mudah diadopsi oleh sistem sosial di dalam masyarakat.

**Kata Kunci:** es krim, timun, sehat

**Abstract**

*iWANCHU is an ice cream, based vegetables. The vegetable used in this ice cream is cucumber. Cucumber is one of the vegetables that is less attractive to some people. This is very unfortunate because cucumber has a good content for health. Therefore, we chose cucumber as the main ingredient in making iWANCHU ice cream, to bring back people's interest in consuming cucumber. This activity is an activity of the entrepreneurial student creativity program which aims to open opportunities for students to become entrepreneurs and produce innovative products to produce creative and independent new business commodities. The partners of this activity are housewives who will collaborate for the iWANCHU home business in Tanah Koja, Klender. It is hoped that with this activity, people can enjoy vegetables, especially the benefits of cucumbers, even though they are in different forms. The results of the products we create are healthy sweet foods because they have several health benefits, such as lowering blood pressure, restoring muscles, and reducing stress. The basic idea of making iWANCHU is the Diffusion of Innovations Theory which has the aim of adopting innovations, which can be used individually or by certain social*

*groups. iWANCHU has five innovation characteristics that can help in making iWANCHU easily adopted by social systems in society.*

*Keywords: ice cream, cucumber, healthy.*

## **PENDAHULUAN**

Semua orang di dunia ini menyukai Es krim. Es Krim merupakan makanan manis berbahan dasar susu yang dibekukan. Es Krim biasanya dijadikan sebagai cemilan atau makanan penutup. Bahan dasar dari Es Krim umumnya terdiri dari produk susu, seperti krim susu, susu, yang dikombinasikan dengan buah-buahan aneka rasa atau bahan-bahan lain yang segar (Kailasapathy & Sultana, 2003). Bahan-bahan es krim tersebut biasanya dimaniskan dengan gula. Selain itu, di dalam bahan tersebut juga ditambahkan bumbu dan pewarna yang dikombinasikan, kemudian dimasukan ke dalam stabilisator dan pengemulsi. Untuk persiapan membuat es krim, bahan campuran es krim yang sudah disiapkan, diaduk lalu dimasukkan pada ruang kosong seperti wadah es krim. Setelah itu, didinginkan dengan frekuensi di bawah titik beku air. Proses tersebut dilakukan untuk menyiapkan es krim dengan karakteristik yang diinginkan (Kailasapathy dan Sultana, 2003). Hasil dari proses tersebut, es krim yang dihasilkan akan memiliki tekstur yang halus, semi busa yang padat, pada suhu rendah. Proses tersebut akan menjadikan es krim lebih lembut lagi ketika suhu meningkat.

Anal dan Singh (2007) mengatakan bahwa atribut nutrisi dan fisikokimia yang terdapat di dalam kandungan kotak es krim adalah faktor penentu penting ketika konsumen membeli produk es krim. Es krim pada awalnya hanya dianggap sebagai makanan untuk kesenangan, bukan makanan pokok. Menariknya, dimasa kini, karena adanya dorongan akan peningkatan pendapatan di kalangan ibu-ibu rumah tangga untuk dapat membantu perekonomian keluarga dan adanya peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mengonsumsi es krim di kalangan konsumen, maka nilai tambah untuk produk es krim telah mengalami peningkatan penjualan yang signifikan dalam beberapa tahun ini.

iWANCHU merupakan sebuah inovasi dari produk es krim yang kelompok kami ciptakan. Es Krim ini berbahan dasar mentimun yang memiliki banyak khasiat. iWANCHU seperti es krim lainnya memiliki rasa yang manis dan enak.

Rasa manis pada iWANCHU berasal dari kandungan air mentimun dan manisnya susu. Rasa manisnya bukan berasal dari gula buatan. Oleh karena itu, penikmat iWANCHU tidak perlu khawatir akan efek samping seperti kadar gula naik. Selain alasan kesehatan, alasan lainnya dibuatnya produk ini adalah alasan ekonomi. Indonesia merupakan negara yang memiliki iklim tropis, dimana bisnis es krim sangat cocok untuk dikembangkan pada penduduknya. Terlebih lagi saat ini terjadi pemanasan global yang menyebabkan naiknya suhu udara (Antong & Maharani, 2017).

Anak-anak hingga dewasa dapat mengonsumsi iWANCHU. Bahan dasar es krim ini adalah sayur mentimun. Sayur mentimun, bukanlah sayur yang terlalu favorit di konsumsi oleh masyarakat Indonesia. Lazimnya ada sebagai sayur pelengkap di lalapan. Mentimun belum banyak dikembangkan menjadi makanan olahan padahal kandungan kesehatan di dalam mentimun amat kaya (Kailasapathy & Sultana, 2003). Untuk itu, kami mulai menyusun kegiatan program kemahasiswaan wirausaha ini untuk fokus mengembangkan mentimun sebagai satu bahan baku utama dalam pembuatan es krim iWANCHU. Mentimun kami pilih sebagai bahan baku utama, karena berdasarkan referensi yang kami temui di atas, sebagian masyarakat kurang menyukai timun. Salah satu alasannya adalah karena teksturnya dari kulit dan biji timun yang kurang cocok dilidah mereka. Alasan yang sangat disayangkan, padahal banyak kandungan khasiat kesehatan dan manfaat timun untuk kesehatan tubuh. Karena alasan itulah, membuat kami memilih timun untuk dikombinasikan dengan es krim. Salah satunya agar masyarakat yang tidak menyukai timun dapat menikmati kandungan dan khasiat timun dalam olahan yang berbeda. Dan diharapkan juga secara perlahan dapat memulai menyukai mengonsumsi buah mentimun secara langsung.

Terdapat sejumlah manfaat dan khasiat dari mentimun, yaitu menjaga kesehatan ginjal, menghambat pertumbuhan sel kanker, menurunkan tekanan darah, dan membantu menurunkan berat badan. Dalam setiap 300 gram timun kurang lebih memiliki kandungan 45 kalori, 0 gram lemak, 11 gram karbohidrat, 2 gram protein, 2 gram serat, 14% vitamin C dari rekomendasi asupan harian, 62% vitamin K dari rekomendasi asupan harian, 10% magnesium dari rekomendasi

asupan harian, 13% kalium dari rekomendasi asupan harian, 12% mangan dari rekomendasi asupan harian. Itulah khasiat pada mentimun. Khasiat tersebut akan bertambah bila dicampurkan dengan susu. Perpaduan kombinasi antara mentimun dan susu ternyata dapat memunculkan khasiat dan manfaat yang lebih besar, yaitu meningkatkan menambah energi, kekebalan tubuh, rendah kalori, dan dapat memperbaiki perasaan menjadi lebih baik (Putra, 2019).

Mitra kegiatan ini adalah ibu-ibu rumah tangga yang akan berkolaborasi dengan tim PkM untuk membuat dan memasarkan es krim iWANCHU. Kondisi mitra pada daerah Tanah Koja, Klender ini merupakan daerah pemukiman yang padat. Selain itu, daerah ini cocok dijadikan sebagai tempat sasaran pengabdian, karena beberapa alasan. Adapun alasannya yaitu letaknya yang strategis, dekat dengan pasar, jarak rumah yang satu dengan yang lainnya sangat dekat. Lokasi yang dekat pasar memudahkan untuk membeli berbagai kebutuhan untuk pembuatan es krim, serta banyaknya ibu rumah tangga yang ingin berwirausaha untuk menambah uang dapur keluarga dengan cara membantu proses pembuatan es krim timun ini.

Tujuan dari pembuatan es krim timun ini adalah untuk menumbuhkan semangat kreativitas dalam berwirausaha di kalangan ibu rumah tangga, menciptakan lapangan pekerjaan baru bagi ibu-ibu rumah tangga untuk belanja dapur, membantu masyarakat mengonsumsi makanan yang lebih bergizi baik, menambah wawasan tentang es krim sebagai makanan sehat, dan meningkatkan pengetahuan ibu-ibu rumah tangga bahwa eskrim dapat diolah dengan topping yang unik seperti iWANCHU yang memakai topping mentimun.

## **METODE**

Pengabdian yang dilakukan ini terdiri dari tiga tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap pertama atau tahap perencanaan, dilakukan penyusunan rencana sebelum pelaksanaan kegiatan dan mensosialisasikan kegiatan PKM ini kepada target sasaran tentang adanya iWANCHU melalui platform media sosial berupa instagram.

Tahapan yang kedua, yaitu tahapan pelaksanaan. Pada tahapan ini dilakukan beberapa langkah, antara lain, (1) melakukan uji coba dengan bahan-bahan yang telah disiapkan agar mendapatkan komposisi dan hasil seperti yang diinginkan, (2) pembuatan produk es krim iWANCHU dengan menggunakan komposisi yang telah diuji coba sebelumnya, dan (3) peluncuran produk iWANCHU melalui media sosial Instagram yang telah dibuat saat melakukan sosialisasi pada tahap satu.

Tahapan ketiga adalah tahapan evaluasi. Pada tahap ini, dilakukan review kepada target sasaran yang telah merasakan iWANCHU agar dapat mengetahui kelebihan dan kelemahan produk. Berdasarkan hasil review yang didapatkan, kami melakukan evaluasi yang hasilnya akan digunakan untuk meningkatkan kualitas produk agar menghilangkan kelemahan yang dimiliki. Mitra dalam PKM ini yaitu ibu-ibu rumah tangga di Tanah Koja, Klender yang menjadi sasaran PKM ini merupakan target sasaran yang akan memberikan review pada produk kami, sekaligus membantu dalam pembuatan produk kami ini dalam jumlah besar dengan sistem pre order.

Pengembangan pada es krim iWANCHU atas dasar teori yaitu *Diffusion Of Innovations Theory* atau teori difusi inovasi. Teori tersebut memiliki tujuan, yaitu adopsi pada suatu inovasi, baik secara individu ataupun oleh kelompok sosial tertentu dihasilkan dari adanya difusi yang dilakukan. Menurut Dearing & Cox (2018), difusi adalah proses sosial yang terjadi sebagai respons terhadap pembelajaran sehingga melahirkan suatu inovasi. Secara klasik, di dalam formulasi difusi pastinya melibatkan inovasi yang dikomunikasikan melalui kanoineel tertentu dari waktu ke waktu. Dalam konteks difusi inovasi, terdapat banyak tawaran akan berbagai karakteristik yang dapat menunjang inovasi. Tawaran tersebut dapat memengaruhi tingkat adopsi seseorang atau kelompok terhadap produk baru.

Ada lima karakteristik inovasi, yaitu: (1) *relative advantage*, (2) *compatibility*, (3) *complexity*, (4) *trialability*, dan (5) *observability*. *Relative Advantage* adalah tingkat inovasi yang dipersepsikan lebih baik daripada ide inovasi sebelumnya. iWANCHU melakukan hal ini, karena dalam proses pembuatannya merupakan hasil dari ide inovasi baru, dimana es krim yang

biasanya hanya memiliki rasa coklat, vanilla, dan stroberi, kini memiliki rasa mentimun. Rasa ini tidak kalah enak dan tentunya jauh lebih sehat dan memiliki khasiat serta manfaat untuk kesehatan tubuh.

*Compatibility* adalah derajat inovasi yang dipersepsikan sesuai dengan nilai-nilai yang sudah ada yang disesuaikan dengan kebutuhan. Dalam hal ini iWANCHU sudah menyesuaikan produknya sesuai kebutuhan yang dibutuhkan pada masa ini, yaitu makanan sehat yang dapat menjaga imun tubuh. *Complexity* adalah tingkat inovasi yang dipersepsikan sulit untuk dipahami atau digunakan. Kesulitan dalam iWANCHU adalah banyaknya orang yang kurang menyukai timun, sehingga memungkinkan adanya kesukaran untuk digunakan atau dikonsumsi secara luas.

*Trialability* adalah derajat inovasi yang dapat dieksperimentasikan pada lingkup terbatas. Karena bahan untuk membuat es krim iWANCHU dapat didapatkan dengan mudah serta murah, maka iWANCHU bisa dibuat di rumah sehingga para ibu rumah tangga yang akan membantu proses pembuatan es krim ini dapat menghemat tempat, waktu dan juga uang.

*Observability* adalah tingkat sebuah inovasi dapat terlihat orang lain. Varian es krim iWANCHU yang berbeda dari es krim pada umumnya, dapat menarik minat masyarakat yang penasaran akan rasanya, terlebih lagi ada manfaat kesehatan yang dapat dirasakan dalam es krim timun iWANCHU.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Es krim adalah makanan beku yang terbuat dari bahan dasar susu yang memiliki banyak manfaat. Semua kalangan mulai dari anak-anak, orang dewasa sampai manual, semuanya menyukai es krim. Apalagi jika cuaca sedang terasa panas, es krim banyak dicari. Selain dapat menghilangkan dahaga sementara, tapi juga memberikan rasa bahagia bagi penikmatnya. Namun belum banyak es krim yang dibuat dari bahan sayur, seperti mentimun. Mentimun merupakan salah satu sayur kaya manfaat tapi belum menjadi favorit banyak orang. Untuk itu tim PkM tertarik menciptakan es krim inovasi rasa mentimun yang merupakan perpaduan antara susu dan mentimun, dengan nama iWANCHU.

Pembuatan iWANCHU, dimulai dengan survei pasar untuk menentukan *supplier* dari bahan baku yang dipakai. Selanjutnya, kami melakukan percobaan membuat produk dengan melakukan uji coba dengan sejumlah variasi pada jumlah takaran bahan baku. Uji coba ini dilakukan untuk menghasilkan takaran yang seimbang dari bahan baku yang digunakan. Adapun proses dalam pembuatan es krim timun iWANCHU yaitu (1) panaskan susu cair, lalu masukkan susu kental manis, lalu aduk hingga gula larut, (2) larutkan maizena dengan susu yang telah dididihkan tadi, (3) masukkan larutan maizena lalu aduk dengan cepat agar tidak menggumpal, (4) jika sudah mengental, angkat lalu saring, kemudian masukkan ke dalam container, (5) taruh container di kulkas hingga membeku, (6) sambil menunggu susu membeku, parut mentimun untuk dijadikan topping, (7) susu yang sudah membeku dikeluarkan dari kulkas, kemudian kerok susu yang telah menjadi es tersebut dan pindahkan ke wadah besar dan masukkan SP, (8) mixer es krim dan SP hingga mengembang, kurang lebih 20-25 menit, (9) jika sudah mengembang taruh di kontainer dan tambahkan timun yang sudah dipotong atau diparut, (10) masukkan ke dalam kulkas, dan (11) jika sudah beku siap disantap.

Setelah proses pembuatan produk tersebut, tahapan selanjutnya yaitu peluncuran produk dan memperlihatkan hasil jadinya kepada target sasaran. Hal ini dilakukan agar mendapatkan saran dan kritik tentang visualisasi serta rasa dari para customer nantinya. Gambar 1 menyajikan hasil produk yang telah dikemas.



**Gambar 1. Produk Es Krim Mentimun yang dihasilkan**

Target sasaran PkM adalah ibu-ibu rumah tangga di Tanah Koja, Klender yang ingin membuat es krim iWANCHU. Es krim iWANCHU dibuat dari susu dan mentimun. Susu mempunyai banyak manfaat, seperti dapat menjaga kesehatan tulang dan gigi, memelihara kecantikan kulit, menjaga berat badan, memulihkan otot, menyehatkan tubuh dan mengurangi stress. Es krim juga memiliki banyak manfaat, yaitu dapat menambah energi, meningkatkan kekebalan tubuh, tidak membuat gemuk, memiliki kalori yang rendah, dan memperbaiki *mood*.

Survei pasar dilakukan untuk menentukan *supplier* bahan baku. Selanjutnya dilakukan uji coba dalam mengolah bahan baku iWANCHU untuk dapat menentukan komposisi yang tepat. Percobaan tersebut menghasilkan pembuatan produk yang menggunakan komposisi bahan baku yang telah ditentukan.

Produk yang telah selesai dibuat, kemudian dipasarkan. Sebelum melakukan kegiatan pemasaran, dilakukan sesi pemotretan foto produk dan perencanaan konsep peluncuran produk melalui media sosial instagram. Dikarenakan situasi dan kondisi pandemi covid-19 yang tidak memungkinkan untuk penjualan lapangan, maka peluncuran diadakan secara *online* dan melakukan *tester* ke beberapa teman ataupun kerabat dekat serta wawancara singkat dengan kelompok ibu-ibu sasaran di Tanah Koja, Klender untuk mengetahui apakah produk yang kami buat dapat diterima dengan baik dalam peredaran nantinya.

Saat melakukan wawancara kepada target sasaran tentang pendapatnya terhadap es krim timun ini, mereka menyebutkan bahwa mereka suka dengan rasanya. Mayoritas target sasaran berpendapat bahwa rasanya menyegarkan dan enak serta unik. Mereka juga menyarankan untuk terus melanjutkan pembuatan produk ini karena cocok untuk dijadikan usaha. Pesaing dari usaha ini belum banyak, dan produk ini adalah produk yang sehat karena berbahan dasar susu dan mentimun.

Kami lalu membuat strategi pemasaran iWANCHU yang berdasarkan pada prinsip 4P (*Product, Place, Promotion, dan Price*). *Product* iWANCHU merupakan produk yang berbahan dasar mentimun dan bahan baku lain yang dapat dipastikan aman serta sehat bagi tubuh jika dikonsumsi. *Place* dari produk iWANCHU pada awalnya adalah memasarkan produk kepada konsumen

dilingkungan kampus UNJ dengan sasaran utama, mahasiswa/i UNJ. Namun, dikarenakan terjadinya pandemi Covid-19, pemasarannya berubah menjadi *online*. *Promotion* dari iWANCHU menerapkan pemberian informasi secara tidak langsung (*undirect promotion*). Hal tersebut dilakukan sebagai dasar untuk mempromosikan produk yang dilakukan dalam beberapa bentuk kegiatan. Kami melakukan penyebaran informasi melalui jejaring media sosial, terutama Instagram. Kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan produk iWANCHU dan melihat tingkat penerimaan oleh calon konsumen terhadap produk. *Price* iWANCHU dijual dengan harga yang sangat terjangkau, yaitu Rp5000 sampai dengan Rp7000. Harga tersebut sangat bersahabat untuk mahasiswa.

Analisis SWOT digunakan untuk mengevaluasi kelebihan dan kekurangan dari produk iWANCHU. Analisis SWOT merupakan alat yang digunakan untuk mengukur perencanaan strategis dan manajemen strategis dalam kinerja organisasi. Analisis ini dapat digunakan secara efektif untuk membangun strategi organisasi dalam memenangkan persaingan. Analisis SWOT digunakan dengan pendekatan sistem. Menurut pendekatan sistem, organisasi merupakan seluruhan yang berinteraksi dengan lingkungan dan terdiri dari berbagai sub-sistem. Dalam pengertian pendekatan ini, organisasi ada di dalam dua lingkungan, yaitu berada di dalam dirinya sendiri dan yang lainnya berada di luar dirinya sendiri. Pendekatan ini digunakan untuk menganalisis lingkungan pada praktik manajemen strategis. Proses pemeriksaan organisasi dengan lingkungannya dinamakan Analisis SWOT.

Analisis SWOT merupakan proses yang melibatkan empat area kedalam dua dimensi. Adapun empat area tersebut memiliki komponen yaitu *Strengths*, *Weaknesses*, *Opportunities*, dan *Threats*. *Strengths* atau kekuatan produk ini adalah sehat, aman, alami, dan dapat dinikmati semua kalangan. *Weaknesses* atau kelemahan dari iWANCHU adalah tidak dapat disimpan terlalu lama. *Opportunities* atau peluang dari produk ini adalah dapat menaikkan pendapatan dari sektor usaha bisnis rumah tangga dengan menggunakan modal rendah. *Threats* atau ancaman dari produk iWANCHU berasal dari luar, yaitu adanya pesaing produk es krim dengan varian rasa lain yang sudah digemari masyarakat.

Inovasi yang dilakukan dalam es krim iWANCHU memiliki keunggulan yang relatif dan sesuai dengan nilai serta kebiasaan masyarakat Indonesia yang menyukai es krim. Proses pembuatannya tidak rumit, dan mudah diujicoba serta diobservasi. Inovasi yang dilakukan akan dengan cepat diadopsi oleh masyarakat yang menyukai es krim yang segar dan sehat. Ibu-ibu rumah tangga di Tanah Koja, Klender yang menjadi sasaran target *review* dan membantu dalam proses pembuatan es krim merasa antusias dan siap membantu untuk sistem *pre order*.

## **SIMPULAN**

iWANCHU adalah es krim timun yang sehat, lezat dan juga menyegarkan. Banyak orang kurang menyukai mentimun. Padahal, mentimun kaya manfaat dan khasiat untuk kesehatan tubuh termasuk meningkatkan imun tubuh di kala pandemic covid-19. Ide mengolah timun dalam bentuk es krim yang menyehatkan adalah latar belakang dari kegiatan ini dilaksanakan. Semua kalangan masyarakat menyukai es krim. Es krim adalah makanan beku berbahan dasar susu. Saat ini es krim sudah diketahui memiliki manfaat baik untuk kesehatan dan kecantikan. Es krim dapat memperbaiki mood. Es krim timun dapat menjadi usaha yang memiliki prospek yang bagus karena pesaingnya yang belum banyak. Ibu-ibu rumah tangga di Tanah Koja, Klender merasa antusias saat dilakukan ujicoba dan evaluasi dalam proses pembuatan iWANCHU. Menurut mereka usaha ini dapat dikembangkan karena bentuknya yang unik dan berbeda. Selain itu, rasanya menyegarkan dan sehat adalah peluang untuk penglaris usaha ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anal, A. K., & Singh, H. (2007). Recent advances in microencapsulation of probiotics for industrial applications and targeted delivery. *Trends in Food Science & Technology*, 18 (5), 240-251.
- Antong, A., & Maharani, A. (2017). Pengolahan sayur bayam menjadi es krim: pengembangan kreativitas masyarakat desa. *Jurnal Dedikasi Masyarakat*, 1(1), 42.
- Dearing, J. W., & Cox, J. G. (2018). Diffusion of innovations theory, principles, and practice. *Health affairs*, 37(2), 183–190. <https://doi.org/10.1377/hlthaff.2017.1104>
- Jatmika, Dwi, SE., & Findriany, A. (2021). Pelatihan dan pendampingan higiene

- sanitasi pengolahan pangan industri rumah tangga. *Gervasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5 (1), 1-12
- Kailasapathy, K., & Sultana, K. (2003). Survival and beta-d-galactosidase activity of encapsulated and free lactobacillus acidophilus and bifidobacterium lactis in ice-cream. *Australian Journal of Dairy Technology*, 58, 223–227.
- Nuramdani, Muhammad. (2018). 6 Manfaat minum susu bagi kesehatan dan kecantikan. (Online), tersedia di <https://doktersehat.com/manfaat-minum-susu-bagi-kesehatan/>, diakses 25 Mei 2020.
- Putra, A. (2019). Aneka Manfaat timun yang memberikan kesegaran hidup. (Online), tersedia di <https://www.sehatq.com/artikel/aneka-manfaat-timun-untuk-kesehatan/>, diakses 25 Mei 2020.