

PENGUSAHA MAKANAN SIHAT MEMBANTU MASYARAKAT MEMPUNYAI GAYA HIDUP LEBIH BAIK

Noraishah Kamarolzaman^{1,2}, Hairiani Abdul Hamid¹

¹Faculty of Business and Management, UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA, Segamat, Johor, Malaysia

²Faculty of Business Management, UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA, Segamat, Johor, Malaysia

*Email Penulis: norai213@uitm.edu.my, hairi327@uitm.edu.my

Wujudnya kesedaran terhadap pemakanan sihat di kalangan rakyat Malaysia telah menjadikan perniagaan makanan yang berasaskan kepada kesihatan semakin popular. Kempen-kempen kesihatan yang di war-warkan di media elektronik mahupun media cetak telah meningkatkan kesedaran terhadap rakyat bahawa pentingnya mengamalkan pemakanan yang sihat. Oleh kerana itu, dapat kita lihat kini, perniagaan berasaskan makanan atau hidangan sihat ini semakin mendapat tempat dan mempunyai permintaan yang tinggi di kalangan rakyat Malaysia.

Atas kesedaran yang sangat tinggi terhadap pemakanan sihat ini, beberapa usahawan telah mengambil peluang ini untuk mengusahakan perniagaan yang berasaskan makanan sihat. Kebanyakan usahawan ini menggunakan laman sosial seperti Facebook dan Instagram untuk mempromosikan perniagaan berasaskan pemakanan sihat mereka itu.

Di Malaysia terdapat banyak pengusaha dan pemilik perniagaan makanan sihat antaranya ialah EZ Diet, Dietlicious, Mama Sado Healthy Food, Dietmonsta dan banyak lagi. Mereka menyediakan menu sihat yang variasi untuk pelanggan mereka. Hampir setiap hari menu itu akan bertukar-tukar supaya pelanggan mempunyai pilihan yang pelbagai dan tidak berasa jemu jika menu itu sangat terhad.



Rajah 1 Pembungkusan dilakukan dengan teliti untuk kekalkan kesegaran makanan

Sumber: <https://assets.hmetro.com.my/images/articles/>

menjamin kesihatan berpanjangan dan menjadikan kita kekal aktif dan sihat. Sudah tiba masanya kita cuba mengubah diet pemakanan harian supaya dapat menikmati makanan yang berkhasiat, murah dan menjimatkan perbelanjaan. Panduan pemilihan makanan dari perniagaan makanan sihat ini membantu serta menjamin dalam mengekalkan kesihatan badan.

Dengan gaya hidup rakyat Malaysia pada masa ini yang sibuk dan kesuntukan masa, pengusaha pemakanan berasaskan kesihatan ini mampu untuk memenuhi permintaan serta keperluan pelanggan. Ini kerana pelanggan hanya perlu membuat pesanan secara atas talian dan makanan tersebut akan siap dihantar terus ke pintu rumah tanpa perlu mengambil masa untuk membuat persediaan memasak.

Sebagai contoh EZ Diet yang menyediakan penghantaran makanan sihat untuk mereka yang ingin menurunkan berat badan atau yang ingin mengamalkan gaya hidup sihat. EZ Diet menyediakan pelbagai jenis pakej dan pelan makanan harian bermula dari sarapan pagi, makan tengah hari dan makan malam dengan nilai kalori yang disesuaikan mengikut keperluan badan. Makanan yang disediakan juga adalah dipantau oleh perunding diet dan pakar pemakanan bertauliah.

Rajah 1 Pembungkusan dilakukan dengan teliti untuk kekalkan kesegaran makanan

Sumber: https://assets.hmetro.com.my/images/articles/sihat3.jpg_1494219045.jpg

Bagi menarik perhatian pelanggan, kebanyakan pengusaha makanan sihat ini akan cuba mempelbagaikan menu dan mengikut selera tempatan tanpa mengabaikan keperluan nutrien harian. Dengan adanya perkhidmatan hidangan makanan sihat ini, ia memudahkan pelanggan yang ingin mengamalkan gaya hidup sihat. Pemakanan sihat dapat



Rajah 2 Antara menu menarik dan sihat yang disediakan

Rujukan

- [1] *Hidangan enak berkhasiat.* (2017, Mei 29). Retrieved from MyMetro: <https://www.hmetro.com.my/hati/2017/05/233210/hidangan-enak-berkhasiat>
- [2] *Makanan sihat ke pintu rumah.* (2017, Mei 8). Retrieved from MyMetro: <https://www.hmetro.com.my/hati/2017/05/227658/makanan-sihat-ke-pintu-rumah>
- [3] *Makanan sihat suami isteri.* (2017, Oktober 2). Retrieved from MyMetro: <https://www.hmetro.com.my/hati/2017/10/268811/makanan-sihat-suami-isteri>