

Pemberdayaan Susu Kefir di Posyandu Desa Cipadang Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung

Milk Kefir Empowerment at Posyandu, Cipadang Village, Gedong Tataan District, Pesawaran Regency, Lampung Province

¹Sutarto, ²Reni Indriyani, ³Siwi Meutia Sadewi, ³Cindi Pebrianti

¹Jurusan Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Jurusan Gizi, Politeknik Tanjungkarang, Lampung

³Jurusan Kimia, Fakultas Matematik dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lampung

Korespondensi: Sutarto, sutarto@fk.unila.ac.id

Naskah Diterima: 17 Agustus 2022. Disetujui: 15 Maret 2023. Disetujui Publikasi: 31 Juli 2023

Abstract. Kefir is a probiotic drink made from fermented milk at room temperature for health. Kefir is different from other fermented products. The benefits of kefir for health, especially as an immunomodulator, an immunomodulatory function to improve the immune system. The immune system works all the time; when the immune system decreases, it has the potential to get sick. Sick conditions will impact chronic nutrition, and regular food accompanied by illness complications is the direct cause of stunting. This community service aims to increase knowledge in the context of stunting prevention by empowering mothers of toddlers and health cadres to manufacture various kinds of kefir milk for MP-ASI for toddlers and MP-ASI in posyandu service activities. Technical implementation using counseling, measuring knowledge, and practice of making milk Kefir. The activities' performance was carried out on July 30, 2022, and continued monitoring on August 5-7, 2022. Characteristics of participants based on education level: 40% have high school education with a general age of 31-40 years (44%). Most of the participants, mothers of toddlers, had high school education, although three educated people did not graduate from elementary school. The level of knowledge made in 3 groups of values, after counseling for 2 hours of lessons (90 minutes) and discussion (question and answers) for 1 hour of classes (45 minutes) so that the tendency for groups with knowledge levels of values more than 80 to increase sharply and scores less than 80, tends to decrease drastically.

Keywords: *Kefir, stunting, toddlers, pregnant women, breastfeeding mothers, empowerment.*

Abstrak. Kefir adalah minuman probiotik dari fermentasi susu pada suhu kamar untuk kesehatan. Kefir berbeda dari produk fermentasi lainnya. Manfaat kefir bagi kesehatan, khususnya sebagai imunomodulator, fungsi imunomodulator untuk memperbaiki sistem imun. Sistem imun bekerja setiap saat, ketika imun turun berpotensi sakit, kondisi sakit akan berdampak pada gizi kronis, gizi kronis yang disertai dengan komplikasi sakit merupakan penyebab langsung dari kejadian stunting. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dalam rangka pencegahan stunting dengan pemberdayaan ibu balita dan kader kesehatan pada pembuatan berbagai aneka susu kefir untuk MP-ASI balita dan MP-ASI pada kegiatan pelayanan posyandu. Teknis pelaksanaan dengan cara penyuluhan, pengukuran pengetahuan dan praktik pembuatan susu Kefir. Pelaksanaan kegiatan telah dilakukan pada tanggal 30 Juli 2022 dan dilanjutkan monitoring pada 5-7 Agustus 2022.

Karakteristik peserta berdasarkan tingkat pendidikan 40% berpendidikan SMA dengan usia umumnya 31-40 tahun (44%). Sebagian besar peserta ibu balita berpendidikan SMA, meskipun ada 3 orang berpendidikan tidak lulus pendidikan sekolah dasar. tingkat pengetahuan yang dibuat dalam 3 kelompok nilai, setelah dilakukan penyuluhan selama 2 jam pelajaran (90 menit) dan diskusi (tanya jawab) selama 1 jam pelajaran (45 menit) sehingga kecenderungan kelompok tingkat pengetahuan nilai lebih dari 80 meningkat tajam dan nilai kurang dari 80, cenderung turun drastis.

Kata Kunci: *Kefir, stunting, balita ibu hamil, ibu menyusui, pemberdayaan.*

Pendahuluan

Pendekatan Kefir adalah minuman probiotik asam rendah alkohol yang diperoleh dari fermentasi susu pada suhu kamar dan sangat baik untuk kesehatan. Kefir berbeda dari produk fermentasi lainnya karena biji kefir mengandung asosiasi simbiosis kompleks (bakteri penghasil asam laktat dan/atau asam asetat, dan fermentasi laktosa dan non-fermentasi ragi), dan ekologi mikroba mereka tergantung pada asal dan metode budidaya biji-bijian (Ganatsios dkk., 2021). Manfaat kefir bagi kesehatan, khususnya sebagai imunomodulator, fungsi imunomodulator untuk memperbaiki sistem imun dengan cara menstimulasi (imunostimulan) atau menekan reaksi imun yang abnormal. Imunomodulator dibutuhkan untuk kondisi saat sistem imun menurun, ketika imun menurun akan sangat rentan terhadap penyakit (Prayoga dkk., 2021).

Sistem imun bekerja setiap saat, tetapi tidak terlihat, tubuh menyadari kerja sistem imun ketika menimbulkan efek samping yang dapat dilihat atau dirasakan, luka meradang, terinfeksi terisi nanah, kondisi ini merupakan efek samping dari kerja sistem imun (Sudiono, 2014). Ketika anak (seseorang) sakit berupa demam, gejala penyakit infeksi lainnya, maka akan berdampak pada gangguan pada selera makan, sehingga pada akhirnya akan terjadi kekurangan nutrisi, bila kondisi ini berlarut dapat berakibat gizi kronis. Gizi kronis merupakan penyebab langsung dari kejadian stunting (Crane dkk., 2015).

Stunting merupakan salah satu kondisi kekurangan gizi kronis disertai dengan komplikasi sakit (Khoeroh & Indriyanti, 2015). Prevalensi stunting anak baduta (anak di bawah dua tahun) di Indonesia menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 adalah 29,9% dan provinsi Lampung 27,4% serta terbanyak berada di pedesaan. Kondisi prevalensi stunting di Lampung terletak pada posisi di bawah angka nasional tetapi masih di atas 20% (target WHO kurang dari 20%) (Balitbangkes RI, 2018). Anak stunting sering tidak dikenali di dalam suatu populasi karena sebagian besar pelayanan kesehatan primer tidak melakukan pengukuran tinggi atau panjang badan secara rutin (Onis & Branca, 2016). Stunting disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain perilaku ibu saat hamil dan pola asuh balita yang kurang baik (Khoeroh & Indriyanti, 2015). Stunting terjadi dari status gizi awal ibu sebelum hamil, saat hamil, dan selanjutnya akan menentukan pertumbuhan janin (World Health Organization, 2013). Pelayanan kesehatan merupakan bagian dari implementasi dalam pencegahan stunting melalui perbaikan gizi anak dan ibu hamil melalui baik program promosi kesehatan dengan isi pesan perbaikan gizi keluarga maupun intervensi pada sasaran melalui pemberian makanan tambahan pada balita maupun ibu hamil. Memberdayakan kader kesehatan agar mampu menyampaikan informasi dan membagikannya pada semua warga (Sumarwati dkk., 2022).

Desa Cipadang berada di Kecamatan Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, terdiri dari 12 dusun, 12 RW, 39 RT dan berpenduduk 7.966 jiwa. Mata pencaharian bertani dalam tanaman palawija, berkebun dan bersawah. Tingkat pendidikan umumnya berpendidikan sekolah dasar. Status Kesehatan anak mendapat perhatian sejak tahun 2016 pada anak-anak yang mengalami resiko stunting ada usia 1-2 tahun. Desa Cipadang merupakan salah satu desa yang

mempunyai masalah stunting terbanyak di wilayah kerja Puskesmas Gedongtataan pada tahun 2018. Berbagai Upaya telah dilakukan oleh pemerintahan desa Cipadang melalui kegiatan perbaikan gizi balita dan ibu hamil. Cakupan pelayanan perawatan kehamilan (ANC) sangat baik (100%), dan cakupan persalinan oleh tenaga Kesehatan 100%, namun masih tingginya prevalensi stunting, sehingga perlu upaya pemberdayaan masyarakat melalui kader dan ibu balita serta ibu hamil untuk membuat makanan/minuman untuk perbaikan gizi. Sejak tahun 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung bekerja sama dengan pemerintahan desa Cipadang dalam rangka upaya mengatasi berbagai permasalahan kesehatan. Upaya untuk mengatasi permasalahan ini melalui upaya perbaikan gizi anak dan ibu hamil serta ibu menyusui. Dengan mengembangkan pemberdayaan ibu balita dan kader Kesehatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam membuat aneka minuman susu kefir sebagai bentuk Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) lokal. Upaya ini merupakan untuk meningkatkan gizi anak balita, ibu hamil dan ibu menyusui.

Mengacu permasalahan pokok di desa Cipadang tersebut sehingga perlu sinergis upaya pelayanan kesehatan ibu dan anak (KIA) dan swadaya masyarakat melalui pemberdayaan pembuatan aneka minuman susu kefir anak dalam rangka pencegahan stunting di desa Cipadang.

Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita, ibu hamil dan ibu menyusui di desa Cipadang dalam rangka pencegahan stunting dengan pemberdayaan ibu balita dan kader kesehatan pada pembuatan berbagai aneka susu kefir untuk MP-ASI balita dan MP-ASI produk posyandu untuk kegiatan pelayanan posyandu di setiap bulannya.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu. Lokasi pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Cipadang Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung dan dilakukan penyuluhan-praktik pada tanggal 30 Juli 2022 dan monitoring evaluasi dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2022. Tahapan pertama dilakukan survey lokasi bersama pamong desa dan bidan desa untuk menentukan tempat/lokasi pelaksanaan dan inventarisasi peserta.



Gambar 3 Peta Desa Cipadang tanpa skala

Khalayak Sasaran. Sasaran kegiatan adalah ibu balita dan kader kesehatan sebanyak 25 orang yang berasal dari Posyandu Mawar V. Dalam menentukan sasaran kegiatan bekerja sama dengan bidan desa setempat. Bidan desa memilih sasaran ibu balita dengan kriteria ibu yang mempunyai anak balita tercatat dalam catatan register posyandu berstatus stunting dan bersedia berkomitmen mengikuti setiap tahapan kegiatan. Kemudian kader kesehatan sebanyak 5 orang dipilih berdasarkan keaktifan dalam kegiatan posyandu berdasarkan penilaian bidan desa.

Metode Pengabdian. Metode kegiatan berupa penyuluhan dan praktik pembuatan susu kefir. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan ikuti tanya jawab. Materi Penyuluhan terdiri dari materi pokok yaitu materi pertama kesehatan ibu-anak dan perbaikan gizi keluarga serta materi kedua tentang cara pembuatan – pemanfaatan susu kefir untuk kesehatan. Narasumber pada materi pertama berasal dari Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang dan materi ke-2 dari mahasiswa pascasarjana Fakultas MIPA. Pada praktik pembuatan susu kefir secara langsung dipandu oleh ketua tim dengan membentuk 5 (lima) kelompok yang diketuai oleh kader kesehatan dan selanjutnya praktik pembuatan susu Kefir yang didampingi narasumber dan tim pengabdian lainnya. Untuk mengukur keberhasilan penyuluhan, dilakukan pengukuran peningkatan pengetahuan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner sebelum penyuluhan (pretest) dan sesudah penyuluhan (posttest), menggunakan grafik presentasi. Monitoring dan evaluasi setelah penyuluhan dan praktik dengan cara mengukur ketrampilan dan pembuatan kefir, alat dan bahan menggunakan bantuan yang telah diberikan oleh tim pengabdian saat penyuluhan dan praktik menggunakan metode wawancara dan observasi. Dalam rangka untuk publikasi dibuat video yang diunggah chanel youtube.

Indikator Keberhasilan. Indikator keberhasilan pada kegiatan penyuluhan adalah peningkatan pengetahuan tentang kesehatan ibu-anak, gizi keluarga dan manfaat susu kefir untuk kesehatan yang ditandai peningkatan jawaban yang benar pada kuesioner posttest. Indikator keberhasilan pada kegiatan praktik pembuatan susu kefir ditandai kecakapan secara individu melakukan praktik pembuatan susu kefir.

Metode Evaluasi. Metode yang digunakan membandingkan hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan memvisualisasikan dalam bentuk grafik batang. Kemudian untuk evaluasi pada ketrampilan dalam pembuatan susu kefir di kelompok masing-masing melalui pengamatan langsung produk susu kefir.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan telah dilakukan pada tanggal 30 Juli 2022 dan dilanjutkan monitoring pada 5-7 Agustus 2022. Pelaksanaan pemberdayaan ibu balita dan kader posyandu dalam pembuatan susu kefir untuk pencegahan stunting ini dengan mekanisme penyuluhan dan diskusi dengan materi pemilihan-pembuatan makanan pendamping Air Susu Ibu, susu kefir dan manfaatnya, kemudian pembagian alat dan bahan praktik pembuatan susu kefir, serta praktik pembuatan susu kefir di Balai Desa Cipadang. Selanjutnya pelaksanaan monitoring hasil praktik dilaksanakan di rumah kader kesehatan Desa Cipadang pada tanggal 5-7 Agustus 2022. Untuk menilai hasil kegiatan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dan diskusi diukur tingkat pengetahuan tentang MP ASI dan susu kefir dalam rangka mencegah stunting menggunakan kuesioner (15 pertanyaan).

A. Gambaran Lokasi Kegiatan

Susunan acara kegiatan dimulai dengan acara pembukaan yang dipandu oleh Bidan desa (ibu Rahma Muliani), sambutan Kepala Desa dan pengantar dari Ketua

pelaksana pengabdian kepada masyarakat. Di akhir kegiatan peserta mendapatkan makan siang, pengganti transport dan alat bahan paket praktik pembuatan susu kefir (5 kelompok).



Gambar 1 Pembukaan acara pemberdayaan ibu balita dan kader posyandu dalam pembuatan susu kefir untuk pencegahan stunting di Desa Cipadang Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran

Desa Cipadang merupakan salah satu desa di Kecamatan Gedoong Tataan, Kabupaten Pesawaran, terdiri dari 12 dusun, 12 RW, 39 RT dan dengan jumlah penduduk 7.966 jiwa. Pada umumnya mata pencaharian masyarakat bertani tanaman palawija, berkebun karet – kakau dan sebagian juga terdapat sawah. Tingkat pendidikan warga desa secara umum dengan pendidikan formal tingkat sekolah dasar (Andiyanto, 2021). Pendidikan berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar dengan peningkatan pengetahuan seseorang dapat diperoleh melalui pendidikan informal (Andiyanto, 2021; Armini dkk., 2020).

Batas-batas wilayah desa secara geografi adalah sebagai berikut:

- Sebelah Utara berbatasan dengan Perkebunan PTPN VII Way Lima
- Sebelah Selatan berbatasan dengan Kompleks perkantoran Pemerintah Daerah Kabupaten Pesawaran dan Desa Way Layap, Desa Pampangan serta desa Padang Ratu
- Sebelah Barat berbatasan dengan jalan raya Desa Sukadadi
- Sebelah Timur berbatasan dengan Perkebunan PTPN VII Way Lima dan Desa Padang Manis

B. Kegiatan Penyuluhan

Pembukaan oleh kepala desa Cipadang, selanjutnya dilakukan pretest dengan pengisian kuesioner pengukuran pengetahuan individu oleh peserta, kemudian dilanjutkan penyuluhan dengan materi MP-ASI berbahan lokal oleh narasumber dosen dari Poltekkes Tanjungkarang (Ibu Reni Indriyani, SKM, M.Si) dan materi ke manfaat kesehatan - pembuatan susu kefir oleh narasumber mahasiswa pascasarjana Program Studi Magister Ilmu Kimia – FMIPA. Universitas Lampung.



Gambar 3 Kegiatan Pemberian Materi MP-ASI berbahan lokal dan Manfaat-Pembuatan Susu Kefir

Selama kegiatan berlangsung dari awal hingga akhir, peserta bersemangat dan sangat aktif dalam berdiskusi. Materi diskusi antara lain teknis pembuatan MP ASI di posyandu dari bahan kefir dan formulasinya serta mekanisme pengaturan alat dan bahan. Posyandu yang ada di desa Cipadang berjumlah 9 unit, pemberdayaan ini diikuti oleh posyandu Mawar Putih V, dusun Cidadi, Desa Cipadang.



Gambar 4 Prosesi Diskusi Stelah Pemaparan Materi

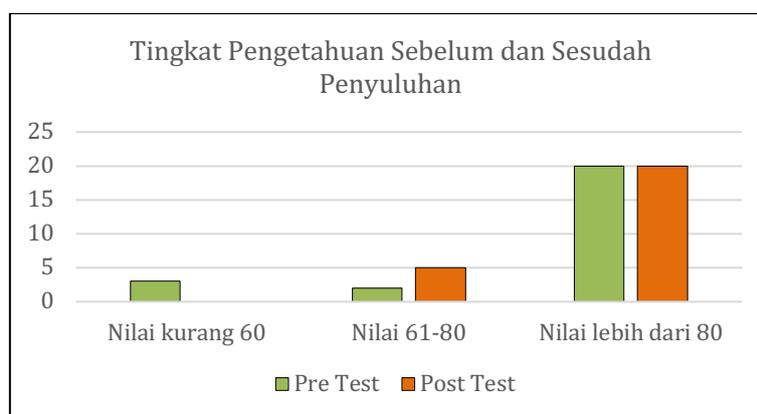
Peserta kegiatan ini merupakan ibu balita dan kader posyandu, dengan harapan kader posyandu dapat melanjutkan menu MP ASI susu kefir ini menjadi menu rutin posyandu dalam rangka peningkatan gizi balita dan ibu hamil serta wanita usia subur di posyandu. Adapun karakteristik peserta pada kegiatan ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pemberdayaan

NO.	Uraian	Jumlah	Persen
A	Tingkat Pendidikan		
1	Tidak tamat Sekolah	4	16,0
2	Lulus SD	7	28,0
3	Lulus SLTP	4	16,0
4	Lulus SLTA	10	40,0
B	Kelompok Usia		
1	Kurang 31 tahun	5	20,0
2	31-40 tahun	11	44,0
3	Lebih 40 tahun	9	36,0
	Total	25	100,0

Karakteristik peserta berdasarkan tingkat pendidikan adalah 40% berpendidikan SMA dengan usia umumnya 31-40 tahun (44%). Sebagian besar peserta ibu balita berpendidikan SMA, meskipun ada 4 orang berpendidikan tidak lulus pendidikan sekolah dasar.

Evaluasi hasil kegiatan dengan cara pengukuran tingkat pengetahuan pada pembuatan dan pemanfaatan susu kefir, melalui pengisian kuesioner. Pengisian kuesioner dilakukan oleh peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Pada gambar 5, terlihat tingkat pengetahuan yang dibuat dalam 3 kelompok nilai, setelah dilakukan penyuluhan selama 2 jam pelajaran (90 menit) dan diskusi (tanya jawab) selama 1 jam pelajaran (45 menit) sehingga kecenderungan kelompok tingkat pengetahuan nilai lebih dari 80 meningkat tajam dan nilai kurang dari 80, cenderung turun drastis.



Gambar 5 Nilai Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

C. Kegiatan Monitoring Evaluasi Keterampilan

Tindak lanjut pada kegiatan penyuluhan dilakukan monitoring evaluasi pada tanggal 7 Agustus 2022, berupa pengamatan tingkat keterampilan dan pengetahuan pada pembuatan dan pemanfaatan susu kefir, melalui wawancara terbuka. Hasil evaluasi dari 5 kelompok yang terbentuk. semua kelompok telah mempraktikkan pembuatan susu kefir di kelompoknya masing-masing sesuai dengan praktik saat pendampingan.



Gambar 6 Lokasi monitoring evaluasi praktik pembuatan susu kefir



Gambar 7 Foto bersama setelah monitoring evaluasi kegiatan di Posyandu Mawar V Dusun Sidadi Desa Cipadang

D. Keberhasilan Kegiatan

Tingkat pengetahuan para peserta ibu balita dan kader kesehatan yang ada di Desa Cipadang tentang tingkat MP-ASI dan susu kefir mengalami peningkatan yang signifikan sebelum dan setelah intervensi penyuluhan. Kondisi tingkat pengetahuan peserta pemberdayaan seperti itu menunjukkan bahwa secara umum pengetahuan para pemberdayaan cukup baik. Semua peserta merupakan ibu balita dan kader yang aktif mengelola posyandu dan memiliki keingintahuan yang tinggi dalam mengenal sesuatu terkait kesehatan. Hal tersebut terlihat dari kader posyandu dan ibu balita berdiskusi secara aktif saat penyuluhan kesehatan berlangsung. Peserta tidak malu baik bertanya maupun menjawab pertanyaan yang diberikan narasumber.



Gambar 7 Foto Bersama Kepala Desa – Desa Cipadang, panitia dan peserta serta pemberian materi pembuatan dan manfaat susu kefir

Peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan dengan metode simulasi akan lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman pengetahuan penerapan MP ASI dan bermutu gizi seimbang, sehingga memiliki kompetensi yang diperlukan tentang MP ASI dan makan beraneka ragam (Solehati dkk., 2018). Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa karakteristik seseorang. Faktor eksternal berupa pendidikan, paparan media massa, ekonomi, hubungan sosial dan pengalaman. Disamping pengalaman, tingkat pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pendidikan berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Peningkatan pengetahuan seseorang tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal tetapi diperoleh dari pendidikan informal (Armini dkk., 2020). Peningkatan pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku ibu (Patimah dkk., 2020). Bidang pendidikan merupakan media strategis dan penting dalam pembentukan karakter bangsa, untuk menjamin kelangsungan kehidupan bangsa yang lebih baik (Andiyanto, 2021). Tujuan pendidikan untuk mengembangkan kemampuan atau potensi serta membentuk watak atau karakter untuk menciptakan bangsa yang bermartabat dalam rangka menciptakan generasi penerus bangsa dengan pemikiran-pemikiran yang berkualitas (Dian dkk., 2021). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kinerja dan pengetahuan kader adalah antara lain usia kader, pendidikan kader, lama masa kerja dan pengalaman mengikuti pelatihan (Nomlenia dkk., 2021).

Posyandu merupakan salah satu upaya pengelolaan kesehatan masyarakat yang bersumberdaya dari masyarakat secara mandiri, dari dan untuk masyarakat sebagai bentuk pemberdayaan pada pelayanan kesehatan dasar (Tulloh dkk., 2020), posyandu ini juga merupakan wadah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui pendidikan (penyuluhan) dan pemantauan kesehatan balita oleh peran kader kesehatan pada pelayanan kesehatan khususnya pelayanan kesehatan ibu - anak serta upaya promotif (Rustina dkk., 2021). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah usia, pendidikan, pengalaman dan mengikuti pelatihan (Nomlenia dkk., 2021) melalui kegiatan pemberdayaan pada peningkatan pengetahuan pada MP ASI dan pembuatan susu kefir ini dapat meningkatkan pengetahuan dan *refrehing* serta *updating* pengetahuan para kader kesehatan dan ibu balita. Dengan kegiatan ini akan menambah wawasan kader posyanduan ibu balita pada MP ASI menggunakan susu kefir sehingga akan memberi kontribusi peningkatan kesehatan ibu, ibu nifas dan balita melalui berbagi peran sesuai dengan tugas pokok dan fungsinya. Pemberdayaan merupakan salah satu solusi untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat untuk menurunkan kematian ibu dan bayi (Anggorodi, 2009), sehingga akan sinergis pada program pencegahan stunting. Pendekatan ini dilakukan pada daerah-daerah terpencil dengan akses pelayanan kesehatan sangat terbatas (Anggorodi, 2009).

Peran kader kesehatan dalam kegiatan pelaksanaan posyandu, membantu ibu hamil dan anak balita dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan kesehatan ibu hamil dan kesehatan balita. Pemberdayaan merupakan suatu bentuk kerjasama antara masyarakat, kader kesehatan dan sasaran posyandu.

Saluran pencernaan orang sehat, mempunyai 4 bakteri utama yaitu Firmicutes, Bacteroidetes, Actinobacteria dan Proteobacteria (Iacob dkk., 2019). Bakteri-bakteri pada saluran pencernaan tersebut bersifat patogen atau bersifat positif (manfaat). Kelompok bakteri yang bermanfaat bagi saluran pencernaan dan memberi efek menyehatkan disebut sebagai bakteri probiotik. Keseimbangan jumlah antar bakteri di saluran pencernaan harus selalu terjaga, agar pencernaan berlangsung secara normal (Yuniastuti, 2014). Kelompok probiotik sudah dikaji dan berperan sangat nyata untuk menjaga keseimbangan jumlah bakteri dalam

saluran pencernaan, dengan cara menekan pertumbuhan bakteri patogen dengan berbagai mekanisme, seperti bersaing untuk menempel pada lapisan mukosa saluran pencernaan. Ketidakseimbangan mikrobiota usus atau dysbiosis yang ditandai adanya penurunan jumlah bakteri penghasil asam organik dan kejadian ini sering ditemukan pada pasien dengan penyakit radang usus, sindrom iritasi usus besar, obesitas, gangguan autoimun atau pada pasien kanker kolon (Hu dkk., 2017). Kefir mengandung kultur bakteri asam laktat sebagai probiotik di dalam saluran pencernaan. Bakteri asam laktat dapat meningkatkan kesehatan saluran pencernaan. Efek menguntungkan yang lain dengan memberi perlindungan pada bakteri patogen, untuk mengurangi kadar kolesterol, imunomodulator dan antioksidan (Prayoga dkk., 2021).

Kesimpulan

Peningkatan pengetahuan tentang gizi anak, ibu hamil dan menyusui di desa Cipadang dapat meningkatkan pelayanan kesehatan ibu dan anak di posyandu. Peningkatan ketrampilan pada pembuatan berbagai aneka susu kefir untuk MP-ASI balita dan MP-ASI ini merupakan produk yang dapat dilakukan di posyandu saat hari buka pelayanan posyandu. Peningkatan pembinaan kader posyandu oleh puskesmas akan dampak pada keberlangsungan penyelenggaraan posyandu.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat Universitas Lampung yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

Referensi

- Andiyanto, D. T. (2021). Peran Pendidik Agama Islam Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Islamic Golden Age Education (IJIGAE)*, 1(2), 21–30.
- Anggorodi, R. (2009). Dukun Bayi Dalam Persalinan Oleh Masyarakat Indonesia. *Makara kesehatan*, 13(1), 9–14. <http://journal.ui.ac.id/index.php/health/article/view/328/324>
- Armini, N. K. A., Triharini, M., & Nastiti, A. A. (2020). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Promosi Keluarga Berencana Dan Kontrasepsi. *Journal of Public Service*, 4(1), 109–115. <https://doi.org/10.20473/jlm.v4i1.2020.109-115>
- Balitbangkes RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Crane, R. J., Jones, K. D. J., & Berkley, J. A. (2015). Environmental enteric dysfunction: An overview. *Food and Nutrition Bulletin*, 36(1), S76–S87. <https://doi.org/10.1177/15648265150361S113>
- Dian, M., Alim, N., Adawiah, R., Alam, N., Isman, M. A., & Zenan, M. F. (2021). *Latihan Dasar Kepemimpinan Siswa (LDKS) dengan Tema “Mewujudkan Kader Pemimpin Bangsa Yang Berkualitas Bertanggungjawab Berdasarkan Nilai-Nilai Amalqbian.”* 1, 259–262.
- Ganatsios, V., Nigam, P., Plessas, S., & Terpou, A. (2021). Kefir as a functional beverage gaining momentum towards its health promoting attributes. *Beverages*, 7(3), 1–15. <https://doi.org/10.3390/beverages7030048>
- Hu, J., Lin, S., Zheng, B., & Cheung, P. C. K. (2017). Short-chain fatty acids in control of energy metabolism. *Food Science and Technology Journal*, 58(8), 1243–1249. <https://doi.org/10.1080/10408398.2016.1245650>
- Iacob, S., Iacob, D. G., & Luminos, L. M. (2019). Intestinal Microbiota as a Host Defense Mechanism to Infectious Threats. *Frontiers in Microbiology*, 9(January), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fmicb.2018.03328>

- Khoeroh, H., & Indriyanti, D. (2015). Evaluasi penatalaksanaan gizi balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Sirampong. *Unnes Journal of Public Health*, 4(1), 54–60.
- Nomlenia, D. S., Nahak, M. P. M., & Goa, M. Y. (2021). Studi Deskriptif: Pengetahuan Dan Peran Kader Dalam Penilaian Status Gizi Balita Di Puskesmas Alak. *Applied Scientific Journals*, 4(1), 29–40.
- Onis, M. de, & Branca, F. (2016). Childhood stunting: A global perspective. *Maternal and Child Nutrition*, 12(1), 12–26. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- Patimah, M., Nurhikmah, T. S., Nurdianti, D., Kesehatan, F. I., & Tasikmalaya, U. M. (2020). Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidanyakamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 41(3), 570–578. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3790>
- Prayoga, I. P. A., Ramona, Y., & Suaskara, I. B. M. (2021). Bakteri asam laktat bermanfaat dalam kefir dan perannya dalam meningkatkan kesehatan saluran pencernaan. *Simbiosis*, 9(2), 115–130.
- Rustina, Y., Setiawan, A., Novieastari, E., Wanda, D., Hadi, E. N., Gunawijaya, J., & Falahaini, A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Menuju Kota Sehat dan Ramah Anak Berdasarkan Kearifan Lokal. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 200–207. <https://doi.org/doi.org/10.30994/jceh.v4i1.127>
- Solehati, T., Lukman, M., & Kosasih, C. E. (2018). Pendidikan Kesehatan pada Kader dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Perbaikan Gizi Balita. *Media Karya Kesehatan*, 1(1), 101–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/mkk.v1i1.16946>
- Sudiono, J. (2014). *Sistem Kekebalan Tubuh Manusia* (drg. L. Juwono (ed.); Nomor January 2014). Buku Kedokteran EGC. <http://hedisasrawan.blogspot.com/2013/09/sistem-kekebalan-tubuh-manusia-artikel.html>.
- Sumarwati, M., Susmarini, D., Pratama, K. N., & Mulyono, W. A. (2022). Pemberdayaan Kader dalam Upaya Meningkatkan Kesehatan Tulang di Desa Kebumen Baturraden Banyumas. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 86–91. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.8380>.
- Tulloh, R., Ramadan, D. N., & Gusnadi, D. (2020). Aplikasi E-Kms Untuk Pendataan Dan Rekapitulasi Tumbuh Kembang Balita Di Posyandu Mekar Arum 18. *Panrita Abdi - Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 4(2), 216. <https://doi.org/10.20956/pa.v4i2.7761>.
- World Health Organization. (2013). *Scaling up nutrition*.
- Yuniastuti, A. (2014). Peran pangan fungsional dalam meningkatkan derajat kesehatan. *Seminar Nasional Universitas Muhammadiyah Semarang*.

Penulis:

Sutarto, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung. E-mail: sutarto@fk.unila.ac.id

Reni Indriyani, Gizi, Politekkes Tanjungkarang, Lampung. E-mail: reniindriyani@poltekkes-tjk.ac.id

Siwi Meutia Sadewi, Jurusan Kimia, Fakultas Matematik dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lampung. E-mail: siwimutiasadewi@gmail.com

Cindi Pebrianti, Jurusan Kimia, Fakultas Matematik dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lampung. E-mail: pebrianticindi010201@gmail.com

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Sutarto, Indriyani, R., Sadewi, S.M., & Pebrianti, C. (2023). Pemberdayaan Susu Kefir di Posyandu Desa Cipadang Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung. *Jurnal Panrita Abdi*, 7(3), 619-629.