

PENYULUHAN DAN PENDAMPINGAN KELOMPOK PROLANIS TERKAIT KONSUMSI PROBIOTIK BAGI KESEHATAN USUS

Made Bayu Permasutha¹, Ni Luh Putu Pranena Sastri², Nyoman Intan Permatahati Wiguna³

¹Divisi Parasitologi, Departemen Ilmu Biomedis, Fakultas Kedokteran Undiksha; ²Departemen Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran Undiksha; ³Divisi Anatomi, Departemen Ilmu Biomedis, Fakultas Kedokteran Undiksha

Email: bayu.permasutha@undiksha.ac.id

ABSTRACT

The use of probiotics has recently increased and is widely used to maintain intestinal health and as an additional therapy for several types of diseases. Probiotics are microorganisms that can provide benefits if consumed in the right amounts. Probiotics provide many benefits, that is to maintain intestinal health from microorganisms that cause diarrhea. This community service activity aims to provide counseling and assistance to the prolanis group of the Buleleng III Health Center which is located in Penglatan Village, Buleleng Regency, Bali. This activity is able to describe the condition of the knowledge and behavior of members of the prolanis group before and after counseling and mentoring. There was an increase in the knowledge and behavior of the prolanis group and all participants built a shared commitment to maintaining gut health through consuming probiotics.

Keywords: *probiotics, prolanis, intestinal health*

ABSTRAK

Penggunaan probiotik dewasa ini semakin meningkat dan banyak dimanfaatkan untuk menjaga kesehatan usus maupun sebagai terapi tambahan pada beberapa jenis penyakit. Probiotik merupakan suatu mikroorganisme yang dapat memberikan manfaat apabila dikonsumsi dalam jumlah yang tepat. Probiotik sangat memberikan banyak manfaat salah satunya untuk menjaga kesehatan usus dari mikroorganisme penyebab diare. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan suatu penyuluhan dan pendampingan pada kelompok Prolanis Puskesmas Buleleng III yang bertempat di Desa Penglatan, Kabupaten Buleleng, Bali. Kegiatan ini mampu menggambarkan kondisi pengetahuan dan perilaku anggota kelompok prolanis sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan dan pendampingan. Terdapat peningkatan pengetahuan dan perilaku kelompok prolanis serta seluruh peserta membangun komitmen bersama untuk menjaga kesehatan usus melalui konsumsi probiotik.

Kata kunci: *probiotik, prolanis, kesehatan usus*

PENDAHULUAN

Probiotik merupakan suatu mikroorganisme hidup yang dapat memberikan manfaat jika dikonsumsi dalam jumlah yang cukup (Hill C. *et al.*, 2015). Berdasarkan konsensus ISAAP (*International Scientific Association for Probiotics and Prebiotics*) mengusulkan bahwa yang dimaksud dengan probiotik tidak hanya mikroorganisme yang hidup saja, namun merupakan strain yang teridentifikasi dengan baik (*well-defined strains*) (Hill C. *et al.*, 2014). Mikroorganisme yang dimaksud tidak hanya berperan untuk menjaga keseimbangan mikroba usus saja, namun juga

dalam mempertahankan kesehatan usus dan tubuh (C.R. Socol *et al.*, 2010). Mikroorganisme yang dimanfaatkan sebagai produk probiotik sering berasal dari genus *Lactobacillus* dan *Bifidobacterium* namun beberapa produk probiotik dapat berasal dari genus *Bacillus*, *Pediococcus* dan beberapa ragi (C.R. Socol *et al.*, 2010). Pemilihan probiotik sebagai adjuvan terapi, penggunaannya semakin meningkat pada tahun 1999 (Lynne, 2009). Telah diketahui penggunaan probiotik digunakan dalam pengobatan tambahan dari beberapa penyakit gastrointestinal seperti

kolitis, diare infeksius, *antibiotic-associated diarrhea* (AAD), *inflammatory bowel disease* (IBD), serta *irritable bowel syndrome* (IBS) (Elizabeth & Susan, 2010).

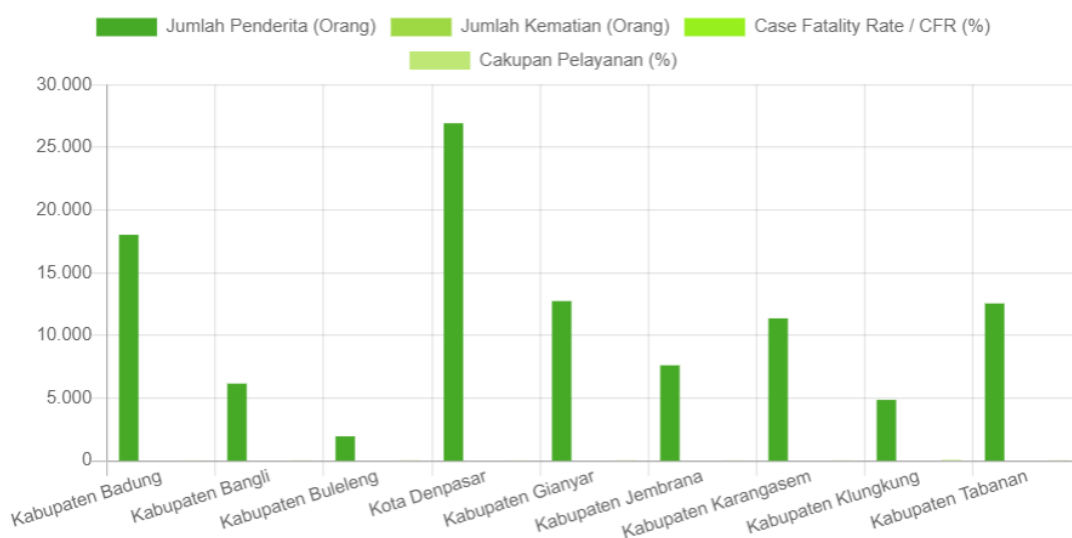
Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), diare ialah buang air besar yang dapat melebihi tiga kali dalam sehari serta berubahnya frekuensi feses menjadi lebih cair (WHO, 2017). Diare menjadi penyebab mortalitas tertinggi setelah pneumonia pada anak di bawah lima tahun. Pada tahun 2018 terdapat 10 kali KLB yang jumlah penderitanya

sekitar 756 orang serta angka mortalitas berjumlah 36 orang (*case fatality rate* (CFR) 4,76%). Menurut Risesdas 2018, proporsi diare yaitu sebesar 8% (semua umur) (Kemenkes RI, 2018).

Data mengenai angka kejadian diare di Bali pada tahun 2021 disajikan pada **Tabel 1** dan **Gambar 1**. Angka kejadian tertinggi didapatkan di Kota Denpasar, cakupan jumlah penderita diare di Buleleng ditemukan sebanyak 1.951 orang. Pada seluruh kabupaten tidak ditemukan angka CFR yang bermakna.

Tabel 1. Angka Kejadian Diare Beberapa Kabupaten di Bali (Tim SPBE Diskominfo Provinsi Bali, 2022)

Kabupaten	Tahun	Jumlah Penderita (Orang)	Jumlah Kematian (Orang)	Case Fatality Rate / CFR (%)	Cakupan Pelayanan (%)
Kabupaten Badung	2021	18.030	0		18,70
Kabupaten Bangli	2021	6.157	0		28,70
Kabupaten Buleleng	2021	1.951	0		32,50
Kabupaten Gianyar	2021	12.742	0		34,20
Kabupaten Jembrana	2021	7.615	0		23,80
Kabupaten Karangasem	2021	11.362	0		26,60
Kabupaten Klungkung	2021	4.857	0		74,47
Kabupaten Tabanan	2021	12.551	0		33,60
Kota Denpasar	2021	26.932	0		18,70
Total		102.197	0	0	32,36



Gambar 1. Grafik Kejadian Diare Beberapa Kabupaten di Bali (Tim SPBE Diskominfo Provinsi Bali, 2022)

Adapun yang menjadi tujuan kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat ini

adalah sebagai berikut.

1. Mengetahui penyakit-penyakit infeksi pada

- usus manusia dan menjaga kesehatan usus.
2. Meningkatkan kewaspadaan mengenai penyakit diare termasuk penyebab diare, gejala yang muncul, serta penanganan awal dan definitif diare.
 3. Memberikan wawasan penggunaan probiotik sebagai suatu modalitas peningkatan kesehatan usus bagi masyarakat.

METODE

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode pendampingan dan penyuluhan bagi seluruh anggota kelompok prolanis. Adapun runtutan kegiatan dijabarkan sebagai berikut.

1. Melakukan pendekatan dan perijinan pada Kepala Puskesmas Buleleng III untuk melakukan kegiatan pendampingan dan penyuluhan terkait probiotik.
2. Penunjukan kepala pokja prolanis dan penentuan daerah prolanis dalam Kawasan kerja Buleleng III yang akan dijadikan sasaran kegiatan.
3. Mempersiapkan materi terkait probiotik, penyakit usus, dan tata laksana diare.
4. Melakukan pendampingan dan penyuluhan disertai dengan senam rutin bagi kelompok prolanis.

Sasaran dalam kegiatan ini adalah kelompok Prolanis Puskesmas Buleleng III yang bertempat di Desa Penglatan, Kabupaten Buleleng, Bali pada Bulan Mei hingga November 2022. Sasaran berjumlah 32 orang anggota kelompok prolanis. Kelompok prolanis dipilih sebagai kelompok sasaran karena pada kelompok ini banyak pasien-pasien yang menderita penyakit kronis (terutama diabetes mellitus) yang dapat menurunkan sistem imunitas salah satunya sistem imun mukosa pada saluran pencernaan. Sehingga pada pasien-pasien ini diberikan suatu edukasi dan pendampingan untuk mengkonsumsi probiotik untuk menjaga kesehatan ususnya maupun sebagai modalitas terapi awal jika terdapat gejala gastrointestinal.

Metode evaluasi dilaksanakan secara langsung pada saat penyuluhan dan pendampingan berlangsung. Metode evaluasi dilakukan dengan cara melihat kedatangan anggota prolanis sesuai dengan jadwal kegiatan yang telah ditentukan. Metode evaluasi juga dilakukan dengan memberikan pertanyaan spontan kepada anggota prolanis Desa Penglatan. Pertanyaan yang diajukan terkait probiotik, kesehatan usus, dan penyakit diare yang dapat terjadi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan dan penyuluhan dilakukan pada tanggal 21 Juni 2022. Penyuluhan dilakukan selama satu hari, namun pendampingan berjalan selama 3 bulan secara daring melalui grup *whatsapp* bersama dengan kader prolanis desa setempat. Penyuluhan satu hari dilakukan dengan pemberian 3 macam materi berupa:

1. Penyakit-penyakit infeksi pada usus manusia dan kiat-kiat menjaga kesehatan usus.
2. Kewaspadaan mengenai penyakit diare termasuk penyebab diare, gejala yang muncul, serta penanganan awal dan definitif diare.
3. Penggunaan probiotik sebagai suatu modalitas peningkatan kesehatan usus bagi masyarakat.

Kegiatan penyuluhan berlangsung di Balai Desa Penglatan, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, Bali. Seusai penyuluhan, dilakukan suatu tanya jawab secara spontan terkait materi-materi yang telah diajarkan. Seluruh peserta terlihat antusias saat pelaksanaan pemberian materi dan tanya jawab berlangsung. Kegiatan ini diikuti oleh seluruh anggota kelompok Prolanis Desa Penglatan. Setelah pemberian materi dan tanya jawab dilanjutkan dengan senam rutin bagi kelompok prolanis. Senam rutin dipandu oleh kader prolanis setempat.

Kegiatan pendampingan berlangsung secara luring melalui media sosial untuk membangun komitmen bersama dalam

menjaga kesehatan usus dan keberlanjutan konsumsi probiotik.



Gambar 2. Penyuluhan pada Kelompok Prolanis



Gambar 3. Senam Rutin Kelompok Prolanis

Kegiatan ini mampu menggambarkan kondisi pengetahuan dan perilaku anggota kelompok prolanis sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan dan pendampingan. Masih banyak dari anggota prolanis nampak masih belum tahu mengenai penggunaan probiotik bagi kesehatan usus dan modalitas tata laksana penyakit-penyakit usus. Di akhir penyuluhan dan pendampingan kelompok prolanis, masing-masing anggota kelompok telah mengetahui manfaat minuman probiotik, antara lain adalah meningkatkan imunitas tubuh melawan bakteri, jamur, dan virus yang hinggap ke tubuh. Selain itu, manfaat minuman probiotik antara lain berguna untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan dengan cara memelihara keseimbangan mikroorganisme baik di dalam usus.

Selama kegiatan pendampingan berlangsung seluruh anggota masih antusias untuk mengetahui produk-produk probiotik serta berkomitmen untuk selalu dapat menjaga kesehatan ususnya dengan mengubah perilaku berisiko dan mengonsumsi probiotik sebagai modalitas untuk menjaga kesehatan ususnya.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan pendampingan pada kelompok prolanis terkait konsumsi probiotik bagi kesehatan usus di Puskesmas Buleleng III berjalan selama 3 bulan menunjukkan hasil yang baik. Kegiatan penyuluhan membawakan 3 materi terkait penyakit infeksi usus dan kiat menjaga kesehatan usus, kewaspadaan diare, serta konsumsi probiotik sebagai suatu modalitas untuk menjaga kesehatan usus. Pendampingan dilanjutkan setelah dilakukannya penyuluhan secara daring dengan tetap berkomunikasi dan membangun komitmen bersama untuk meningkatkan pengetahuan, menghindari perilaku berisiko yang dapat menyebabkan penyakit usus, serta rutin mengonsumsi probiotik untuk kesehatan usus.

DAFTAR RUJUKAN

- C.R. Soccol et al. The Potential of Probiotics, Food Technol. Biotechnol. 2010: 48(4) 413–434
- Elizabeth CV, Susan L. Use of Probiotics in Gastrointestinal Disorders: What to Recommend?. Ther Adv Gastroenterol. 2010; 3(5) 307-319.
- Hill C, Guarner F, Reid G, Gibson GR, Merenstein DJ, Pot B, et al. The International Scientific Association for Probiotics and Prebiotics consensus statement on the scope and appropriate use of the term probiotic. 2015;11
- Hill C. et al. Nat. Rev. Gastroenterol. Hepatol. 11, 506–514 (2014); published online 10 June 2014; doi:10.1038/nrgastro.2014.66
- Kementarian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.
- Lynne V. McFarland. Evidence-based Review of Probiotics for Antibiotic-Associated Diarrhea and Clostridium difficile Infections. Anaerobe. 2009: 274– 280.
- Tim SPBE Diskominfo Provinsi Bali. 2022. Jumlah Penderita dan Kematian Diare Per Kabupaten/Kota. Available from: <https://balisatudata.baliprov.go.id/laporan/jumlah-penderita-dan-kematian-diare-per-kabupatenkota?year=2021>
- World Health Organization. 2017. Diarrhoea Disease. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diarrhoeal-disease>