

## **KIE Probiotik Pangan Lokal serta Manfaatnya di PMB Muzilatul Nisma Kota Jambi**

**Suci Rahmani Nurita<sup>1\*</sup>, Tuhi Perwitasari<sup>2</sup>, Sirly Patriani<sup>3</sup>, Ova Jayanti<sup>4</sup>**

<sup>1-4</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana & Pendidikan Profesi Bidan STIKes Baiturrahim Jambi  
Jl. Prof. DR. M. Yamin SH No.30, Lebak Bandung, Jelutung, Kota Jambi, Jambi 36135, Indonesia

\*Email Korespondensi: [srnurita@gmail.com](mailto:srnurita@gmail.com)

### **Abstract**

*According to the 2018 National Riskesdas Report, the incidence of infectious diseases in infants aged less than 1 year consists of 10.6% diarrhea, 9.4% ISPA, and 3.8% pneumonia. As much as 70% of the body's immune system is affected by the health of the digestive system. One effort to maintain digestive health is to consume food or drinks that contain probiotics. Probiotics can be obtained from local food, namely fermented foods such as tempeh, pickles, tempoyak, tauco and tape. The purpose of implementing this educational activity is to change knowledge about local food probiotics. Community Service Activities will be held on January 13, 2023 beginning with an opening (introduction, time contract, explanation of objectives and materials to be provided and distribution of pre-test questionnaires), followed by educating participants about local food sources of probiotics and their benefits and ending with closing (distribution leaflets, distribution of post-test questionnaires, and distribution of gifts). This activity was attended by approximately 15 participants at PMB Muzilatulnisma. The results of the analysis of the pre and post test questionnaires on 9 participants, there was an increase in the participants' knowledge from before the educational activity and after the educational activity. The results of the evaluation during the educational process were that the participants seemed enthusiastic about the counseling material, the participants listened to the counseling carefully and the participants asked questions related to the material that was not clear. It is hoped that mothers can implement the knowledge gained in order to be able to consume local food sources of probiotics that exist around the community.*

**Keywords:** *local food, maternal and child health, probiotics*

### **Abstrak**

Menurut Laporan Nasional Riskesdas 2018, angka kejadian penyakit infeksi pada bayi usia kurang dari 1 tahun terdiri dari diare 10,6%, ISPA 9,4%, dan pneumonia 3,8%. Sebesar 70% sistem imun tubuh dipengaruhi kesehatan sistem pencernaan. Salah satu upaya untuk menjaga kesehatan pencernaan adalah dengan konsumsi makanan atau minuman yang mengandung probiotik. Probiotik dapat diperoleh dari pangan lokal yakni makanan hasil fermentasi seperti tempe, acar, tempoyak, tauco dan tape. Tujuan pelaksanaan kegiatan edukasi ini adalah perubahan pengetahuan terhadap probiotik pangan lokal. Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 13 Januari 2023 diawali dengan pembukaan (perkenalan, kontrak waktu, penjelasan tujuan dan materi yang akan diberikan dan penyebaran kuesioner *pre test*), dilanjutkan memberi edukasi kepada peserta mengenai pangan lokal sumber probiotik serta manfaatnya dan diakhiri dengan penutupan (pembagian leaflet, penyebaran kuesioner *post test*, dan pembagian bingkisan). Kegiatan ini diikuti kurang lebih 15 orang peserta di PMB Muzilatulnisma. Hasil analisis kuesioner *pre* dan *post test* pada 9 orang peserta, terdapat peningkatan pengetahuan peserta dari sebelum kegiatan edukasi dan setelah kegiatan edukasi. Hasil evaluasi selama proses edukasi berlangsung, peserta tampak antusias terhadap materi penyuluhan, peserta mendengarkan penyuluhan dengan seksama dan peserta mengajukan pertanyaan terkait materi yang kurang jelas. Diharapkan ibu dapat

---

mengimplementasikan pengetahuan yang didapat agar dapat mengkonsumsi pangan lokal sumber probiotik yang ada disekitar masyarakat.

**Kata Kunci:** pangan lokal, probiotik, kesehatan ibu dan anak

## PENDAHULUAN

Masalah gizi yang belum terselesaikan di Indonesia adalah stunting dan gizi kurang. Pada 2013, sebanyak 37,2% balita di Indonesia mengalami *stunting*. Kondisi ini sering kali dianggap normal karena alasan keturunan. Padahal, *stunting* dapat mempengaruhi perkembangan otak, dan mengurangi produktivitas seseorang di usia muda. Tahun 2019 angka stunting di Indonesia mencapai 27,67% dimana angka ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat menurut WHO (>20%)<sup>1</sup>.

Masalah gizi kurang pada balita bukanlah hal yang baru, namun masalah ini tetap aktual, yang dicerminkan dengan masih banyaknya propinsi yang mempunyai prevalensi gizi buruk dan gizi kurang (kekurangan gizi) diatas prevalensi nasional terutama di daerah-daerah yang merupakan kantong kemiskinan. Prevalensi permasalahan gizi di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 terdapat 17,7% kasus balita kekurangan gizi dan jumlah tersebut terdiri dari 3,9% gizi buruk dan 13,8% gizi kurang<sup>1</sup>. Pada Provinsi Jambi (2018), prevalensi kekurangan gizi balita (0-23 bulan) mencapai 13,10% dan prevalensi kekurangan gizi balita (0-59 bulan) mencapai 15,70%<sup>2</sup>.

Berdasarkan UNICEF (1998) terdapat berbagai penyebab timbulnya masalah gizi pada balita. Penyebab *pertama*, sebagai penyebab langsung yaitu makanan anak dan penyakit infeksi, dan *kedua*, penyebab tidak langsung yaitu pola pengasuhan anak, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan dan ketahanan pangan keluarga<sup>3</sup>.

Kejadian sakit akibat berbagai jenis penyakit infeksi masih tinggi. Menurut Laporan Nasional Riskesdas 2018, angka kejadian penyakit infeksi pada bayi usia kurang dari 1 tahun terdiri dari diare 10,6%, ISPA 9,4%, dan pneumonia 3,8%. Pada balita usia 12-23 bulan, kasus diare mencapai 16,6%, ISPA 14,4% dan pneumonia 6%<sup>1</sup>.

Daya tahan tubuh yang lemah menyebabkan seseorang mudah terinfeksi agen penyakit. Sebesar 70% sistem imun tubuh dipengaruhi kesehatan sistem pencernaan. Salah satu upaya untuk menjaga kesehatan pencernaan dapat dilakukan dengan konsumsi makanan atau minuman yang mengandung probiotik<sup>4</sup>. Probiotik merupakan kultur hidup, dapat berupa bakteri, khamir, dan kapang yang jika dikonsumsi dalam jumlah yang cukup mampu memberikan pengaruh positif bagi mikrobiota usus. Probiotik penting untuk melawan patogen dalam saluran pencernaan. Umumnya, mikroba probiotik berasal dari golongan bakteri, khamir, dan jamur atau kapang. Mikroba yang berasal dari golongan bakteri umumnya berasal dari kelompok bakteri *Lactobacillus* spp. Jenis khamir yang biasanya digunakan sebagai probiotik adalah *Saccharomyces cerevisiae* dan jenis jamur atau kapang meliputi *Aspergillus* dan *Rhizopus*<sup>5</sup>.

Makanan atau minuman probiotik yang mengandung bakteri seperti Bakteri Asam Laktat (BAL) menguntungkan bagi saluran pencernaan karena dapat meningkatkan keseimbangan mikroflora usus dan mampu bertahan hidup dalam keasaman lambung sehingga dapat menempati usus dalam kuantitas yang cukup besar. Diketahui juga berdasarkan hasil penelitian bahwa produk probiotik dapat menghambat bakteri patogen dan melakukan metabolisme terhadap laktosa sehingga bermanfaat bagi penderita intoleransi laktosa. Bakteri menguntungkan yang terdapat dalam produk probiotik dapat menjaga keseimbangan mikroflora dalam usus dengan menekan pertumbuhan bakteri

---

patogen. Berdasarkan hal itu, makanan/minuman probiotik ini dapat mencegah gangguan pencernaan seperti tipes, diare, dan disentri yang sering dialami masyarakat Indonesia <sup>6</sup>.

Pada tubuh manusia, probiotik akan bertahan di saluran pencernaan terutama usus besar. Mikroba ini diketahui memiliki beberapa peran penting, yaitu mendukung pertumbuhan bakteri menguntungkan dengan menghambat pertumbuhan bakteri patogen melalui kompetisi ruang dan nutrisi, membantu pencernaan makanan dan absorpsi obat, serta memproduksi vitamin yang diperlukan tubuh. Konsumsi probiotik terbukti dapat mencegah berbagai penyakit, seperti diare, konstipasi, eczema, kolesterol, dan infeksi saluran kemih <sup>7</sup>. Probiotik dapat diperoleh dari sumber bahan pangan baik pangan hewani seperti daging, pangan nabati seperti sayuran atau produk olahan pangan seperti sosis dan produk fermentasi lainnya. Probiotik dapat diperoleh dari makanan dan minuman fermentasi seperti yogurt, tempe, kecap, kimchi, susu kefir, dan tape atau dalam bentuk suplemen <sup>5</sup>.

Pangan lokal yang kaya akan probiotik dapat dijumpai pada makanan sehari-hari. Tempe merupakan makanan fermentasi tradisional Indonesia dari bahan baku kedelai dan dikenal sebagai hasil fermentasi kapang. Fermentasi tempe melibatkan komunitas mikroba yang kompleks, berkembang sejak awal proses perendaman dan mencapai jumlah maksimum pada tempe segar. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa bakteri asam laktat dan kapang merupakan mikroba yang dominan pada tempe dalam jumlah tinggi <sup>8</sup>.

Tape merupakan makanan fermentasi tradisional dengan rasa manis, asam dan alkohol yang terbuat dari bahan baku singkong, ketan dan bahan-bahan lain dengan menggunakan ragi sebagai kultur starter yang berisi kapang, khamir dan bakteri. BAL yang ditemukan pada tape ketan dan tape singkong terdiri atas tiga jenis yaitu *Kluyveromyces fragilis*, *Candida utilis* dan *Saccharomyces cerevisiae* <sup>8</sup>.

Acar adalah suatu produk yang mempunyai cita rasa khas yang dihasilkan dari proses fermentasi bakteri asam laktat. Acar digunakan dengan menggunakan proses fermentasi anaerob agar tidak terjadi proses pembusukan. Acar yang difermentasi dengan garam juga mengandung probiotik. Terdapat berbagai jenis acar yang biasa dikonsumsi seperti acar timun, acar lobak, dsb. Jenis bakteri asam laktat yang terdapat pada acar ketimun dapat berperan sebagai agen probiotik adalah *Lactobacillus plantarum* dan *Lactobacillus reuteri*. Karakteristik pada tiap-tiap jenis bakteri asam laktat tersebut secara umum memiliki ciri dan sifat gram positif, katalase negatif, tidak berbentuk spora, secara umum tidak motil tetapi ada beberapa yang motil. Karakteristik khusus yang dimiliki *Lactobacillus plantarum* dan *Lactobacillus reuteri* berbentuk batang (basil). Selain itu berdasarkan tipe fermentasinya *Lactobacillus plantarum* merupakan heterofermentatif dan *Lactobacillus reuteri* merupakan homofermentatif <sup>9</sup>.

Tempoyak adalah sejenis makanan fermentasi spontan tradisional yang dibuat dari durian (*Durio zibethinus*) oleh mikroorganisme liar yang merupakan salah satu makanan kearifan lokal daerah Jambi. Rasa asam tempoyak dikaitkan dengan asam yang dihasilkan oleh Bakteri Asam Laktat (BAL) selama fermentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bakteri asam laktat yang diisolasi dari tempoyak asal Jambi menunjukkan karakteristik koloni berbentuk bulat dan berwarna putih susu, gram positif (+), reaksi katalase negatif, isolat bakteri asam laktat berbentuk batang dan mampu tumbuh pada suhu kamar selama 6 jam penyimpanan saja <sup>10</sup>.

Tauco adalah produk bumbu makanan tradisional Indonesia yang terbuat dari kedelai diolah dengan proses fermentasi dengan penambahan larut tempe yang mengandung spora *Rhizopus oligosporus*, *Rhizopus oryzae* dan *Aspergillus oryzae* dan dilanjutkan dengan fermentasi garam 10%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 7 jenis BAL yang berhasil diisolasi dari tauco pada proses fermentasi dalam larutan garam. Jumlah total

---

koloni BAL tertinggi ditemukan pada minggu ke tiga ( $19.7 \times 10^6$  CFU/g) dan terendah pada minggu ke delapan ( $0.5 \times 10^6$  CFU/g) <sup>11,12</sup>.

Probiotik yang didapat oleh ibu menyusui dari konsumsi pangan lokal yang dimakan sehari-hari, tidak hanya baik untuk kesehatan saluran cerna ibu tetapi juga baik untuk kesehatan saluran cerna bayi-balitanya dari proses menyusui. Hal ini diperkuat dari hasil penelitian dimana ASI yang diambil dari 28 ibu menyusui yang baru melahirkan di daerah Bogor mengandung *Lactobacillus* antara 2700 – 13.000 CFU/ml, *Bifidobacterium* antara 1400 – 27.000 CFU/ml dan total bakteri asam laktat antara 5.000 – 46.000 CFU/ml ASI. Dengan jumlah bakteri asam laktat tersebut, dapat diperkirakan seorang bayi setiap hari paling tidak memperoleh asupan sel bakteri asam laktat yang telah teradaptasi dengan gizi ibunya, sekitar 500 ribu sampai 5 juta sel. Jumlah ini sangat berarti bagi inisiasi kolonisasi bakteri menguntungkan pada bayi dan berkontribusi terhadap kesehatan bayi. Beberapa bakteri asam laktat yang berasal dari ibu menyusui di Bogor memiliki potensi sebagai probiotik <sup>13</sup>.

Tangapo & Mambu melakukan kegiatan pengabdian yang bermaksud memberikan pengetahuan tentang peranan mikroorganisme probiotik dan pembuatan minuman probiotik sederhana (yogurt) pada kelompok ibu rumah tangga di kelurahan Banjer Kota Manado. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan para ibu rumah tangga tentang probiotik dimana awalnya sebagian besar kurang mengenal dan tidak mengetahui tentang probiotik. Peningkatan keterampilan juga ditunjukkan oleh para ibu rumah tangga yang mampu membuat yogurt secara sederhana sebagai salah satu contoh minuman probiotik <sup>14</sup>.

Yunianto, dkk melakukan pengabdian pada kader posyandu di kecamatan Tawang dengan cara pemberian materi mengenai pangan fungsional (tempe dan oncom) dalam meningkatkan imunitas tubuh serta demo masak cara pengolahan kedua bahan tersebut. Hasil pemberian edukasi pangan fungsional dengan media penyuluhan dan demo masak dapat meningkatkan pengetahuan para kader posyandu <sup>15</sup>.

Praktik Mandiri Bidan (PMB) Muzilatunisma adalah salah satu PMB yang terletak di Perumahan Grand Namura Lorong Pepaya Blok F 06 Kenali Asam Atas Kota Baru Jambi. Bidan tersebut telah menamatkan pendidikan DIII Kebidanan, melanjutkan pendidikan DIV Bidan Pendidik dan Magister Kesehatan. Pelayanan kebidanan yang diberikan meliputi pelayanan antenatal, intranatal, postnatal, bayi balita, kontrasepsi, sunat modern bahkan pelayanan kebidanan komplementer seperti *baby and mom spa*, *hypnobirthing*, *baby massage*, dsb. Bidan tersebut aktif mengikuti kegiatan seminar dan pelatihan terkait kesehatan ibu dan anak serta kebidanan terkini khususnya kebidanan komplementer.

Berdasarkan data yang didapatkan di lapangan per September 2022, didapatkan sebanyak 50 orang ibu bayi balita yang mengakses pelayanan di PMB tersebut. Hasil wawancara secara personal pada bidan, rata-rata ibu bayi-balita tersebut memberikan ASI secara eksklusif pada bayinya namun belum semuanya mengetahui bahwa ASI terutama kolostrum mengandung mikrobiota jenis bakteri baik yang bermanfaat untuk kesehatan saluran pencernaan bayi. Belum semuanya mengetahui jenis pangan lokal sebagai sumber probiotik yang dapat meningkatkan jumlah bakteri baik yang dapat bermanfaat untuk kesehatan saluran cerna ibu dan bayi balita.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu menciptakan media edukasi yang informatif dalam menyampaikan pesan, memberikan edukasi kesehatan tentang pangan lokal sumber probiotik dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan selama 6 bulan dari bulan September 2022-Februari 2023 di PMB Muzilatul Nisma. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah bidan dan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB Muzilatul Nisma. Adapun kontribusi peserta dalam pengabdian masyarakat ini adalah menjadi peserta kegiatan pengabdian, mengikuti dari awal hingga akhir kegiatan edukasi, mengikuti *pretest & posttest* dan menjadi fasilitator bagi ibu lainnya.

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Kegiatan awal/persiapan
  - a. Mengkaji dan menganalisis data
  - b. Mengidentifikasi masalah
  - c. Menyusun usulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat
  - d. Menyusun bahan materi untuk disampaikan kepada sasaran
  - e. Mengurus izin lokasi pengabdian kepada masyarakat
2. Pelaksanaan kegiatan
  - a. Perkenalan antara pemberi materi dengan sasaran.
  - b. Penjelasan kegiatan dan tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan
  - c. Melaksanakan pemberian edukasi dengan menggunakan media PPT dan leaflet edukasi di PMB.
  - d. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya tentang materi yang diberikan dan memberi penjelasan dari pertanyaan yang diajukan.
  - e. Penutupan.
3. Penyusunan dan penyerahan laporan
  - a. Mengolah dan menganalisis data hasil *pretest & posttest*.
  - b. Menyusun laporan akhir pengabdian masyarakat dan membuat draft publikasi jurnal
  - c. Mengumpulkan dokumentasi dan lampiran yang mendukung (daftar hadir, foto-foto dan surat-surat)
  - d. Menyerahkan laporan kepada tim PPPM.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat dimulai dari mengkaji dan menganalisis data yang didapatkan dari PMB Muzilatul Nisma dilanjutkan dengan mengidentifikasi masalah untuk menentukan kegiatan yang akan diberikan. Kemudian menyusun bahan dan materi edukasi untuk disampaikan kepada sasaran. Selanjutnya mengurus izin lokasi pengabdian masyarakat kepada pimpinan PMB tersebut. Pelaksanaan kegiatan bertempat di wilayah PMB Muzilatul Nisma Kota Jambi dengan kegiatan pemberian edukasi dan penyebaran leaflet edukasi. Setelah itu dilakukan penyusunan laporan kegiatan, publikasi jurnal ilmiah dan pengurusan HKI media edukasi.



Gambar 1. Media edukasi

Sebelum mendapatkan materi, sebagian besar peserta kegiatan belum mengetahui dan memahami tentang makanan lokal sumber probiotik yang sering dijumpai masyarakat sehari-hari. Hasil analisis data kuesioner pengetahuan *pre-test* dan *post-test* dari 9 orang peserta didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Perubahan Pengetahuan Peserta Pre dan Post Edukasi

| No | Peserta | KIE probiotik dari pangan lokal serta manfaatnya |                  | Beda/Selisih |
|----|---------|--------------------------------------------------|------------------|--------------|
|    |         | <i>Pre Test</i>                                  | <i>Post Test</i> |              |
| 1  | RA      | 6                                                | 13               | 7            |
| 2  | NH      | 6                                                | 14               | 8            |
| 3  | DM      | 7                                                | 15               | 8            |
| 4  | PH      | 8                                                | 15               | 7            |
| 5  | DF      | 6                                                | 14               | 8            |
| 6  | RF      | 6                                                | 15               | 9            |
| 7  | PL      | 6                                                | 15               | 9            |
| 8  | IR      | 7                                                | 15               | 8            |
| 9  | AK      | 8                                                | 15               | 7            |
|    | Jumlah  | 60                                               | 131              | 71           |

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat terjadi peningkatan pengetahuan peserta kegiatan dilihat dari beda/selisih hasil *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner pengetahuan *pre* dan *post test* berisi 15 butir pertanyaan yang memuat pertanyaan terkait probiotik dari pangan lokal serta manfaatnya

---

Sebelum mendapatkan materi, sebagian besar peserta kegiatan belum mengetahui bahwa ASI terutama kolostrum mengandung mikrobiota jenis bakteri baik yang bermanfaat untuk kesehatan saluran pencernaan bayi. Belum semuanya mengetahui jenis pangan lokal sebagai sumber probiotik yang dapat meningkatkan jumlah bakteri baik bermanfaat untuk kesehatan saluran cerna ibu dan bayi balita. Selama kegiatan berlangsung, peserta mendapat materi edukasi mengenai pengertian probiotik, manfaat probiotik bagi kesehatan ibu dan anak, makanan-minuman sumber probiotik, contoh-contoh pangan lokal sumber probiotik. Peserta juga mendapat kesempatan berdiskusi untuk memperdalam pemahaman terkait topik yang disampaikan.

Hasil analisis data kuesioner pengetahuan *pre* dan *post*, didapatkan terdapat beda/selisih 7-9 poin dari hasil *pretest* dan *posttest* artinya peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberi edukasi.

Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang luas khususnya tentang kesehatan maka seseorang itu akan cenderung dan senantiasa meningkatkan kesehatan diri, keluarga dan lingkungannya <sup>16</sup>.

Pengetahuan didefinisikan sebagai hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku terbuka (*overt behavior*). Perilaku yang didasari pengetahuan umumnya akan bersifat langgeng. Notoatmodjo menyatakan pengetahuan mempunyai hubungan yang erat dengan tingkat pendidikan. Pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang membentuk persepsi seseorang, pendidikan yang tinggi cenderung membuat seseorang lebih mudah menerima ide atau teknologi baru dan cenderung mampu melihat prospek pengembangan di dalam suatu bidang tertentu <sup>15</sup>.

Faktor pendidikan ibu yang lebih tinggi cenderung pengetahuan ibu juga semakin luas. Sebagian peserta edukasi memiliki tingkat pendidikan mayoritas adalah SMA atau sederajat. Hanya 2 orang yang setingkat S1 dan 1 orang yang setingkat SMP/sederajat. Menurut asumsi penulis tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan ibu dalam menyerap informasi kesehatan terkait kesehatan ibu dan anak terutama mengenai pangan lokal sebagai sumber probiotik dan manfaatnya sehingga diharapkan dapat memiliki perilaku yang baik dalam mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh ibu dan bayi.

Notoatmodjo menyatakan bahwa pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan dan perilaku seseorang <sup>15</sup>. Adanya pengetahuan akan menimbulkan kesadaran seseorang yang akhirnya memicunya untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya tersebut. Melalui edukasi yang diberikan, peserta mengetahui bahwa ASI terutama kolostrum mengandung mikrobiota jenis bakteri baik yang bermanfaat untuk kesehatan saluran pencernaan bayi dan mikrobiota tersebut bersumber dari makanan pangan lokal sumber probiotik yang dikonsumsi ibu sehari-hari. Pengetahuan ini diharapkan memunculkan kesadaran pada ibu hamil untuk senantiasa mengkonsumsi pangan lokal sumber probiotik baik selama kehamilan dan masa nifas/menyusui serta memberikan ASI secara eksklusif mulai dari kolostrum hingga 2 tahun sebagai sumber probiotik bagi bayi baru lahir.



Gambar 2. Pemberian edukasi



Gambar 3. Pengisian Kuesioner



Gambar 4. Pemberian Cenderamata



Gambar 5. Foto Bersama

## KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan di PMB Muzilatul Nisma maka dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan yang baik pada sasaran mengenai probiotik pangan lokal dan manfaatnya. Bagi Ibu diharapkan dapat mengimplementasikan pengetahuan yang didapat agar dapat mengkonsumsi pangan lokal sumber probiotik baik selama kehamilan, nifas dan menyusui. Bidan atau nakes lain diharapkan dapat mengadakan edukasi lanjutan dan kontinu terkait probiotik dan manfaatnya untuk kesehatan ibu dan anak. STIKes Baiturrahim Jambi diharapkan memotivasi dosen untuk melakukan kegiatan tridarma perguruan tinggi khususnya untuk memberikan penyuluhan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu menjadi lebih positif sehingga meningkatkan perilaku kesehatan masyarakat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Ketua STIKes Baiturrahim Jambi (STIKBA), Ketua P3M STIKBA, segenap pimpinan dan pegawai PMB Muzilatul Nisma yang telah memfasilitasi dan memberi dukungan bagi kegiatan pengabdian masyarakat ini baik secara materil, moril dan administratif.

Terimakasih kepada Ibu hamil dan Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana STIKes Baiturrahim yang terlibat aktif dan membantu pelaksanaan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini bisa berjalan lancar sesuai harapan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
2. Badan Pusat Statistik. (2018). *Prevalensi Balita Gizi Kurang Menurut Provinsi di*

- 
- Indonesia (PSG) 2016-2018. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1773/1/prevalensi-balita-gizi-kurang-menurut-provinsi-di-indonesia-psg-.html>
3. Atmarita. (2006). Mampukan Indonesia Bersepakat untuk Melakukan Peningkatan Sumberdaya Manusia (SDM) yang Cerdas dan Berkualitas. *Gizi Indonesia*, 29 (1): 47-57
  4. Vighi, G., Marcucci, F., Sensi, L., Di Cara, G., & Frati, F. (2008). Allergy and the gastrointestinal system. *Clinical & Experimental Immunology*, 153, 3-6.
  5. Winarno, F. (2020). *Peran Pangan Bagi Kesehatan Mikrobiota Usus Antibodi dan Imunitas*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
  6. Rusilanti. (2006). "Aspek Psikososial, Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan, Status Gizi dan Pengaruh Susu Plus Probiotik *Enterococcus faecium* IS-27526 (MEDP) terhadap Respons Imun IgA Lansia." Disertasi, GMK, Sekolah Pascasarjana, IPB, Bogor.
  7. Schettler, L., PA-C dan Peter A., Lio. 2013. Probiotics: The Search for Bacterial Balance. <https://nationaleczema.org/>.
  8. Panjaitan, R., Nuraida, L., & Dewanti-Hariyadi, R. (2018). Seleksi isolat bakteri asam laktat asal tempe dan tape sebagai kandidat probiotik. *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*, 29(2), 175-184.
  9. Surbakti, F., & Hasanah, U. (2019). Identifikasi dan Karakterisasi Bakteri Asam Laktat pada Acar Ketimun (*Cucumis sativus* L.) sebagai Agensi Probiotik. *Jurnal Teknologi Pangan dan Kesehatan (The Journal of Food Technology and Health)*, 1(1), 31-37.
  10. Mardalena, M. (2016). Fase Pertumbuhan Isolat Bakteri Asam Laktat (BAL) Tempoyak Asal Jambi yang Disimpan Pada Suhu Kamar. *Jurnal Sain Peternakan Indonesia*, 11(1), 58-66.
  11. Maulidianto, M. R. (2021). *Isolasi dan Identifikasi Bakteri Asam Laktat pada Tauco Saqa (Adenanthera Pavonina L) Selama Proses Produksi* (Doctoral dissertation, Institut Teknologi Indonesia).
  12. Indriani, Y. (2009). Studi Viabilitas Bakteri Asam Laktat pada Fermentasi Tauco dalam Larutan Garam.
  13. Nuraida, Lilis. (2019). Probiotik Lokal Dan Pangan Fermentasi Tradisional Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Di Indonesia: Peluang Dan Tantangan Pengembangannya
  14. Tanggapo, A. M. & Mambu, S.M. (2019). Edukasi Mengenai Pentingnya Konsumsi Probiotik Untuk Peningkatan Kesehatan Pada Kelompok Wanita di Kelurahan Banjer Kecamatan Tikala Kota Manado. *VIVABIO: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, (3), 13-17.
  15. Yunianto, A. E. dkk., (2021). Edukasi Gizi Pangan Fungsional Berbasis Pangan Lokal Sebagai Upaya Peningkatan Imunitas Tubuh Dalam Pencegahan Covid-19. *Qardhul Hasan: Media Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(2), 122-126.
  16. Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu perilaku kesehatan. *Jakarta: rineka cipta*, 200, 26-35.