
Peningkatan Kesehatan dan Kemandirian Ekonomi Santri melalui Yogurt Sedot Sehat

Hilda Mazarina Devi^{1*}, Yanti Rosdiana², Fikka Kartika Widyastuti³, Indra Ahmad Sujana⁴, Graccelya Angel Kitu⁵

^{1,2,5}Prodi Keperawatan, FIKes, Universitas Tribhuwana Tungadewi, 65144, Jawa Timur, Indonesia

³Prodi Teknik Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Tribhuwana Tungadewi, 65144, Jawa Timur, Indonesia

⁴Prodi Teknologi Industri Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Tribhuwana Tungadewi, 65144, Jawa Timur, Indonesia

*Email Korespondensi: hilda.mazarina@unitri.ac.id

Abstract

A social welfare institution functions as a substitute for parents or guardians by fulfilling the physical, mental, and social needs of the children under its care, while also promoting activities that foster economic independence. A community service initiative, implemented through a series of workshops on the production of Healthy Squeezable Yogurt, was designed to strengthen partnerships that support both the health and economic sustainability of the institution. The program was conducted over a one-year period, with intensive mentoring provided for three months from July to September 2024 targeting caregivers and 55 residents of the Sunan Ampel Orphanage in Malang City. The mentoring sessions covered several key areas, including production, consumption, packaging, and marketing. After three months of implementation, 80% of the students were reported to consume yogurt regularly, while 91% experienced no health-related problems. Furthermore, the students demonstrated the ability to produce yogurt independently and accurately. It is recommended that the product packaging be further enhanced to increase its visual appeal, that marketing efforts be expanded through social media platforms, and that regular cooking shifts be established to promote the long-term business sustainability.

Keywords: *economy, health, santri, yogurt.*

Abstrak

Panti sosial asuhan merupakan lembaga pelayanan pengganti orang tua atau wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh serta bertugas memperkenalkan berbagai kegiatan yang menunjang kemandirian dalam ekonomi. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa rangkaian pelatihan pembuatan YOSS (Yogurt Sedot Sehat) diarahkan sebagai upaya pemberdayaan kemitraan penunjang kesehatan dan penguatan ekonomi panti. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan selama 1 tahun dengan pendampingan aktif selama 3 bulan yakni bulan Juli hingga September 2024 pada pengasuh dan 55 santri yang tinggal dan menetap di Panti Asuhan Sunan Ampel Kota Malang (PASA). Pendampingan diberikan dari sisi produksi, konsumsi hingga pengemasan dan pemasaran. Setelah pelaksanaan selama 3 bulan, yogurt dikonsumsi rutin oleh 80% santri. Sebanyak 91% santri tidak mengalami keluhan kesehatan, serta para santri telah mampu memproduksi yogurt secara mandiri dengan baik dan benar. Direkomendasikan untuk memperbaiki pengemasan secara menarik, dipasarkan melalui media sosial serta melakukan kegiatan piket memasak berkala untuk pengembangan usaha panti yang berkelanjutan.

Kata Kunci: *ekonomi, kesehatan, santri, yogurt.*

PENDAHULUAN

Panti Asuhan Sunan Ampel (PASA) Malang merupakan salah satu panti asuhan di Kota Malang, yang pada mulanya berdiri di bawah bendera Fatayat dan Muslimat NU Kota Malang dan telah didirikan sejak 1968. Panti asuhan atau disebut juga panti sosial asuhan anak merupakan salah satu organisasi sosial, bukan organisasi bisnis, dimana organisasi ini tidak mengharapkan keuntungan dalam bentuk materi¹. Anak-anak yatim, yatim piatu, anak-anak terlantar dan orang yang tidak mampu dari segi ekonomi bernaung di lembaga sosial ini. Selain mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak terlantar, panti sosial asuhan juga diharapkan dapat memberikan pelayanan pengganti orang tua/wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh, termasuk memperkenalkan berbagai kegiatan yang menunjang kemandirian dalam ekonomi². Bersama 55 santri, PASA mempunyai inisiasi, saling membantu dan bekerjasama berbagi tugas dalam merawat dan manghidupkan berbagai kegiatan dalam panti.

Yoghurt Sedot Sehat (YOSS) adalah produk yang dihasilkan melalui proses fermentasi susu sapi dengan menggunakan bakteri baik. Fermentasi gula dalam susu (laktosa) yang akan menghasilkan asam laktat, yang berperan dalam protein susu untuk menghasilkan tekstur kental dan aroma unik rasa asam yang khas pada yoghurt³. Pembuatan yoghurt sendiri memiliki prinsip yaitu susu difermentasi dengan menambahkan *Lactobacillus bulgaricus* dan *Streptococcus thermophiles* yang dicampurkan ke dalam susu, hingga menghasilkan bentuk yang kental⁴. Pengabdian masyarakat berupa pelatihan pembuatan YOSS diarahkan sebagai upaya penguatan ekonomi panti. Dari hasil wawancara dengan pengelola panti, para pengabdi menangkap keseriusan dari pihak panti untuk memiliki kebermanfaatan bagi sesama. Pihak panti sangat antusias dan menyambut hangat program yang ditawarkan oleh pengabdi.

Dari segi produksi dan manajemen usaha yang dilakukan secara mandiri oleh anak-anak panti bersama dengan para pengasuh, didampingi dengan ilmu yang didapatkan dari pengabdi. Saat pelatihan pembuatan YOSS, anak-anak panti langsung dilibatkan melakukan praktek membuat yogurt di depan para pengabdi, YOSS yang sudah jadi dibekukan dalam freezer selama 24 jam sebelum dikonsumsi sebagai minuman sehat yang rutin. Selain itu santri juga di dampingi dalam segi pengemasan dan pemasaran sehingga menjadi pemasukan ekonomi mandiri bagi lembaga.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan selama 1 tahun dengan pendampingan aktif selama 3 bulan yakni bulan Juli hingga September 2024. Selain produksi kegiatan pelatihan juga diberikan secara bertahap yakni pemberian materi mengenai manfaat yogurt bagi kesehatan. Pelatihan kedua mengenai analisa kelayakan usaha YOSS dan ditutup dengan pelatihan pemasaran produk usaha dengan menggunakan media sosial.

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini mencakup 2 tujuan yakni (1) status kesehatan santri dapat terjaga, jumlah anak yang mengalami sakit selama 3 bulan konsumsi yogurt rutin berkurang hingga 30% (2) terciptanya produk yogurt sedot sehat (YOSS) yang dapat diproduksi secara mandiri oleh santri, dipasarkan, bernilai jual dan menambah pemasukan kas panti.

METODE

Metode Pelaksanaan untuk masalah kesehatan santri:

1. Pendampingan pembuatan produk YOSS yang dapat menjadi konsumsi rutin santri selama 3 bulan.
Santri dan pengasuh ikut dilibatkan dalam proses produksi YOSS hingga pemasaran. Tim produksi terdiri atas 17-18 santri dan 2 pengasuh. Tim produksi sebanyak 5 santri, tim pengemasan 5 santri, pemasaran 7-8 santri. Setiap bulan tim ini bergantian sehingga seluruh santri berkesempatan untuk menjadi tim produksi, pengemasan dan pemasaran selama 3 bulan. Kegiatan produksi dilaksanakan setiap 2 minggu sekali dengan total produksi yogurt yang dihasilkan mencapai 90 liter yang terdiri dari 30 liter untuk dikonsumsi per minggu, dan 60 liter dikemas dalam plastik berukuran 45 ml. Kegiatan pendampingan juga disertai pelatihan bertahap sebanyak 1 kali per bulan dengan topik pertama adalah manfaat yogurt bagi kesehatan. Topik kedua adalah analisa usaha produksi yogurt dan topik ketiga adalah pelatihan pemasaran produk menggunakan sosial media. Digital marketing atau pemasaran online dapat meningkatkan penjualan produk yogur rumahan lebih luas, serta tidak terikat waktu seperti penjualan konvensional yang dilaksanakan secara langsung⁵.
2. Pemeriksaan kesehatan rutin untuk mengukur kondisi kesehatan santri yang dilaksanakan sebanyak 2 kali yakni pada bulan Juli 2024 dan akhir September 2024. Pemeriksaan kesehatan dilakukan oleh mahasiswa keperawatan dengan mengaplikasikan pengetahuan terkait pemeriksaan kesehatan dasar meliputi keluhan kesehatan santri, berat badan dan tinggi badan serta pemeriksaan tanda-tanda vital seperti tekanan darah, nadi, suhu, dan frekuensi pernafasan. Kegiatan pemeriksaan kesehatan perlu untuk dilaksanakan mengingat santri memiliki aktivitas yang padat dalam kegiatan mencari ilmu, sehingga kurang waktu istirahat, pola makan tidak teratur dan aktivitas fisik yang kurang meningkatkan resiko terjadinya penyakit dan kesakitan⁶.

Metode pelaksanaan untuk masalah pemberdayaan ekonomi santri, terdiri atas:

1. Penyediaan alat produksi seperti kompor, tabung gas, freezer dan kulkas *display*.
2. Penyediaan bahan baku pembuatan YOSS yakni susu UHT fullcream, starter bakteri, gula, buah-buahan, susu kental manis, plastik pembungkus, dan bahan habis pakai lainnya.
3. Pembuatan produk YOSS secara mandiri oleh santri dan pengasuh yang terbagi menjadi 6 tahapan proses produksi, fermentasi, pengemasan, penyimpanan, hingga konsumsi dan pemasaran.
4. Kegiatan produksi YOSS melibatkan mahasiswa jurusan Teknologi Industri Pertanian sehingga dapat mengaplikasikan pengetahuan mengenai pembuatan yogurt dengan baik dan benar serta melakukan pendampingan dalam proses produksi, konsumsi, pengemasan hingga pemasaran YOSS.
5. Mahasiswa jurusan Keperawatan yang dilibatkan dalam kegiatan edukasi konsumsi yogurt sebagai sumber probiotik yang baik bagi pencernaan bagi para santri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemberdayaan kemitraan masyarakat dengan tujuan meningkatkan kesehatan dan kemandirian santri Panti Asuhan Sunan Ampel Kota Malang melalui produksi, konsumsi dan penjualan Yogurt Sedot Sehat (YOSS) telah dilaksanakan selama 3 bulan sejak bulan Juli hingga September 2024.

Data studi pendahuluan pada bulan Oktober 2023 terhadap keseluruhan santri, terdapat sebanyak 22 orang (51%) santri sering mengalami masalah kesehatan batuk dan pilek, 3 orang santri (6,9%) pernah dirawat karena demam berdarah, 1 orang santri memiliki riwayat asma (0,2%) dan sisanya (41,9%) menyatakan tidak pernah merasakan sakit sepanjang 6 bulan terakhir. Sebagian besar penyakit yang dialami santri akibat rendahnya imunitas tubuh⁷. Nadhiroh dkk (2021) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan anak usia sekolah khususnya yang bermukim di dalam pesantren adalah kebersihan pribadi, pola istirahat, pola makan, pola aktivitas fisik, manajemen stress serta perilaku merokok⁶.

Pelaksanaan pendampingan dilakukan selama tiga bulan terhitung dari September 2024, jumlah santri yang mengalami masalah kesehatan menurun dengan cukup signifikan setelah konsumsi rutin setiap 2 minggu. Hal ini ditunjukkan nampak pada santri yang mengalami gangguan pencernaan atau keluhan Kesehatan lainnya berkurang hanya sebanyak 5 anak (9%). Berdasarkan pengukuran BMI diketahui terdapat peningkatan jumlah anak dengan proporsi berat badan dan tinggi badan normal (87%) dengan sebanyak 50 anak (90%) tidak memiliki keluhan kesehatan bermakna dalam 3 bulan terakhir. Yogurt diketahui merupakan makanan sehat yang tinggi kalori dan mengandung serat^{8,9,10}. Kadar karbohidrat dalam yogurt sendiri sebagian besar berbentuk laktosa (gula susu) dan gula tambahan yang cukup mudah dicerna dan diubah menjadi energi oleh tubuh¹¹. Terlebih dalam kondisi anak usia sekolah yang membutuhkan energi tinggi untuk mendukung aktivitas fisik, konsentrasi, dan pertumbuhan¹². Karbohidrat dalam yogurt menyediakan energi cepat untuk menunjang kegiatan sehari-hari seperti belajar, kegiatan mengaji dan bermain anak-anak yang tinggal di dalam pesantren. Kadar karbohidrat yang terkontrol dalam yogurt mengurangi risiko asupan gula berlebih yang sering ditemukan pada makanan ringan manis sehingga sangat baik dalam mencegah obesitas dan masalah kesehatan lainnya¹³.

Pada akhir kegiatan pendampingan diketahui para santri sudah dapat mandiri memproduksi YOSS dengan baik dan benar. Kegiatan produksi YOSS dilaksanakan secara bergantian dengan pendampingan mahasiswa jurusan TIP (Teknologi Industri Pertanian) Universitas Tribhuwana Tunggaladewi. Proses fermentasi dilaksanakan di PASA selama 24 – 48 jam sehingga menghasilkan rasa yogurt yang asam dengan tekstur yang kental¹⁴.



Gambar 1. Proses memasak YOSS didampingi oleh mahasiswa Teknologi Industri Pangan

Yogurt yang sudah difermentasi dengan tekstur yang kental kemudian di lakukan penambahan air gula atau sirup, maupun topping seperti susu kental manis dan aneka buah-buahan seperti buah naga, pisang atau melon untuk memperkaya nilai gizi¹⁵. Yogurt kemudian dikemas sendiri oleh para santri (Gambar 2).



Gambar 2. Pengemasan YOSS sebelum dijual maupun dikonsumsi secara mandiri

Yogurt yang sudah dikemas kemudian diantarkan pada warung yang ada disekitar panti Asuhan, juga dipasarkan di Kantin UNITRI, Koperasi Pegawai (Unitrimart) serta menerima pesanan secara online. Harga jual YOSS sebesar Rp 2000,00 per pcs nya.



Gambar 3. Pemasaran YOSS pada salah satu warung di sekitar Panti

Secara keseluruhan implementasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah terselesaikan dengan baik dan lancar ditunjukkan dengan tercapainya beberapa luaran sebagai berikut:

1. Yogurt dikonsumsi rutin sekurangnya pada 80% santri yang tinggal di dalam panti selama 3 bulan
2. Sekurangnya 91% santri tidak mengeluh sakit dan memiliki status kesehatan yang baik selama 3 bulan pelaksanaan pendampingan produksi yogurt
3. Telah tersedia alat dan bahan produksi yogurt yang sesuai standar³
4. Produksi YOSS dilaksanakan secara rutin (30 Liter dikonsumsi mandiri, 60 Liter dipasarkan, @45ml) selama 3 bulan.

5. Perputaran uang selama proses penjualan menghasilkan pemasukan kas yang menjanjikan dan potensial untuk dapat diupayakan untuk ditingkatkan lebih baik.

Beberapa saran yang diberikan kepada Panti Asuhan Sunan Ampel Kota Malang yakni (1) Pengembangan kualitas produksi: Untuk meningkatkan kualitas dan keamanan produk YOSS, disarankan agar panti mengupayakan peningkatan fasilitas produksi, terutama dalam menjaga kesterilan alat-alat yang digunakan. Pengadaan peralatan yang lebih memadai dan sterilisasi rutin bisa menjadi fokus untuk memastikan kualitas produk. (2) Melaksanakan pemeriksaan kesehatan berkala: Disarankan agar PASA bekerja sama dengan pihak kesehatan seperti puskesmas untuk melakukan pemeriksaan kesehatan santri secara berkala. Langkah ini penting untuk pencegahan penyakit dan untuk memantau efektivitas konsumsi YOSS dalam meningkatkan kesehatan santri. (3) Melakukan pemasaran dan distribusi Produk lebih luas: PASA dapat menjalin kerja sama dengan koperasi Yasmin Fatayat dan An Nisa Muslimat untuk memperluas pemasaran YOSS. Selain itu, promosi produk di komunitas lokal dan media sosial bisa dilakukan untuk meningkatkan penjualan.

KESIMPULAN

Panti Asuhan Sunan Ampel (PASA) Malang telah berdiri sejak tahun 1968 dan menjadi tempat perlindungan bagi anak yatim, piatu, dan anak-anak yang kurang mampu dari segi ekonomi. PASA memiliki 55 santri dengan berbagai jenjang pendidikan. Aktivitas utama para santri adalah pendidikan formal dan mengaji. Untuk meningkatkan kemandirian ekonomi, telah dilaksanakan program pengabdian masyarakat berupa pelatihan pembuatan produk Yoghurt Sedot Sehat (YOSS) sebagai langkah untuk memperkuat ekonomi panti. Pelatihan ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan keterampilan berwirausaha kepada santri tetapi juga sebagai langkah preventif untuk meningkatkan kesehatan santri. Terbukti setelah kegiatan konsumsi yogurt secara rutin dapat mengurangi jumlah anak yang dengan keluhan sakit sekaligus santri mampu secara mandiri memproduksi yogurt dengan baik dan benar. PASA memiliki potensi yang besar dalam pengembangan usaha ini karena didukung oleh sumber daya manusia yang muda dan fasilitas dasar yang tersedia. Namun, terdapat tantangan dalam peningkatan kualitas produksi, khususnya dalam menjaga kesterilan alat produksi. Selain itu program ini juga memberikan kesempatan kepada dosen dan mahasiswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan di luar kampus, sejalan dengan tujuan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM).

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Kementerian Riset dan Pendidikan Tinggi atas pendanaan hibah skema PKM 2024 yang diberikan. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Ibu Hj Raudlatul Jannah S.Pd (Ketua PASA), Ibu Dr. Asnah SP, MP (Ketua LPPM Unitri), Bapak Prof. Dr. Ir. KGS Ahmadi M.P (Dekan FIKes UNITRI) dan segenap pihak yang membantu terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sutami, H. Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa; Edisi Keempat. *Wacana, J. Humanit. Indones.* **11**, (2014).
2. Kulsum, U., Handayani, H., Andriyana, R. & Prasetya, B. Peran Pengurus Panti Asuhan Dalam Pendidikan Anak Asuh Di Yayasan Dan Panti Asuhan Hidayatul Islam Desa Clarak Kecamatan Leces Kabupaten Probolinggo. *Al-ATHFAL J. Pendidik. Anak* **4**, 36–46 (2023).

3. Marpaung, F. V. *Proses Produksi Yoghurt Dan Cara Pengemasan Yoghurt Di Pt Bukit Baros Cempaka*. <http://repository.unika.ac.id/17732/1/16.I1.0192-FriskaVivianiMarpaung.pdf> (2018).
4. Purwantiningsih, T. I., Bria, M. A. B. & Kia, K. W. Levels Protein and Fat of Yoghurt Made of Different Types and Number of Cultures. *J. Trop. Anim. Sci. Technol.* **4**, 66–73 (2022).
5. Ramdani, S. A. & Gemina, D. Implementasi Digital Marketing untuk Meningkatkan Penjualan Produk Yess Yoghurt. *Karimah Tauhid* **4**, 1634–1643 (2025).
6. Nadliroh, K. A., Susanti, N. & Gaffar, H. D. Mewujudkan Pesantren Dan Generasi Santri Sehat. *Res. Net* **3**, 94–105 (2021).
7. Pratiwi, A. R. *Pangan Untuk Sistem Imun*. (SCU Knowledge Media, 2020).
8. Devi, H. M., Rosdiana, Y., Widyastuti, F. K., Sujana, I. A. & Kitu, G. A. Pembuatan Yogurt sebagai Upaya Ketahanan Pangan dan Gizi di Panti Asuhan Sunan Ampel Kota Malang. in *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional* vol. 3 320–328 (2024).
9. Tyasna, P. S., Agustin, A. E., Maharani, D., Utami, M. R. & Nurfadhilah, L. Identification of carbohydrate, protein and fat levels in flour, cheese, milk and yoghurt through several test methods. *J. eduhealth* **13**, 1079–1087 (2022).
10. Nursalam, N., Kurniawati, N. D., Misutarno, M. & Solikhah, F. K. *Asuhan Keperawatan pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*. (Salemba Medika, 2018).
11. Suharman, T. H. P. Modul Praktikum Mikrobiologi Pengolahan Hasil Pertanian.
12. Permatasari, I., Ritanti, R. & Siregar, T. Hubungan Pola Makan Anak dan Status Gizi Anak Usia Sekolah. *J. Kesehat.* **12**, 209–213 (2023).
13. Hasegawa, Y., Pei, R., Raghuvanshi, R., Liu, Z. & Bolling, B. W. Yogurt supplementation attenuates insulin resistance in obese mice by reducing metabolic endotoxemia and inflammation. *J. Nutr.* **153**, 703–712 (2023).
14. Dahlan, A., Wijayanti, W., Rianse, M. I. K. & Naim, Y. Pengaruh Jenis Susu dan Konsentrasi Starter Terhadap Kadar Asam, Ph, dan Total Bakteri Asam Laktat Yoghurt. *J. Teknol. Pengolah. Pertan.* **6**, 1–4 (2024).
15. Nugraha, W., Koesoemawardani, D., Nurainy, F. & Rizal, S. Pengaruh Penambahan Karagenan Terhadap Sifat Fisikokimia dan Sensori Yoghurt Rasa Pisang Ambon. *J. Agroindustri Berkelanjutan* **1**, 253–261 (2022).