

EDUKASI MENGENAI PENTINGNYA MENGONSUMSI PROBIOTIK SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN TERJADINYA DYSDIOSIS PADA MASYARAKAT DI KABUPATEN PANGANDARAN

Arif Satria Wira Kusuma^{1,3*}, Auliya Suwantika^{1,2}, Sofa Dewi Alfian^{1,2}, Raden Maya Febrianti^{1,3}, Bobby Elyas Valas³, Jovian Gamal De Vito²

¹Pusat Studi Pengembangan Pelayanan Kefarmasian, Fakultas Farmasi Universitas Padjadjaran

²Departemen Farmakologi dan Farmasi Klinik, Fakultas Farmasi, Universitas Padjadjaran

³Departemen Biologi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Padjadjaran

E-mail: arif.satria@unpad.ac.id

ABSTRAK. Dysbiosis merupakan suatu kondisi dimana terjadi ketidakseimbangan jumlah mikroorganisme dalam saluran pencernaan manusia. Filum utama mikroorganisme yang hidup dalam saluran cerna adalah Firmicutes, Bacteroidetes, Actinobacteria, dan Proteobacteria. Dalam kondisi normal pada dasarnya koloni mikroorganisme cenderung bersifat sebagai flora normal yang berperan membantu proses pencernaan makanan dan menjaga sistem kekebalan tubuh. Namun, ketika terjadi peningkatan jumlah koloni mikroorganisme secara signifikan, maka tubuh akan mulai mengalami gejala penyakit. Terjadinya dysbiosis pada akhirnya akan mampu mengakibatkan ketidaknormalan sistemik, diantaranya adalah gangguan pada proses penyerapan nutrisi yang berpotensi menimbulkan kelainan metabolik. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya dysbiosis adalah pola konsumsi, penggunaan antibiotik yang tidak rasional, gaya hidup tidak seimbang, dan sanitasi yang kurang baik. Dalam pengabdian kepada masyarakat ini akan dilakukan kegiatan penyuluhan mengenai pentingnya mengkonsumsi probiotik sebagai salah satu upaya pencegahan terjadinya dysbiosis di wilayah Kabupaten Pangandaran. Kegiatan ini dilaksanakan berkaitan dengan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Universitas Padjadjaran. Dalam laporan akhir ini, telah dilakukan kegiatan penyuluhan dan pengisian kuesioner, dengan sebelumnya telah dilakukan survei ke SMAN 1 Pangandaran sebagai sasaran PKM. Data hasil PKM akan dipublikasikan dalam jurnal nasional terakreditasi. Setelah dilakukan kegiatan PKM ini, diharapkan masyarakat dapat lebih terbuka wawasannya dalam melakukan pencegahan dysbiosis, khususnya di wilayah Pangandaran.

Kata kunci: Tuberkulosis; HIV; TB MDR; Kertayasa; PKM.

ABSTRACT. Dysbiosis is a condition where there is an imbalance in the number of microorganisms in the human digestive tract. The main phylum of microorganisms that live in the gastrointestinal tract are Firmicutes, Bacteroidetes, Actinobacteria, and Proteobacteria. Basically, in normal conditions, colonies of microorganisms tend to act as normal flora that helps the process of nutrition digestion and maintain the immune system. However, when the number of colonies increases significantly, the body will begin to experience various diseases symptoms. The occurrence of dysbiosis in the end will be able to cause systemic abnormalities, such as interference with the absorption of nutrients that potentially cause metabolic abnormalities. Factors that may affect the occurrence of dysbiosis are consumption patterns, the use of irrational antibiotics, unbalanced lifestyles, and poor sanitation. In this community service, outreach activities about the importance of probiotics consumption as an effort to prevent the occurrence of dysbiosis has been conducted in the district of Pangandaran. This community service was carried out in conjunction with Community Service Program of Universitas Padjadjaran. In this final report, followed by questionnaires. PKM results data will be published in accredited national journals. After this PKM activity, it is hoped that the public can be more open in insight to prevent dysbiosis, especially in Pangandaran area.

Key words: Dysbiosis; Probiotics; Pangandaran.

PENDAHULUAN

Pangandaran, termasuk kabupaten termuda di provinsi Jabar. Daerah yang dihuni 442.523 jiwa di tahun 2014 ini hasil pemekaran dari Kabupaten Ciamis di tahun 2012 lalu. Kabupaten ini memiliki luas laut 67.340Ha dengan panjang pantainya 91 km. Desa Kertayasa adalah salah satu desa di Kecamatan Cijulang, Kabupaten Pangandaran yang mempunyai luas wilayah 1.355.610 Ha.

Dysbiosis merupakan suatu kondisi dimana terjadi ketidakseimbangan jumlah mikroorganisme dalam saluran pencernaan manusia. Filum utama mikroorganisme yang hidup dalam saluran cerna adalah Firmicutes, Bacteroidetes, Actinobacteria, dan Proteobacteria. Dalam kondisi normal pada dasarnya

koloni mikroorganisme cenderung bersifat sebagai flora normal yang berperan membantu proses pencernaan makanan dan menjaga sistem kekebalan tubuh. Namun, ketika terjadi peningkatan jumlah koloni mikroorganisme secara signifikan, maka tubuh akan mulai mengalami gejala penyakit. Terjadinya dysbiosis pada akhirnya akan mampu mengakibatkan ketidaknormalan sistemik, diantaranya adalah gangguan pada proses penyerapan nutrisi yang berpotensi menimbulkan kelainan metabolik. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya dysbiosis adalah pola konsumsi, penggunaan antibiotik yang tidak rasional, gaya hidup tidak seimbang, dan sanitasi yang kurang baik.

Menurut *World Health Organization* (WHO), probiotik merupakan mikroorganisme hidup yang jika diberikan dalam dosis sesuai akan bermanfaat bagi

kesehatan host / inangnya (WHO, 2002). Kemampuan probiotik dalam bersimbiosis dengan mikroorganisme yang ada pada usus dapat menekan laju pertumbuhan bakteri merugikan (patogen), dan pada akhirnya akan mampu meningkatkan sistem imun. Beberapa genus probiotik yang telah diuji aktivitasnya diantaranya adalah *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, *Saccharomyces*, *Enterococcus*, *Streptococcus*, *Pediococcus*, *Leuconostoc*, *Bacillus*, dan *Escherichia*. Dari beberapa strain probiotik tersebut, diketahui bahwa *Lactobacillus* dan *Enterococcus* termasuk kedalam strain bakteri yang aman untuk digunakan.

Pada laporan akhir ini telah dilaksanakan penyuluhan dan survey mengenai tingkat pengetahuan masyarakat terkait “Pentingnya Mengonsumsi Probiotik sebagai Salah Satu Upaya Pencegahan Terjadinya Dysbiosis” di SMA Muhammadiyah Pangandaran. Kegiatan PPM dilaksanakan pada tanggal 29 September 2017 dan diikuti oleh siswa kelas XII jurusan IPA.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Prioritas ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan, yaitu sosialisasi rencana kegiatan kepada aparat desa dan masyarakat, pembentukan kelompok sasaran kegiatan, dan pelaksanaan kegiatan. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu pengisian kuesioner pengetahuan, penyuluhan TB MDR, dan pembagian masker kepada siswa-siswi SMA Muhammadiyah Pangandaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM Prioritas yang telah dilaksanakan terdiri dari pengembangan instrumen atau bahan penyuluhan, pengembangan kuesioner tentang *dysbiosis*, survey lapangan, pengisian kuesioner, pemberian edukasi, dan pembagian masker. Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan pada hari jumat, 29 September 2017 di SMA Muhammadiyah 1 Pangandaran, dengan sasarannya adalah siswa-siswi SMA Muhammadiyah Pangandaran. Pengisian kuesioner bertujuan untuk mengukur tingkat pemahaman siswa setelah diberikan penyuluhan, sehingga siswa lebih pintar dalam mencegah terjadinya *dysbiosis*. Dari hasil pengisian kuesioner tersebut, didapatkan data mengenai pengetahuan siswa tentang probiotik, *dysbiosis*, cara penularan, tanda dan gejala, pengobatan, dan cara pencegahannya. Data hasil penelitian akan dipublikasikan dalam jurnal nasional terakreditasi.

SIMPULAN

Program kegiatan PKM yang sudah selesai dilaksanakan sangat bermanfaat bagi para siswa peserta penyuluhan di SMA Muhammadiyah Pangandaran, karena dapat meningkatkan pengetahuan terkait tentang pencegahan terjadinya *dysbiosis* melalui konsumsi probiotik dan penting untuk ditindaklanjuti agar program tersebut betul-betul dapat memberikan manfaat yang berarti. Keberlanjutan program ini akan menciptakan masyarakat peduli lingkungan demi kesehatan dan membantu program pemerintah dalam penanganan dan pencegahan penyebaran *dysbiosis*. Realisasi keberlanjutan program akan diwujudkan dalam bentuk kegiatan-kegiatan, yaitu penyelenggaraan pelatihan bagi kader masyarakat desa tentang pemberdayaan potensi yang ada (Posyandu, PKK, dsb) untuk menunjang upaya pembangunan kesehatan masyarakat, dan pemantauan rutin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya penulis sampaikan kepada Rizky Abdulah, Ph.D, selaku Direktur Riset, Pengabdian kepada Masyarakat dan Inovasi Unpad; Prof. Dr. Ajeng Diantini, M.Si., Apt. selaku Dekan Fakultas Farmasi Universitas Padjadjaran; dan Sofa Dewi Alfian, M.KM., Apt serta Auliya Suwanti, PhD., Apt. selaku Tim PKM dan pihak-pihak lain yang dengan tulus dan ikhlas telah membantu PKM ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Chang, C., Lin, H. 2016. *Dysbiosis in Gastrointestinal Disorders*. Best Practice & Research Clin Gastroenterol.
- Hawrelak, J.A., Myers, S.P. 2004. The Cause of Intestinal Dysbiosis: A Review. *Alt Med Rev*, 9 (2): 180 – 197.
- Stecher, B., & Hardt, W. D. 2008. The role of microbiota in infectious disease. *Trends in microbiology*, 16(3): 107-114.
- World Health Organization (WHO). 2002. Guidelines for the Evaluation of Probiotics in Food. Joint FAO/WHO Working Group on Drafting Guidelines for the Evaluation of Probiotics in Food.