

Sosialisasi Untuk Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Akan Pentingnya Bakteri Baik Dalam Minuman Yakult

Ni Made Lira Cantika Permata Dewi¹⁾, Desak Made Febri Purnama Sari²⁾.

Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pendidikan Nasional

email: madelira18@gmail.com , email : dskfebripurnama@undiknas.ac.id

Abstrak

PT Yakult Indonesia Persada, yang beroperasi sejak 1991 dan memiliki lisensi dari Yakult Honsha Co. Ltd. dari Jepang, berkonsentrasi pada pembuatan dan pemasaran minuman susu fermentasi Yakult yang membantu kesehatan pencernaan. Untuk memenuhi permintaan yang meningkat di seluruh Indonesia, pabrik Yakult sekarang berlokasi di Sukabumi dan Mojokerto, yang awalnya berlokasi di Jakarta. Perusahaan menganut "Shirotanisme," prinsip kesehatan yang menekankan penggunaan probiotik untuk mencegah penyakit. Bakteri *L. casei* Shirota strain dari Yakult telah ditunjukkan untuk meningkatkan kesehatan pencernaan dengan menyeimbangkan flora usus dan mengurangi bakteri jahat. Melalui sosialisasi dan kunjungan langsung ke fasilitas produksi, upaya ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan generasi muda tentang manfaat bakteri. Proses kegiatan terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, demonstrasi, dan sesi tanya jawab. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta sangat terlibat dan lebih memahami pentingnya bakteri baik untuk kesehatan pencernaan. Diharapkan informasi ini akan mendorong orang untuk menerapkan gaya hidup sehat dan mengonsumsi Yakult setiap hari.

Kata Kunci : Kesehatan pencernaan, *L. casei* Shirota strain, PT Yakult Indonesia Persada

Abstract

*PT Yakult Indonesia Persada, operating since 1991 and licensed by Yakult Honsha Co. Ltd. of Japan, concentrates on manufacturing and marketing Yakult fermented milk beverages that aid digestive health. To meet the increasing demand across Indonesia, Yakult factories are now located in Sukabumi and Mojokerto, from the original location in Jakarta. The company adheres to "Shirotanism," a health principle that emphasizes the use of probiotics to prevent disease. Yakult's *L. casei* Shirota strain of bacteria has been proven to improve digestive health by balancing gut flora and reducing harmful bacteria. Through socialization and hands-on visits to production facilities, this community service aims to increase the younger generation's knowledge of the benefits of bacteria. The activities consisted of planning, implementation, demonstration, and Q&A sessions. The results of the activity showed that participants were highly engaged and had a better understanding of the importance of good bacteria for digestive health. It is hoped that this information will encourage people to adopt a healthy lifestyle and consume Yakult every day.*

Keywords : Digestive health, *L. casei* Shirota strain, PT Yakult Indonesia Persada

I. PENDAHULUAN

PT Yakult Indonesia Persada merupakan perusahaan yang telah berdiri sejak tahun 1991 di Indonesia berkantor pusat di Jakarta sebagai pemegang lisensi dari Yakult Honsha Co. Ltd., Jepang. Bersama dengan perusahaan Yakult di seluruh dunia, Yakult Indonesia berusaha untuk mewujudkan keluarga yang sehat dan bahagia. PT Yakult Indonesia Persada fokus dalam memproduksi serta mendistribusikan Yakult, yaitu minuman susu fermentasi sebagai salah satu minuman keluarga yang baik untuk dikonsumsi setiap hari, karena dapat membantu menjaga kesehatan pencernaan.

Awalnya pabrik Yakult berada di Jakarta. Akan tetapi karena jumlah air bersih semakin sulit di Jakarta maka pabrik ini dipindahkan ke Sukabumi. Lokasi pabrik yang berada di bawah kaki Gunung Halimun Salak di Cicurug, Pasawahan, Sukabumi, dipilih karena baiknya kualitas air dan udara. Hal ini penting guna menjaga kualitas dan kuantitas Yakult agar selalu baik sejak diproduksi. Pabrik kedua dibangun di bawah kaki Gunung Penanggungan, Mojokerto, pada 2014 sebagai jawaban atas meningkatnya kebutuhan masyarakat akan kebutuhan Yakult di hampir seluruh Indonesia. Sampai

hari ini, Yakult sudah tersedia di lebih dari 100 kota mulai dari Aceh, Medan, Jakarta, Surabaya, Bali, Kupang, Samarinda, Makassar, Manado, hingga Ambon. Filosofi PT Yakult Indonesia Persada adalah memberikan kontribusi pada kesehatan dan kebahagiaan masyarakat dunia dengan memacu keunggulan dalam ilmu kehidupan secara umum dan penelitian serta pengalaman terutama dalam mikroorganisme.

Kesehatan selalu menjadi sesuatu yang berharga bagi kita semua. Dr. Minoru Shirota, Pendiri Yakult, percaya akan pentingnya pencegahan sebelum sakit dan “usus yang sehat membawa pada umur panjang”. Beliau menganjurkan untuk menyebarkan kesehatan yang diinginkan setiap orang dengan harga terjangkau. Ide-ide Dr. Shirota ini disebut sebagai “Shirotaisme” dan menjadi dasar bagi kegiatan usaha Yakult. Yakult adalah minuman susu fermentasi yang mengandung lebih dari 6,5 miliar bakteri *L. casei* Shirota strain ditiap botolnya. Bakteri Yakult termasuk ke dalam golongan bakteri yang terbukti aman bagi manusia, kuat dan tahan terhadap asam lambung dan cairan empedu, sehingga bisa sampai ke dalam usus kita dalam keadaan hidup dan terbukti bermanfaat untuk membantu menjaga pencernaan selalu baik. Yakult mempunyai tagline, Cintai Ususmu, Minum Yakult tiap hari. Cintai usus adalah cara baru untuk peduli terhadap diri sendiri. Usus adalah organ tubuh yang penting agar tubuh menjadi bugar, kuat, dan segar. Jika usus kita baik maka kitapun bisa hidup dengan baik pula.

Yakult terbuat dari bahan-bahan alami berkualitas tinggi tanpa tambahan zat pengawet atau pewarna buatan. Bahan Baku dari Yakult tersebut, yaitu air, sukrosa dan glukosa, susu skim bubuk, perisa identik alami, kultur bakteri asam laktat (bakteri *L. casei* Shirota strain). Dalam usus manusia, terdapat lebih dari 1000 jenis bakteri dengan jumlah lebih dari 100 triliun dan seberat 1 - 1,5kg. Bakteri adalah makhluk hidup bersel satu yang mempunyai sifat patogen (bakteri jahat) dan non patogen (bakteri baik). Ada 3 jenis bakteri di usus yaitu bakteri baik, bakteri jahat dan sebagian lagi bakteri petualang. Apabila bakteri jahat tumbuh berlebihan, proses pencernaan makanan akan terganggu sehingga dapat mengakibatkan masalah seperti diare dan sembelit. Bakteri petualang adalah bakteri yang akan mengikuti sifat bakteri yang paling banyak di dalam usus. Bakteri baik salah satunya adalah bakteri *L. casei* Shirota strain yang terdapat di dalam Yakult. Bakteri ini sudah diteliti dan dibuktikan manfaatnya melalui berbagai penelitian ilmiah. Kelompok bakteri baik ini akan merangsang pertumbuhan bakteri baik lainnya.

L. casei Shirota strain merupakan salah satu jenis bakteri baik (probiotik) yang hidup di saluran pencernaan, yaitu usus. Bakteri ini sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh karena dapat mengoptimalkan pencernaan dan penyerapan nutrisi, selain juga melindungi tubuh dari bakteri jahat yang bisa saja masuk bersama makanan. adapun manfaat *L. casei* Shirota strain untuk kesehatan, yaitu mengoptimalkan kerja sistem imun, mengatasi diare, mengatasi sembelit, menurunkan kolesterol dan dapat menurunkan berat badan. Bakteri *L. casei* Shirota strain akan membantu meningkatkan aktifitas bakteri baik yang terdapat di dalam usus dan menghasilkan asam laktat yang akan melindungi dinding usus, sehingga bakteri jahat sulit menempel di dinding usus. Dengan begitu pertumbuhan bakteri jahat dapat ditekan dan kondisi usus dapat terjaga dengan baik. Bakteri *Lactobacillus casei* Shirota yang baik ada dalam probiotik Yakult, yang telah terbukti meningkatkan kesehatan pencernaan. Namun, generasi muda kurang menyadari peran bakteri baik dalam menjaga kesehatan. Banyak orang tidak menyadari fungsi penting bakteri baik dalam menghentikan masalah pencernaan dan meningkatkan daya tahan tubuh.

Kurangnya pengetahuan generasi muda mengenai manfaat kesehatan bakteri baik, yang dapat menyebabkan pola konsumsi yang tidak sehat. Untuk mengatasi hal ini, rencana pemecahan masalah meliputi penyelenggaraan sosialisasi yang melibatkan edukasi langsung kepada generasi muda, terutama remaja, tentang pentingnya kesehatan pencernaan dan bagaimana Yakult dapat berkontribusi dalam hal ini. Untuk meningkatkan kesadaran generasi muda tentang manfaat bakteri baik dan mendorong gaya hidup sehat, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendorong orang untuk mengonsumsi Yakult sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Dengan demikian, generasi muda diharapkan dapat lebih memahami dan menerapkan pola hidup sehat demi meningkatkan kualitas kesehatan mereka.

2. METODE ABDIMAS

Company visit adalah suatu kegiatan yang dirancang oleh Universitas Pendidikan Nasional untuk mengajak mahasiswa/i mengenal lebih dalam terkait dunia pendidikan, usaha dan juga industri. Kegiatan *Company Visit* mengajak untuk dapat melihat langsung proses perjalanan produksi, proses pemasaran produk hingga sampai ke tangan konsumen. Kegiatan *Company Visit* ini merupakan komitmen Undiknas untuk memberikan pengalaman belajar yang holistik dan kontekstual bagi para mahasiswa. Metode pembelajaran yang digunakan dalam abdimas ini adalah dengan menggunakan metode sosialisasi tanya jawab yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran generasi muda mengenai manfaat bakteri baik dalam minuman Yakult. Pada tahap ini, peserta *Company Visit* diberikan penjelasan mengenai profil PT. Yakult Indonesia Persada melalui film interaktif. Setelah itu PT. Yakult Indonesia Persada juga mengajak peserta *Company Visit* untuk melihat proses pembuatan Yakult secara jelas melalui koridor produksi. PT. Yakult Indonesia Persada juga memberikan kesempatan untuk melakukan diskusi tanya jawab mengenai produk Yakult dan kesehatan pencernaan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan harapan dapat meningkatkan kesadaran generasi muda akan pentingnya bakteri baik dalam menjaga kesehatan pencernaan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu tri dharma perguruan tinggi yang bersifat wajib dan diperuntukan bagi seluruh mahasiswa dan dosen pada PTN ataupun PTS diseluruh Indonesia. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengubah pola pikir anak muda melalui peningkatan pemahaman pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan pencernaan yang dapat dilakukan dengan mengkonsumsi Yakult yang dapat menekan pertumbuhan bakteri jahat pada usus. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui kegiatan *Company Visit* pada Universitas Pendidikan Nasional yang dihadiri oleh kurang lebih 200 mahasiswa/i dan kurang lebih 10 dosen pendamping. Kegiatan *Company Visit* ini merupakan salah satu kegiatan yang diwajibkan bagi mahasiswa/i pada Universitas Pendidikan Nasional guna mengenali sektor Pendidikan, usaha dan juga industri. Kegiatan ini dilakukan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran serta pengetahuan anak muda tentang pentingnya bakteri baik dalam menjaga kesehatan pencernaan.

Tahapan yang dilakukan meliputi :

1. **Persiapan :** Pada Tahap ini ruangan serta bahan yang diperlukan untuk sosialisasi sudah disiapkan oleh pihak PT. Yakult Indonesia Persada, maka mahasiswa/i Universitas Pendidikan Nasional akan memasuki ruangan yang sudah disiapkan oleh PT. Yakult Indonesia Persada. Pada tahap ini, ada beberapa alat dan bahan yang diperlukan selama proses sosialisasi berlangsung, yaitu film interaktif, bahan baku Yakult, beberapa produk dari Yakult, replika usus manusia, *snack*, *souvenir* serta minuman Yakult.
2. **Pelaksanaan :** Sesi edukasi pada tahap ini diawali dengan penjelasan profil PT. Yakult Indonesia Persada. Dilanjutkan dengan memaparkan video yang menjelaskan lebih rinci bagaimana awal hadirnya Yakult, bahan baku Yakult, fungsi bakteri baik dalam kesehatan pencernaan dan manfaat Yakult, proses pembuatan, pengolahan limbah, serta proses pemasaran produk hingga sampai ke tangan konsumen. PT Yakult juga mengajak peserta untuk melihat proses pembuatan Yakult secara jelas melalui koridor produksi. Disini, peserta mendapat informasi mengenai proses produksi Yakult.
3. **Demonstrasi :** Pada tahap ini dari PT. Yakult Indonesia Persada membagikan sampel Yakult kepada peserta *Company Visit* Universitas Pendidikan Nasional untuk dikonsumsi yang disertai dengan penjelasan tentang cara konsumsi dan penyimpanan yang tepat. Pada tahap ini pula akan membuat mahasiswa/i meminum susu fermentasi yang dapat menekan pertumbuhan bakteri merugikan pada usus.
4. **Sesi Tanya Jawab :** Pada tahap ini, Peserta *Company Visit* diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan terkait produk dan kesehatan pencernaan.

Materi pada sosialisasi ini diantaranya adalah sejarah dari PT. Yakult Indonesia Persada, jenis-jenis bakteri yang terdapat pada usus manusia, bahan baku yang digunakan pada pembuatan Yakult, proses produksi Yakult, proses pemasaran produk Yakult hingga sampai ke tangan konsumen, serta manfaat atau pentingnya menjaga kesehatan pencernaan untuk mengurangi berbagai gangguan pencernaan. Dari sosialisasi tersebut akan dapat disimpulkan pentingnya menjaga kesehatan pencernaan dengan cara meminum Yakult untuk menekan pertumbuhan bakteri merugikan pada usus kita. Banyaknya remaja yang masih mengabaikan akan kesehatan pencernaan, namun dari penjelasan sosialisasi tersebut dapat membuka kesadaran mahasiswa/i Universitas Pendidikan Nasional atas pentingnya bakteri baik dalam menjaga kesehatan pencernaan dengan mengkonsumsi Yakult.

Kegiatan ini dilaksanakan pada ruangan yang telah disiapkan oleh pihak PT. Yakult Indonesia Persada serta seluruh sarana dan prasarana lainnya juga telah disiapkan oleh pihak PT. Yakult Indonesia Persada. Setelah pelaksanaan sosialisasi selesai, mahasiswa/i Universitas Pendidikan Nasional juga berkesempatan untuk melihat proses produksi Yakult yang dibantu oleh staff dari PT. Yakult Indonesia Persada.

4. SIMPULAN

Yakult merupakan minuman susu fermentasi yang mengandung bakteri baik dengan manfaat membantu pencernaan dan membunuh bakteri jahat yang ada dalam usus agar berfungsi dengan baik. Kegiatan sosialisasi ini dihadiri oleh kurang lebih 200 peserta yaitu mahasiswa/i Universitas Pendidikan Nasional dan 10 dosen pendamping. Pada kegiatan sosialisasi ini seluruh peserta menunjukkan wajah yang begitu antusias dalam mendengarkan sosialisasi dan juga mereka menyadari pentingnya peran bakteri baik dalam menjaga kesehatan.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih saya haturkan kepada PT. Yakult Indonesia Persada atas kesempatan yang diberikan untuk melakukan kunjungan industri. Kegiatan ini sangat berharga, karena dapat memberikan wawasan mendalam mengenai pentingnya bakteri baik dalam menjaga kesehatan pencernaan.

6. REFERENSI

Alodokter. (n.d.). L-casei shirota strain dan manfaatnya untuk kesehatan.

Tani, K. (Sutradara). (2023, 5 Maret). Yakult: Minuman probiotik revolusioner. Diakses pada 11 September 2024.

Yakult Indonesia. (2024, 27 Februari). Aktivitas sains.