



Pemanfaatan Kakao Lokal melalui Pelatihan Pembuatan Yoghurt sebagai Upaya Edukasi Gizi Balita di Desa Gumbrih

Fransiscus Fiano Anthony Kerans^{1*}, Komang Trisna Sumadewi¹, Luh Gde Evayanti¹, Ni Putu Diah Witari¹, Dewa Ayu Agung Alit Suka Astini¹, Gede Agus Surya Pratama²

¹Bagian Anatomi - Histologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa, Bali, Indonesia

²Prodi Manajemen Sumber Daya Perairan, Fakultas Pertanian, Universitas Warmadewa, Bali, Indonesia

Article History

Received: 09-05-2026

Accepted: 14-05-2026

Published: 10-06-2026

Corresponding Author

Fransiscus Fiano Anthony Kerans

fianokerans@warmadewa.ac.id

Keywords:

Gumbrih Village, Toddler Nutrition, Yoghurt, Cocoa, Fast Food

Abstract

The partners in this community service program were families with toddlers and Posyandu cadres in Gumbrih Village, Jembrana Regency, Bali. The main problems identified were the lack of knowledge regarding balanced nutrition for toddlers, the dangers of fast food, and the limited utilization of cocoa as a nutritious food source. This community service activity aimed to improve the knowledge of Posyandu cadres and families with toddlers regarding healthy eating patterns and skills in processing cocoa into nutritious yogurt. The methods included interactive education sessions, cocoa yogurt-making training, hands-on practice, and evaluation using pre-test and post-test assessments. The activity involved 10 participants, consisting of Posyandu cadres and families with toddlers. The results showed an increase in the participants' average knowledge score from 60 to 86.7, representing a 44.40% improvement. In addition, participants were able to independently practice making cocoa yogurt during the mentoring process. This activity had a positive impact on improving community nutrition literacy, encouraging the utilization of local cocoa-based food products, and supporting healthy dietary patterns and local economic development.

Sejarah Artikel

Diterima: 09-05-2026

Disetujui: 14-05-2026

Diterbitkan: 10-06-2026

Penulis Utama

Fransiscus Fiano Anthony Kerans

fianokerans@warmadewa.ac.id

Kata Kunci:

Desa Gumbrih, Gizi Balita, Yoghurt, Kakao, Makanan Cepat Saji

Abstrak

Mitra dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) ini adalah keluarga balita dan kader Posyandu Desa Gumbrih, Kabupaten Jembrana, Bali. Prioritas masalah dalam PkM ini adalah kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang balita, bahaya makanan cepat saji, serta rendahnya pemanfaatan kakao sebagai pangan bergizi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader Posyandu dan keluarga balita mengenai pola makan sehat serta keterampilan pengolahan kakao menjadi yoghurt bergizi. Metode kegiatan meliputi penyuluhan interaktif, pelatihan pembuatan yoghurt kakao, praktik langsung, serta evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Kegiatan diikuti oleh 10 peserta yang terdiri dari kader Posyandu dan keluarga balita. Hasil kegiatan PkM ini menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan peserta dari 60 menjadi 86,7 atau meningkat sebesar 44,40%. Selain itu, peserta berhasil mempraktikkan pembuatan yoghurt kakao secara mandiri selama pendampingan. Kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan literasi gizi masyarakat, mendorong pemanfaatan pangan lokal berbasis kakao,

serta mendukung pola konsumsi sehat dan potensi pengembangan ekonomi lokal.

DOI : [10.36679/mcd.v2i1.17](https://doi.org/10.36679/mcd.v2i1.17)

Copyright ©2026 The Author(s)

This is an open-access article under the CC BY-NC license.



Pendahuluan

Makanan cepat saji dan makanan ringan biasanya dikenal memiliki cita rasa yang menggugah selera, terutama pada kelompok anak-anak. Meskipun sesekali mengonsumsinya barangkali tidak berbahaya, frekuensi dan pola konsumsi yang tinggi dapat memiliki konsekuensi yang serius, terutama bagi pertumbuhan dan perkembangan balita. Hal ini dikarenakan karakteristik makanan cepat saji yang mengandung lemak jenuh, gula, dan garam yang tinggi, namun rendah kandungan serat, vitamin, dan mineral yang diperlukan tubuh (Hartian & Harahap, 2023; Nur et al., 2023). Selain itu, rendahnya kandungan nutrisi pada makanan cepat saji dapat mengganggu pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak (Das, 2016). Tingginya kandungan kalori pada makanan ini juga dapat menimbulkan masalah obesitas pada anak, yang juga dapat memicu berbagai masalah kesehatan lainnya, seperti diabetes tipe 2, hipertensi, gangguan jantung, gangguan metabolik lainnya (Sari et al., 2024; Verma et al., 2020). Dampak lainnya berupa masalah kecemasan dan depresi, sehingga mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak (Fardlillah & Lestari, 2024; Siregar & Siagian, 2023; Vakili et al., 2015).

Mitra dalam kegiatan PkM ini adalah kader Posyandu dan keluarga balita Desa Gumbrih. Desa Gumbrih terletak di Kabupaten Jembrana, Bali, dengan luas wilayah sekitar 16,27 km². Desa Gumbrih terdiri dari tiga banjar, yaitu Banjar Gumbrih, Banjar Sari, dan Banjar Dinas, yang masing-masing memiliki peran penting dalam kehidupan masyarakat setempat. Karakteristik sosiodemografi penduduk Desa Gumbrih menunjukkan jumlah penduduk sekitar 2.610 jiwa pada tahun 2016, terdiri dari 1.261 laki-laki dan 1.349 perempuan. Perekonomian desa ini sebagian besar ditopang oleh potensi sektor pertanian, dengan komoditas utama seperti kelapa dan kakao (BPS Kabupaten Jembrana, 2024; Junaedi et al., 2021; Wiratini & Meitriana, 2022).

Kader Posyandu Desa Gumbrih sebagai kelompok mitra merupakan kelompok relawan yang terlatih untuk memberikan layanan kesehatan kepada masyarakat, khususnya bagi ibu dan anak. Peran kader ini mencakup pemeriksaan kesehatan ibu dan anak, pelayanan imunisasi, edukasi kesehatan, dan kerja sama dengan Dinas Kesehatan setempat dan pihak lainnya untuk memastikan layanan yang diberikan sesuai dengan standar. Peran tersebut merupakan tantangan yang berat bagi mitra mengingat status gizi balita di Kabupaten Jembrana yang menunjukkan kekhawatiran. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, status gizi balita di Kabupaten Jembrana menunjukkan sekitar 8,70% mengalami *stunting*, 3,20% mengalami *wasting*, 6,90% mengalami *underweight*, dan 3,20% mengalami *overweight* (Kemenkes BKPK, 2023). Angka tersebut mengindikasikan terdapat permasalahan kesehatan yang dialami masyarakat, terutama terkait perbaikan status gizi balita. Hal tersebut juga menunjukkan urgensi peran kader Posyandu Desa Gumbrih dalam mengedukasi keluarga dan masyarakat setempat, terutama untuk memperhatikan isu-isu penting seperti asupan gizi, pola makan sehat, serta ketahanan pangan untuk mendukung kesehatan keluarga.

Beberapa program PkM sebelumnya telah dilaksanakan di Desa Gumbrih dengan fokus pada pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal dan peningkatan kapasitas masyarakat. Program pengabdian sebelumnya berfokus pada pemberdayaan masyarakat dalam penanggulangan kasus Chikungunya melalui pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), edukasi kesehatan lingkungan, dan pemberantasan sarang nyamuk berbasis kader masyarakat (D.P.C.Udiyani, P.A.N.K.Permananda, 2025). Selain itu, program lainnya berupa pelatihan dan pendampingan penggunaan aplikasi Canva bagi

pengelola BUMDES Desa Gumbrih untuk meningkatkan kemampuan promosi digital dan pemasaran produk lokal berbasis potensi desa (Junaedi et al., 2021). Kedua program tersebut menunjukkan bahwa masyarakat Desa Gumbrih memiliki potensi dan partisipasi yang baik dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat, baik di bidang kesehatan maupun pengembangan ekonomi lokal.

Meskipun demikian, hingga saat ini belum pernah dilaksanakan program pengabdian yang secara khusus mengintegrasikan edukasi gizi balita, pencegahan konsumsi makanan cepat saji pada anak, serta pelatihan pengolahan pangan sehat berbasis komoditas lokal kakao. Padahal, Desa Gumbrih memiliki potensi kakao yang cukup besar dengan data produksi kakao di Jembrana sendiri mencapai sekitar 2.741,46 ton, di mana sebagian besar masyarakat Desa Gumbrih juga memiliki tanaman kakao di pekarangan rumahnya. Meski demikian, pemanfaatan hasil kakao masih terbatas pada penjualan bahan mentah dan belum banyak dikembangkan menjadi produk bernilai ekonomi maupun produk pangan fungsional yang mendukung kesehatan keluarga (Wiratini & Meitriana, 2022).

Berdasarkan diskusi awal dengan mitra, buah kakao yang dihasilkan perkebunan warga tidak dimanfaatkan untuk pengolahan bahan pangan yang dapat mendukung kesehatan anak dan keluarga. Masyarakat belum sepenuhnya memahami bahwa buah kakao ataupun bubuk kakao adalah bahan pangan yang sangat bergizi, kaya akan serat, protein, vitamin, mineral, dan senyawa bioaktif yang bermanfaat untuk kesehatan (Santos et al., 2025). Menggunakannya dalam jumlah yang tepat dalam makanan dan minuman dapat memberikan manfaat kesehatan tambahan, terutama saat dijadikan alternatif untuk camilan manis atau makanan ringan yang lebih banyak mengandung gula dan lemak tak sehat.

Dengan demikian, berbeda dengan program pengabdian sebelumnya, kegiatan ini mengombinasikan edukasi kesehatan keluarga dengan pelatihan pembuatan yoghurt kakao sebagai pangan fermentasi sehat berbasis potensi lokal. Novelty kegiatan pengabdian ini terletak pada integrasi edukasi gizi balita, peningkatan kesadaran terhadap bahaya makanan cepat saji, dan inovasi pemanfaatan kakao lokal menjadi produk pangan sehat yang aplikatif serta berpotensi mendukung kesehatan dan ketahanan pangan keluarga. Oleh karena itu, PkM ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai gizi seimbang balita dan bahaya makanan cepat saji pada keluarga balita dan kader Posyandu Desa Gumbrih, Jembrana. Kegiatan ini juga bertujuan memberikan keterampilan pembuatan yoghurt kakao sebagai salah satu upaya pemanfaatan hasil pangan lokal yang dapat mendukung kesehatan keluarga. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan keluarga balita dan kader posyandu di Desa Gumbrih dapat meningkatkan aspek kesehatan anak dan keluarga serta mampu mengolah hasil perkebunan seperti kakao menjadi produk yang bermanfaat bagi kesehatan keluarga.

Metode Pengabdian

Kegiatan PkM ini dilaksanakan di Desa Gumbrih, Kabupaten Jembrana, Bali pada bulan Oktober–Desember 2025 selama kurang lebih tiga bulan. Sasaran kegiatan adalah kader Posyandu dan keluarga balita di Desa Gumbrih. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan *community empowerment* dan edukasi demonstratif yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan program, pelaksanaan kegiatan, hingga evaluasi. Pendekatan ini dipilih agar program yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan masyarakat serta mampu meningkatkan partisipasi dan keberlanjutan program setelah kegiatan selesai dilaksanakan.

Tahap awal kegiatan diawali dengan pengenalan dan penjajagan lokasi untuk mengidentifikasi karakteristik masyarakat, kebiasaan konsumsi pangan keluarga, serta permasalahan utama yang dihadapi mitra terkait gizi balita dan konsumsi makanan cepat saji. Selanjutnya dilakukan sosialisasi kegiatan kepada perangkat desa, kader Posyandu, dan tokoh masyarakat untuk menjelaskan tujuan, manfaat, serta alur pelaksanaan program. Tim pengabdian kemudian melaksanakan *Focus Group Discussion* (FGD) bersama mitra guna merumuskan solusi yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat, termasuk penyusunan rencana teknis kegiatan, indikator keberhasilan program, dan strategi

keberlanjutan kegiatan. Seluruh rangkaian kegiatan telah memperoleh izin dari perangkat Desa Gumbrih, serta peserta yang terlibat telah memberikan persetujuan untuk mengikuti kegiatan secara sukarela.

Pelaksanaan program dilakukan melalui metode edukasi demonstratif berupa penyuluhan, dialog interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung. Penyuluhan dilakukan mengenai pola makan seimbang pada balita, bahaya konsumsi makanan cepat saji dan makanan ringan, serta pentingnya membaca komposisi bahan pangan pada produk kemasan. Selain itu, dilaksanakan pelatihan pembuatan yoghurt kakao sebagai pangan fermentasi sehat berbasis potensi lokal. Kegiatan pelatihan meliputi penyampaian materi kandungan gizi kakao dan yoghurt, demonstrasi proses pembuatan yoghurt kakao, serta praktik mandiri oleh peserta dengan pendampingan tim pengabdian. Untuk mendukung keberlanjutan program, dilakukan investasi alat dan bahan berupa pemberian bibit yoghurt, susu, toples kaca, dan bahan pangan pendukung kepada mitra.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Instrumen evaluasi berupa kuesioner yang terdiri atas 10 pertanyaan mengenai gizi seimbang balita, bahaya makanan cepat saji, kandungan gizi kakao, serta tahapan pembuatan yoghurt kakao. Validitas isi instrumen dilakukan melalui *expert judgment* oleh tim dosen pengabdian dan tim dosen Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas - Ilmu Kedokteran Pencegahan FKIK UnWar yang memiliki kompetensi di bidang gizi dan kesehatan masyarakat. Indikator pengetahuan meliputi pemahaman peserta mengenai pola makan sehat balita, kemampuan mengidentifikasi kandungan makanan cepat saji, manfaat kakao bagi kesehatan, dan pengetahuan tentang proses pembuatan yoghurt kakao.

Data hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif menggunakan nilai rata-rata dan persentase peningkatan pengetahuan peserta. Persentase peningkatan skor dihitung berdasarkan selisih rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* setelah pelaksanaan kegiatan. Selain itu, data hasil observasi selama kegiatan dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menggambarkan tingkat partisipasi, antusiasme peserta, serta kemampuan peserta dalam mempraktikkan pembuatan yoghurt kakao secara mandiri.

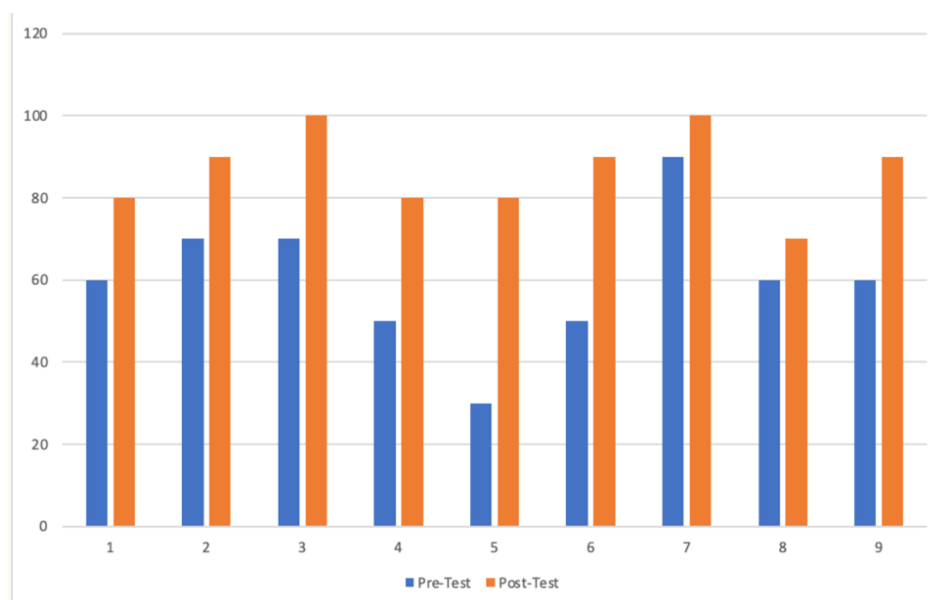
Hasil Pengabdian dan Pembahasan

Pelaksanaan PkM di Desa Gumbrih, Kabupaten Jembrana ini melibatkan total 10 peserta, terdiri dari 7 kader dan 3 ibu yang merupakan keluarga balita. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya makanan ringan dan makanan cepat saji, serta cara pembuatan yoghurt yang diperkaya kakao, sebuah langkah penting bagi kesehatan masyarakat. Antusiasme peserta terlihat sejak awal pelatihan. Mereka aktif berpartisipasi dalam diskusi, menyampaikan pendapat, dan bertanya mengenai topik yang dibahas. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif. Namun, dalam pelatihan ini, kami juga membahas tantangan yang dihadapi oleh petani kakao, yang menjadi salah satu bahan baku penting yang dapat dimanfaatkan dalam pembuatan yoghurt.

Hasil analisis nilai *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan seperti yang ditunjukkan pada Tabel 1. Evaluasi ini hanya diikuti oleh 9 peserta dari total 10 peserta. Hasil evaluasi ini menunjukkan nilai *pre-test* bervariasi dari 30 hingga 90, sedangkan nilai *post-test* menunjukkan nilai terendah 70 dan tertinggi 100. Evaluasi ini menunjukkan seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan. Dengan rata-rata nilai *post-test* mencapai 86,7, sementara rata-rata *pre-test* hanya 60, ini mengindikasikan peningkatan pengetahuan sebesar 44,40%. Sementara itu, evaluasi peningkatan pengetahuan dari masing-masing peserta dapat dilihat pada Gambar 1.

Table 1. Hasil Evaluasi *Pre-test* dan *Post-test* Peserta.

Parameter	<i>Pre-test</i> (%)	<i>Post-test</i> (%)
Jumlah peserta evaluasi	9	9
Nilai terendah	30	70
Nilai tertinggi	90	100
Rata-rata nilai	60	86,70
Persentase peningkatan		44,40%



Gambar 1. Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Peserta

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang dikombinasikan dengan demonstrasi dan praktik langsung mampu meningkatkan pemahaman peserta secara efektif. Pendekatan partisipatif yang digunakan dalam kegiatan ini memungkinkan peserta untuk tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga memahami penerapan praktik sehat secara langsung dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan pengetahuan peserta menunjukkan bahwa edukasi mengenai pemilihan makanan sehat pada balita masih sangat diperlukan di tingkat masyarakat, khususnya terkait kesadaran terhadap kandungan makanan cepat saji dan makanan ringan.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan keterampilan praktis kepada peserta dalam pembuatan yoghurt kakao. Peserta tampak antusias ketika mencoba praktik membuat yoghurt yang dapat diperkaya cita rasa dan gizinya dengan menambahkan bubuk kakao, sehingga merasakan manfaat dari bahan lokal yang mungkin selama ini terabaikan. Sebanyak 4 dari 10 peserta berhasil membuat yoghurt kakao secara mandiri selama proses pendampingan daring. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga keterampilan aplikatif masyarakat dalam mengolah pangan sehat berbasis bahan lokal. Pemanfaatan kakao sebagai campuran yoghurt menjadi salah satu inovasi yang menarik perhatian peserta karena memberikan alternatif pangan sehat dengan cita rasa yang lebih diterima oleh anak-anak.

Pada sesi diskusi dan tanya jawab diperoleh informasi bahwa sebagian besar petani kakao di Desa Gumbrih masih menjual hasil panen dalam bentuk biji kakao mentah kepada pengepul, sehingga pemanfaatan kakao sebagai produk olahan bernilai tambah masih terbatas. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai diversifikasi produk kakao, minimnya akses terhadap teknologi pengolahan pangan, serta kurangnya pendampingan dalam pengembangan usaha berbasis kakao. Melalui kegiatan pelatihan ini, peserta tidak hanya memperoleh edukasi mengenai

pangan sehat dan pembuatan yoghurt kakao, tetapi juga memahami pentingnya pengolahan kakao sebagai produk pangan fungsional yang memiliki nilai ekonomi lebih tinggi dibandingkan dengan penjualan bahan mentah. Diskusi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya pemanfaatan pangan lokal secara optimal serta mendorong kolaborasi antara petani, pengolah, dan masyarakat dalam pengembangan produk pangan berbasis kakao yang lebih sehat dan bernilai tambah.

Secara keseluruhan, kegiatan pelatihan ini tidak hanya mendidik peserta tentang bahaya makanan cepat saji dan cara pembuatan yoghurt, tetapi juga menyoroti pentingnya pemanfaatan kakao yang lebih baik, yang memberikan dampak positif bagi kesehatan masyarakat dan ekonomi lokal. Antusiasme peserta seperti yang terlihat pada Gambar 2 merupakan indikator bahwa mereka siap untuk menerapkan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari serta menjadikan diri mereka sebagai pelopor dalam perubahan pola makan yang lebih sehat di komunitas mereka.



Gambar 2. (A) Serah Terima Alat dan Bahan, (B - F) Penyuluhan dan Praktik Pembuatan Yoghurt

Pengetahuan dan keterampilan yang diberikan kepada mitra adalah pengetahuan dan keterampilan dalam membuat yoghurt secara sederhana yang dapat dibuat sendiri di rumah. Yoghurt adalah susu yang dibuat melalui fermentasi bakteri. Yoghurt dapat dibuat dari susu yang difermentasi oleh bakteri asam laktat. Proses fermentasi laktosa pada susu menghasilkan asam laktat yang berperan dalam protein susu untuk menghasilkan tekstur seperti gel dan aroma unik pada yoghurt. Yoghurt bermanfaat bagi orang yang alergi atau tidak mampu memetabolisme gula susu (laktosa) yang dikenal sebagai penderita intoleransi laktosa (Baguna et al., 2019; Kerans et al., 2024; Nduti et al., 2016). Hal ini dikarenakan kadar laktosa dapat turun hingga seperempatnya selama proses fermentasi yoghurt. Selain itu, yoghurt juga kaya akan protein, vitamin B dan mineral yang sangat penting untuk kesehatan tubuh. Namun demikian, kandungan lemaknya setara dengan susu sebagai bahan dasarnya. Pada anak – anak, kandungan gizi dalam yoghurt tersebut juga penting bagi imunitas tubuh dan daya tahan tubuh terhadap infeksi penyakit dan paparan senyawa toksin (Al-Ansari et al., 2021; Nugroho & Wijayanti, 2021; Rotar et al., 2015)

Kegiatan pelatihan ini selaras dengan beberapa *Sustainable Development Goals* (SDGs), terutama SDGs 2: Tanpa Kelaparan. Dengan meningkatkan pengetahuan tentang bahaya makanan cepat saji dan mempromosikan pembuatan yoghurt, peserta dilatih untuk memilih pola makan yang lebih sehat. Ini penting untuk mendukung gizi yang baik, terutama bagi balita, agar mereka tumbuh dengan optimal. Program ini memberikan cara praktis bagi peserta untuk terlibat dalam pengadaan makanan bergizi,

sambil mengurangi ketergantungan pada makanan olahan yang kurang sehat.

Selain itu, kegiatan ini berkontribusi terhadap SDGs 12: Konsumsi dan Produksi yang Bertanggung Jawab. Dengan mendorong peserta untuk memanfaatkan kakao lokal dalam pembuatan yoghurt, kegiatan ini menekankan pentingnya penggunaan sumber daya yang berkelanjutan dan pengurangan limbah. Pemanfaatan produk lokal tidak hanya memberikan dukungan kepada petani dalam menjaga keberlanjutan usaha mereka, tetapi juga mengurangi dampak lingkungan dari transportasi makanan. Hal ini menciptakan kesadaran akan pentingnya pola makan yang tidak hanya sehat, tetapi juga berkelanjutan.

Kegiatan ini juga mendukung SDGs 17: Kemitraan untuk Mencapai Tujuan. Kolaborasi yang terjalin antara peserta, petani kakao, dan penyedia pelatihan menunjukkan kekuatan kemitraan dalam menciptakan perubahan positif. Dengan meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta, serta memberikan dukungan kepada petani untuk mengolah kakao menjadi produk yang bernilai lebih tinggi, kita bisa membangun ekosistem yang saling mendukung. Melalui kemitraan ini, diharapkan akan ada transfer pengetahuan yang berkelanjutan dan peningkatan kualitas hidup di komunitas yang lebih luas.

Kesimpulan

Kegiatan PkM di Desa Gumbrih, Kabupaten Jembrana, berhasil meningkatkan pengetahuan kader Posyandu dan keluarga balita mengenai pola makan sehat, bahaya makanan cepat saji, serta pemanfaatan kakao sebagai pangan lokal bergizi. Peningkatan pengetahuan peserta sebesar 44,40% menunjukkan bahwa pendekatan edukasi partisipatif dan pelatihan demonstratif yang diterapkan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat. Selain mendukung penerapan pola konsumsi yang lebih sehat di tingkat keluarga, kegiatan ini juga mendorong pemanfaatan kakao lokal sebagai produk pangan bernilai tambah yang berpotensi mendukung kesehatan masyarakat dan penguatan ekonomi lokal. Program ini turut berkontribusi terhadap pencapaian SDGs, khususnya SDGs 2, 3, 12, dan 17 melalui penguatan edukasi kesehatan, pemanfaatan pangan lokal, serta kolaborasi antara tim pelaksana, kader Posyandu, dan masyarakat desa.

Saran

Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah peserta yang lebih luas, terutama melibatkan bapak-bapak sebagai kepala keluarga balita, serta pendampingan berkelanjutan agar penerapan pola makan sehat dan keterampilan pengolahan pangan lokal dapat diterapkan secara konsisten di tingkat rumah tangga. Selain itu, diperlukan dukungan kolaborasi dengan pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan kelompok tani kakao untuk memperkuat keberlanjutan program serta pengembangan produk pangan lokal berbasis kakao.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa atas dukungan dan pendanaan yang diberikan, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada pemerintah dan masyarakat Desa Gumbrih, Kabupaten Jembrana, atas kerja sama, partisipasi, dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian ini berlangsung.

Daftar Pustaka

Al-Ansari, M. M., Sahlah, S. A., AlHumaid, L., & Ranjit Singh, A. J. (2021). Probiotic lactobacilli: Can be a remediating supplement for pandemic COVID-19. A review. *Journal of King Saud University - Science*, 33(2), 101286. <https://doi.org/10.1016/j.jksus.2020.101286>

- Baguna, R., Yelnetty, A., Siswosubroto, S. E., & Lontaan, N. (2019). Pengaruh penggunaan madu terhadap nilai pH, sineresis, dan total bakteri asam laktat yoghurt sinbiotik. *Zootec*, 40(1), 214. <https://doi.org/10.35792/zot.40.1.2020.27040>
- BPS Kabupaten Jembrana. (2024). Kabupaten Jembrana Dalam Angka 2024. Badan Pusat Statistik Kabupaten Jembrana. Retrieved from <https://jembranakab.bps.go.id>
- Das, J. C. (2016). Fast Food Consumption in Children: A Review. *Medical & Clinical Reviews*, 01(01), 1–4. <https://doi.org/10.21767/2471-299x.1000001>
- D.P.C.Udiyani, P.A.N.K.Permatananda, dan D. A. P. R. J. (2025). Pemberdayaan Masyarakat dalam menanggulangi Kasus Chikungunya di Desa Gumbrih dengan Pemanfaatan TOGA Tanaman Juwet (*Sinsigium cumini* L). *Jurnal WMMJ*, 4(3), 244–248
- Fardlillah, Q., & Lestari, Y. E. (2024). Dampak Pemberian Makanan Junk Food Pada Usia Dini. *AL-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 241–250. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v5i1.1302>
- Hartian, T., & Harahap, M. H. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Kebiasaan Konsumsi Fast Food Pada Siswa SD N 70 Kota Pekanbaru. *JKEMS- Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 7–18. <https://doi.org/10.58794/jkems.v1i2.493>
- Junaedi, I. W. R., Feoh, G., & Utama, I. G. B. R. (2021). Peningkatan Pengetahuan Teknologi Tepat Guna Pada BUMDES Catu Graha Mandiri Dengan Tools Canva di Desa Gumbrih , Kecamatan Pekutatan, Kabupaten Jembrana. *Jurnal Paradharma*, 5(1), 38–44. Retrieved from https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/para_dharma/article/view/1440v
- Kemenkes BKKP. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kerans, F. F. A., Evayanti, L. G., Witari, N. P. D., Sumadewi, K. T., Dewi, A. A. A. A. P., Astini, D. A. A. A. S., Kurniawati, I., & Pratama, G. A. S. (2024). Pemberdayaan Kader Posyandu Banjar Tengah Desa Blahbatuh melalui Pelatihan Keterampilan Pembuatan Yoghurt Buah Lokal. *J Warmadewa Minesterium Medical Journal*, 3(1). <https://doi.org/10.22225/wmmj.3.1.2024.8-14>
- Nduti, N., McMillan, A., Seney, S., Sumarah, M., Njeru, P., Mwaniki, M., & Reid, G. (2016). Investigating probiotic yoghurt to reduce an aflatoxin B1 biomarker among school children in eastern Kenya: Preliminary study. *International Dairy Journal*, 63, 124–129. <https://doi.org/10.1016/J.IDAIRYJ.2016.07.014>
- Nugroho, D. F., & Wijayanti, D. A. (2021). Pengaruh Penambahan Sari Wortel Pada Yoghurt Ditinjau Dari Aw, Kadar Air, Viskositas, Total Asam Tertitiasi Dan Kadar Protein. *AGRISAINTEFIKA: Jurnal Ilmu-Ilmu Pertanian*, 5(1), 18. <https://doi.org/10.32585/ags.v5i1.1374>
- Nur, N. H., Syamsul, M., Wijaya, I., Anirwan, A., Taufik, A., & Shahnyb, N. (2023). Edukasi Tentang Makanan Cepat Saji dan Dampak Kesehatan Pada Masyarakat Urban Kota Makassar. *SENTRA DEDIKASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 66–71. <https://doi.org/10.59823/dedikasi.v1i2.30>
- Rotar, A. M., Vodnar, D. C., Bunghez, F., Cătușescu, G. M., Pop, C. R., Jimborean, M., & Semeniuc, C. A. (2015). Effect of goji berries and honey on lactic acid bacteria viability and shelf life stability of yoghurt. *Notulae Botanicae Horti Agrobotanici Cluj-Napoca*, 43(1), 196–203. <https://doi.org/10.15835/nbha4319814>
- Santos, L. de M., Roselino, M. N., Alves, J. de C., Viana, S. N. A., dos Reis Requião, E., dos Santos Ferro, J. M. R. B., de Souza, C. O., & Ribeiro, C. D. F. (2025). Production and characterization of

- kombucha-like beverage by cocoa (*Theobroma cacao*) by-product as raw material. *Future Foods*, 11(December 2024). <https://doi.org/10.1016/j.fufo.2024.100528>
- Sari, H. P., Sulistyaning, A. R., Wicaksari, S. A., Putri, W. P., & Widyaningtyas, E. (2024). Associations of Fast-Food Consumption Patterns, Sugar-Sweetened Beverages, and Fibre Intake with Blood Cholesterol in Young Adult. *Amerta Nutrition*, 8(2), 312–317. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i2.2024.312-317>
- Siregar, L. Y., & Siagian, M. M. (2023). Persepsi Orang Tua tentang Konsumsi Junk Food untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3477–3485. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4638>
- Vakili, R., Kiani, M. A., Saeidi, M., Hoseini, B. L., & Anbarani, M. A. (2015). Junk food consumption and effects on growth status among children aged 6-24 months in Mashhad, Northeastern Iran. *International Journal of Pediatrics*, 3(4), 817–822. <https://doi.org/10.22038/ijp.2015.4637>
- Verma, R., Bansal, C., & Jain, T. (2020). Impact of Junk food on Physical and Mental health of the Youngsters in Bhopal city - A Cross Sectional Survey Study. *International Journal of Ayurvedic Medicine*, 11(2), 184–192. <https://doi.org/10.47552/ijam.v11i2.1418>
- Wiratini, N. K. A., & Meitriana, M. A. (2022). Persepsi Petani Kakao di Kabupaten Jembrana Terhadap Koperasi Kerta Semaya Samaniya. *Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 10(2), 264–271. <https://doi.org/10.23887/ekuitas.v10i2.35390>