

## PENYULUHAN MANFAAT YOGURT DAN DEMONSTRASI PENGUNAAN ALAT YOU-G SEBAGAI INOVASI PEMBUATAN YOGURT RUMAHAN

Dewi Petti Virgianti<sup>1</sup>, Dina Ferdiani<sup>1\*</sup>, Taufik Hidayat<sup>1</sup>,

<sup>1</sup>Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

\*Korespondensi: [dinaferdiani@universitas-bth.ac.id](mailto:dinaferdiani@universitas-bth.ac.id)

### ABSTRACT

*Public knowledge about yogurt as a functional food still needs to be improved, particularly about its ingredients, manufacturing process, benefits, and content. This community service activity aims to increase public knowledge about yogurt and introduce media or yogurt-making innovations that are easily implemented in everyday life. The activity was conducted in the form of counseling to participants, and knowledge was measured before and after the activity using the same questionnaire. Data were analyzed descriptively and supplemented with statistical analysis to see the trend of changes in participants' knowledge after the intervention. The results showed that the average knowledge score increased, with 66% of participants experiencing an increase in their score, 34% showing an unchanged score, and no participants experiencing a decrease in their score. An increase in the percentage of correct answers was seen in most aspects of the ingredients, particularly related to bacteria, temperature, benefits, and yogurt-making ingredients, although there was no increase in knowledge about yogurt content. The results of participant assessments also showed that the media or innovation introduced was considered easy to use, energy efficient, and could be a solution in making healthy food. It can be concluded that the counseling activity had a positive impact descriptively on increasing participants' knowledge and acceptance of the innovation introduced, although strengthening educational methods is still needed to achieve better results.*

**Keywords:** extension, yogurt, knowledge, tool innovation

### ABSTRAK

Pengetahuan masyarakat mengenai yogurt sebagai pangan fungsional masih perlu ditingkatkan, terutama terkait bahan, proses pembuatan, manfaat, dan kandungannya. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai yogurt serta memperkenalkan media atau inovasi pembuatan yogurt yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kepada peserta, kemudian dilakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan instrumen pertanyaan yang sama. Data dianalisis secara deskriptif dan dilengkapi dengan analisis statistik untuk melihat kecenderungan perubahan pengetahuan peserta setelah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa rerata skor pengetahuan meningkat, sebanyak 66% peserta mengalami peningkatan skor, 34% peserta menunjukkan skor yang tidak berubah, dan tidak ada peserta yang mengalami penurunan skor. Peningkatan persentase jawaban benar tampak pada sebagian besar aspek materi, terutama terkait bakteri, suhu, manfaat, dan bahan pembuatan yogurt, meskipun pada aspek pengetahuan mengenai kandungan yogurt belum terjadi peningkatan. Hasil penilaian peserta juga menunjukkan bahwa media atau inovasi yang diperkenalkan dinilai mudah digunakan, hemat energi, dan dapat menjadi solusi dalam pembuatan makanan sehat. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan memberikan dampak positif secara deskriptif terhadap peningkatan pengetahuan dan penerimaan peserta terhadap inovasi yang diperkenalkan, meskipun penguatan metode edukasi masih diperlukan agar hasil yang dicapai lebih optimal.

**Kata Kunci:** penyuluhan, yogurt, pengetahuan, inovasi alat

### PENDAHULUAN

Meningkatnya kesadaran masyarakat mengenai kaitan erat antara pola makan dan kesehatan telah memicu tren positif terhadap konsumsi pangan fungsional dalam beberapa tahun terakhir. Yogurt merupakan salah satu produk susu fermentasi yang dikenal luas karena nilai gizinya serta potensi manfaatnya bagi kesehatan, terutama dalam mendukung kesehatan saluran cerna, fungsi imun, dan kualitas diet. Di sisi lain, literatur mutakhir juga menunjukkan bahwa minat masyarakat terhadap pangan probiotik tidak selalu diikuti oleh tingkat pengetahuan dan praktik yang memadai, sehingga

edukasi mengenai manfaat, cara konsumsi, dan pengolahan pangan probiotik masih menjadi kebutuhan penting di tingkat masyarakat (Alkhalidy, 2024; Alqaydi et al., 2024; Latif et al., 2023).

Pada tataran masyarakat, problematik yang umum dijumpai tidak sekadar berpusat pada kesenjangan literasi terkait manfaat yoghurt, melainkan juga pada minimnya keterampilan aplikatif dalam memproduksi yoghurt skala rumah tangga. Secara prinsip, proses pengolahan yoghurt mandiri merupakan teknologi tepat guna yang ekonomis, sehingga memiliki prospek yang baik sebagai alternatif pangan fungsional bagi keluarga. Meskipun demikian, prosedur tersebut tetap menuntut komprehensivitas yang presisi terhadap mekanisme fermentasi, standar sanitasi dan higiene, teknik pasteurisasi, hingga metode pengemasan dan penyimpanan. Berbagai variabel tersebut sangat krusial dalam menentukan mutu dan keamanan pangan produk akhir. Oleh karena itu, peningkatan literasi gizi perlu disinergikan dengan pendampingan teknis agar masyarakat tidak hanya menguasai aspek kognitif mengenai manfaat yoghurt, tetapi juga memiliki kompetensi untuk memproduksinya sesuai dengan standar kelayakan konsumsi. (Aslani et al., 2024; Salim et al., 2026).

Tinjauan terhadap sejumlah hasil pengabdian kepada masyarakat dalam lima tahun terakhir mengindikasikan bahwa integrasi antara metode penyuluhan dan praktik langsung merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan kapasitas kognitif serta keterampilan masyarakat terkait produksi yogurt. Sebagai representasi, program pelatihan di Jatisari mencatatkan eskalasi pemahaman teknis peserta dari 44% menjadi 83% pascaintervensi. Tren positif serupa turut diobservasi pada kegiatan di Desa Rumah Berastagi, di mana tingkat komprehensi peserta meningkat dari 88,57% menjadi 97,50% setelah pemberian edukasi dan praktik aplikatif. Selanjutnya, intervensi pada kelompok ibu rumah tangga di Makassar mengonfirmasi bahwa metode simulasi secara empiris mampu mengoptimalkan pemahaman peserta mengenai karakteristik produk, nilai fungsional, dan prosedur pembuatan yogurt. Akumulasi temuan tersebut mengukuhkan bahwa metode edukasi interaktif yang dikombinasikan dengan demonstrasi praktis merupakan strategi penyelesaian masalah yang sangat relevan dan direkomendasikan bagi masyarakat sasaran (Al Ghifari et al., 2025; Hibatullah et al., 2025; Ningsih et al., 2025; Salim et al., 2026).

Berdasarkan rasionalisasi tersebut, pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat bertajuk “Penyuluhan Manfaat Yogurt dan Demonstrasi Penggunaan Alat *You-G* sebagai Inovasi Pembuatan Yogurt Rumahan” menjadi sangat relevan. Alat *You-G*, yang merupakan instrumen hasil modifikasi teknologi tepat guna, diproyeksikan menjadi media inovatif yang memfasilitasi masyarakat dalam memahami sekaligus mengaplikasikan proses pengolahan yogurt secara lebih praktis, sistematis, dan terstandar. Melalui integrasi penyuluhan dan demonstrasi penggunaan alat ini, khalayak sasaran diharapkan tidak sekadar mengafirmasi manfaat kesehatan dari yogurt, tetapi juga menguasai kompetensi teknis untuk memproduksinya secara mandiri, higienis, dan berkesinambungan. Lebih jauh, pendekatan pemberdayaan ini diyakini mampu mengakselerasi pembentukan pola konsumsi pangan fungsional di tingkat keluarga, sekaligus membuka prospek rintisan wirausaha pangan skala mikro di lingkungan masyarakat. (Hibatullah et al., 2025; Ningsih et al., 2025; Salim et al., 2026). Maka, tujuan dari pengabdian masyarakat ini yaitu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang manfaat yogurt bagi kesehatan, meningkatkan keterampilan masyarakat dalam menggunakan alat *You-G* untuk membuat yogurt sendiri di rumah, serta mendorong pemanfaatan teknologi sederhana sebagai inovasi pangan sehat yang mudah diterapkan pada skala rumah tangga.

## METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini mengambil format penyuluhan disertai demonstrasi yang diselenggarakan secara daring melalui platform Zoom Meeting, tergabung dalam rangkaian Webinar Diseminasi dan Kegiatan PKM Nasional ke-3 yang diinisiasi oleh LPPM Universitas Bakti Tunas

Husada Tasikmalaya, mengangkat tema "Mewujudkan Indonesia Emas melalui Pemberdayaan Masyarakat yang Inovatif dan Berkelanjutan". Kegiatan berlangsung selama 480 menit pada 31 Oktober 2025, dengan sasaran utama mahasiswa dan dosen dari beragam perguruan tinggi di Indonesia yang berpartisipasi dalam webinar tersebut. Dari total 34 peserta yang mengikuti sesi pemaparan materi, tercatat sebanyak 32 orang yang menuntaskan pengisian kuesioner pada tahap pra-dan pascakegiatan secara lengkap; hanya data dari kelompok inilah yang selanjutnya digunakan dalam proses analisis.



**Gambar 1.** Piramida alur pelaksanaan pengabdian Masyarakat

## PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi. Tahap perencanaan meliputi penyusunan materi penyuluhan, persiapan media presentasi, koordinasi dengan panitia pelaksana, penyusunan instrumen kuesioner, serta penyiapan alat *You-G* sebagai media demonstrasi pembuatan yogurt rumahan. Materi penyuluhan disusun untuk memberikan pemahaman mengenai manfaat yogurt bagi kesehatan, prinsip dasar fermentasi susu, serta pemanfaatan alat *You-G* sebagai inovasi sederhana dalam pembuatan yogurt skala rumah tangga.

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan metode ceramah interaktif dan demonstrasi. Kegiatan diawali dengan pembukaan, pengisian kuesioner awal atau pre-test, penyampaian materi mengenai manfaat yogurt bagi kesehatan, demonstrasi penggunaan alat *You-G*, diskusi, tanya jawab, dan pengisian kuesioner akhir atau post-test. Demonstrasi dilakukan dengan menjelaskan komponen alat *You-G*, prinsip kerja alat, tahapan penggunaan, serta contoh aplikasinya dalam pembuatan yogurt rumahan. Selama kegiatan berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan dan tanggapan terhadap materi maupun demonstrasi yang disampaikan.

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini adalah kuesioner daring berbasis *Google Form*. Instrumen tersebut terdiri atas 20 butir soal yang mencakup data demografi responden, tingkat pengetahuan mengenai yogurt beserta manfaat kesehatannya, serta pemahaman teknis terkait penggunaan alat *You-G*. Format pertanyaan yang diterapkan berupa pertanyaan tertutup dengan pilihan jawaban dikotomis (benar-salah) dan pilihan ganda, serta kuesioner respons terhadap efektivitas pelaksanaan kegiatan. Pengambilan data dilakukan melalui dua tahapan, yakni *pre-test* (sebelum kegiatan) untuk mengukur tingkat pengetahuan awal, dan *post-test* (setelah kegiatan) untuk

mengevaluasi peningkatan pemahaman pasca-intervensi. Validasi instrumen dilakukan melalui penelaahan isi (*content validation*) oleh tim pelaksana guna memastikan relevansi instrumen dengan tujuan kegiatan, kejelasan redaksi bahasa, serta keterukuran indikator pengetahuan yang ditetapkan.

### ANALISIS DATA

Data kegiatan diperoleh dari kuesioner daring, daftar hadir peserta, dokumentasi kegiatan, serta hasil observasi partisipasi peserta selama webinar. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan menghitung frekuensi, persentase, dan rata-rata skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Persentase jawaban peserta dihitung menggunakan rumus:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentase,

f = jumlah responden pada kategori tertentu,

N = jumlah seluruh responden yang mengisi kuesioner secara lengkap.

Peningkatan pengetahuan peserta dianalisis dengan membandingkan rata-rata skor *pre-test* dan *post-test*. Selisih antara skor *post-test* dan *pre-test* digunakan untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi deskriptif untuk menggambarkan capaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

### MONITORING

Monitoring kegiatan dilakukan selama proses pelaksanaan webinar dengan mengamati kelancaran teknis kegiatan, kehadiran peserta, keterlibatan peserta dalam diskusi, keaktifan peserta dalam sesi tanya jawab, serta kesesuaian pelaksanaan kegiatan dengan susunan acara yang telah direncanakan. Monitoring juga dilakukan terhadap kesiapan media presentasi, kualitas penyampaian materi, kelancaran demonstrasi penggunaan alat *You-G*, serta respons peserta selama kegiatan berlangsung.

### EVALUASI

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menilai hasil *pre-test* dan *post-test*, partisipasi peserta, kelengkapan pengisian kuesioner, serta tanggapan peserta terhadap materi dan demonstrasi yang diberikan. Indikator keberhasilan kegiatan meliputi: terlaksananya kegiatan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan, kehadiran peserta sesuai target, peserta aktif mengikuti diskusi, peserta memahami manfaat yogurt bagi kesehatan, peserta memahami prinsip penggunaan alat *You-G*, serta adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan peserta setelah kegiatan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan secara daring melalui Zoom Meeting dalam rangkaian Webinar Diseminasi dan Kegiatan PKM Nasional ke-3 yang diselenggarakan oleh LPPM Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya, dipresentasi materi mengenai “*Manfaat Yogurt untuk Kesehatan dan Cara Membuat Yogurt dengan Alat Pembuat Yogurt Tanpa Listrik*”, yang disampaikan dalam bentuk penyuluhan disertai demonstrasi penggunaan alat *You-G* sebagai media pembuatan yogurt rumahan. Kegiatan ini diikuti oleh mahasiswa dan dosen dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia, sehingga menjadi sarana diseminasi ilmu pengetahuan yang tidak hanya memperkenalkan manfaat yogurt bagi kesehatan, tetapi juga memberikan keterampilan praktis kepada peserta dalam memanfaatkan teknologi sederhana untuk menghasilkan pangan

fermentasi secara mandiri. Selama kegiatan berlangsung (Gambar 2), interaksi antara narasumber dan peserta tampak terbangun melalui sesi diskusi dan tanya jawab, yang menunjukkan antusiasme peserta terhadap materi yang disampaikan.



**Gambar 2.** Pelaksanaan pengabdian secara daring melalui aplikasi zoom

Hasil kegiatan penyuluhan mengenai yogurt sebagai pangan sehat pada bagian ini disajikan melalui analisis perubahan pengetahuan responden, distribusi skor individu, serta persepsi terhadap media atau inovasi yang diperkenalkan. Hasil yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dan didukung dengan analisis statistik untuk memberikan gambaran mengenai kecenderungan perubahan yang terjadi setelah kegiatan. Selanjutnya, temuan tersebut diinterpretasikan dengan merujuk pada literatur yang relevan agar efektivitas penyuluhan dan tingkat penerimaan inovasi oleh responden dapat dijelaskan secara lebih komprehensif (Fikriyah et al., 2024).

**Tabel 1.** Distribusi Perubahan Skor Individu

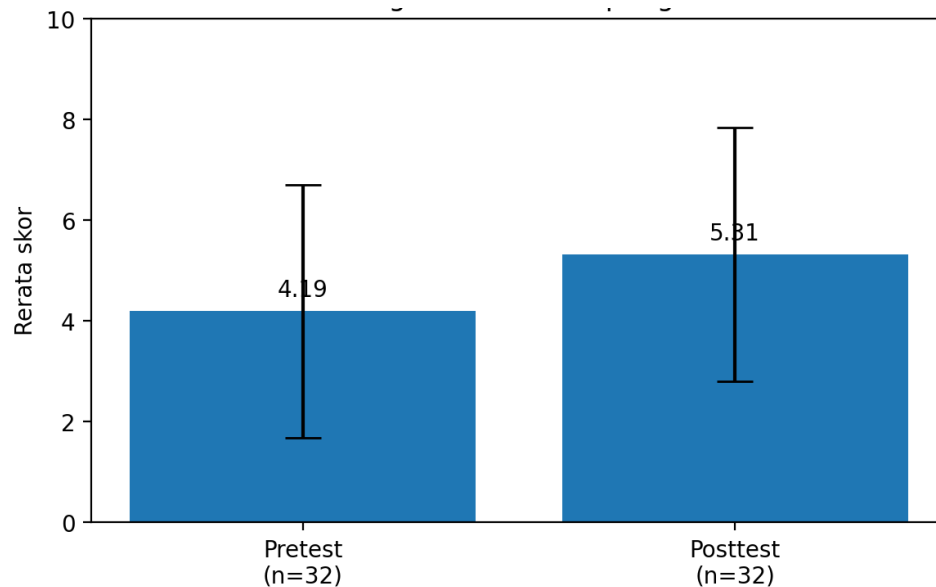
| Kategori  | Jumlah Responden | Persentase (%) |
|-----------|------------------|----------------|
| Meningkat | 21               | 66             |
| Tetap     | 11               | 34             |
| Menurun   | 0                | 0              |

Berdasarkan Tabel 1, dari 32 responden yang mengikuti *pre-test* dan *post-test*, sebagian besar responden mengalami peningkatan skor pengetahuan, yaitu sebanyak 21 orang (66%). Sementara itu, 11 orang (34%) menunjukkan skor yang tetap, dan tidak ada responden (0%) yang mengalami penurunan skor. Secara deskriptif, distribusi ini menunjukkan bahwa penyuluhan cenderung memberikan dampak positif terhadap pengetahuan peserta.

Dominannya responden yang mengalami peningkatan skor setelah penyuluhan sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi gizi atau edukasi kesehatan umumnya berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan. Cusquisibán-Alcantara et al. (2024) melaporkan bahwa intervensi edukasi gizi memberikan dampak positif terhadap *nutrition knowledge* pada Masyarakat (Cusquisibán-Alcantara et al., 2024).

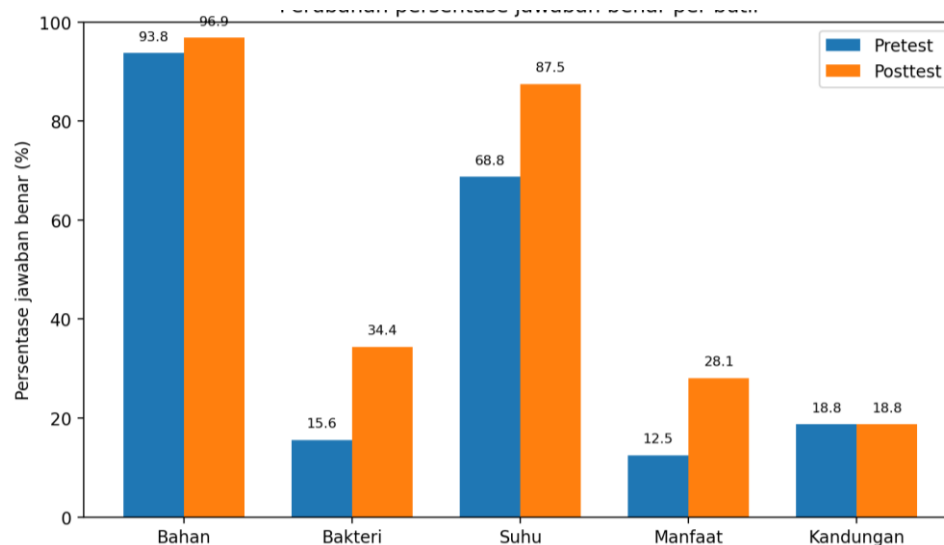
Adanya 34% responden dengan skor tetap menunjukkan bahwa efek penyuluhan belum merata pada seluruh peserta. Kondisi ini dapat dipahami karena perubahan pengetahuan sangat dipengaruhi oleh pengetahuan awal, tingkat perhatian saat penyuluhan, metode penyampaian, serta tingkat kompleksitas materi. Pada topik yogurt, probiotik, dan prebiotik, variasi pemahaman masyarakat memang masih cukup besar. Sedangkan, Tidak adanya responden yang mengalami penurunan skor merupakan temuan yang baik, karena menunjukkan bahwa penyuluhan minimal mampu mempertahankan pemahaman awal peserta tanpa menimbulkan miskonsepsi baru. Meski demikian,

hasil ini juga menegaskan bahwa kegiatan penyuluhan berikutnya masih perlu dioptimalkan agar proporsi peserta yang meningkat dapat lebih besar (Setyaning Jati et al., 2024; Susilorini et al., 2024).



**Gambar 3.** Perbandingan rerata skor pengetahuan *pre-test* dan *post-test* pada responden

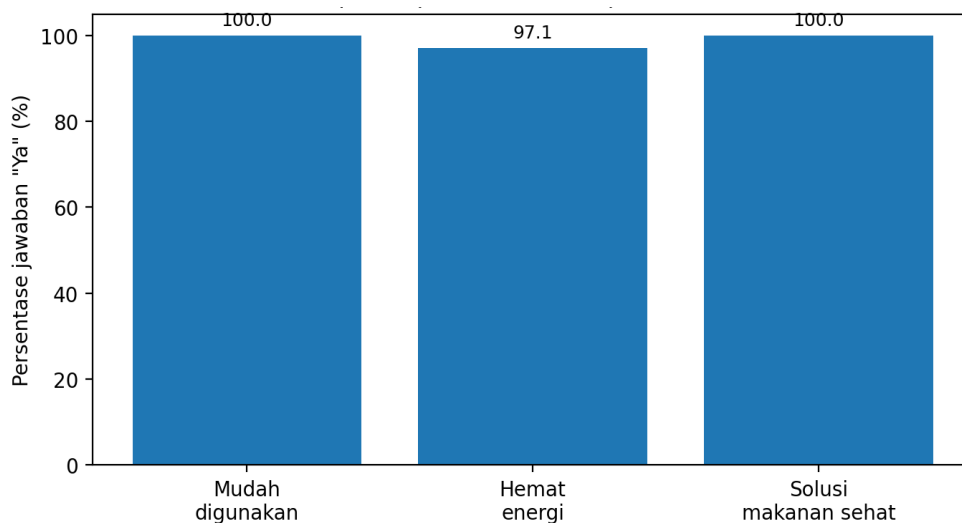
Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* pada 32 responden berpasangan, rerata skor pengetahuan meningkat dari 4,19 menjadi 5,31. Peningkatan ini menunjukkan adanya dampak positif penyuluhan secara deskriptif terhadap pengetahuan responden, meskipun variasi skor yang masih cukup lebar mengindikasikan bahwa peningkatan pemahaman belum merata. Hasil ini sejalan dengan penelitian Cusquisibán-Alcantara et al. (2024) yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi, serta systematic review Pushpa et al. (2024) yang menyatakan bahwa edukasi gizi berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku makan sehat. Selain itu, Alkhaldy (2024) melaporkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang probiotik dan prebiotik masih bervariasi, sehingga edukasi tetap diperlukan untuk memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pangan fungsional seperti yogurt (Alkhaldy, 2024; Cusquisibán-Alcantara et al., 2024; Pushpa et al., 2024).



**Gambar 4.** Perubahan persentase jawaban benar per butir pengetahuan

Berdasarkan Gambar 4, persentase jawaban benar setelah penyuluhan menunjukkan peningkatan pada hampir seluruh aspek pengetahuan yang diukur. Pengetahuan tentang bahan pembuatan yogurt sudah tinggi sejak *pre-test*, yaitu 93,8%, dan meningkat menjadi 96,9% pada *post-test*. Peningkatan yang lebih nyata terlihat pada aspek bakteri dari 15,6% menjadi 34,4%, aspek suhu dari 68,8% menjadi 87,5%, serta aspek manfaat dari 12,5% menjadi 28,1%. Sementara itu, aspek kandungan tidak mengalami perubahan, yaitu tetap 18,8% pada *pre-test* dan *post-test*. Secara deskriptif, temuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan mampu meningkatkan pemahaman responden, terutama pada materi yang berkaitan dengan langkah praktis pembuatan yogurt, meskipun peningkatan belum merata pada seluruh indikator.

Secara keseluruhan, pola hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan yang bersifat praktis dan aplikatif dibandingkan pengetahuan yang bersifat konseptual dan teknis mendalam. Implikasinya, penyuluhan berikutnya sebaiknya dirancang lebih interaktif dan berulang, misalnya melalui demonstrasi langsung, media visual yang menonjolkan peran bakteri starter, suhu fermentasi, manfaat yogurt, serta kandungan gizinya. Rekomendasi ini juga sejalan dengan systematic review oleh Pushpa et al. (2024) dan literature review oleh Isma et al. (2025) yang menekankan pentingnya desain edukasi yang lebih intensif, bervariasi, dan berkelanjutan agar peningkatan pengetahuan menjadi lebih kuat dan lebih merata (Isma et al., 2025; Pushpa et al., 2024).



**Gambar 4.** Persepsi responden terhadap alat *You-G*

Berdasarkan Gambar 4, persepsi responden terhadap instrumen yang diperkenalkan dalam kegiatan penyuluhan mengindikasikan tingkat akseptabilitas yang sangat positif. Data menunjukkan bahwa seluruh responden (100,0%) menyatakan alat tersebut mudah dioperasikan, mayoritas responden (97,1%) menilai memiliki efisiensi energi yang baik, dan seluruh responden (100,0%) sepakat bahwa media ini merupakan solusi efektif untuk memproduksi pangan sehat. Secara deskriptif, temuan ini menegaskan bahwa inovasi yang ditawarkan tidak sekadar berterima dari aspek kemudahan operasional, melainkan juga dinilai berdaya guna secara praktis dan sangat relevan dengan kebutuhan rumah tangga, terutama dalam mendukung kemandirian penyediaan pangan fungsional.

Temuan ini mengindikasikan tingkat akseptabilitas inovasi yang sangat tinggi di kalangan pengguna. Sinergi antara kemudahan operasional, persepsi efisiensi energi, serta fungsinya sebagai instrumen penyedia pangan fungsional menjadi modal krusial bagi keberlanjutan pemanfaatan alat

pascakegiatan. Berdasarkan tinjauan literatur, tren ini sejalan dengan teori adopsi teknologi yang menitikberatkan pada faktor kemudahan (*perceived ease of use*) dan manfaat (*perceived usefulness*) yang dirasakan oleh pengguna. Di samping itu, temuan ini turut mengonfirmasi tingginya persepsi positif masyarakat terhadap yogurt sebagai produk fermentasi yang terbukti relevan dengan peningkatan kualitas kesehatan. (Damanik et al., 2025; Savaiano & Hutkins, 2021).



**Gambar 5.** Desain model alat pembuat yogurt rumahan *You-G*

Desain model alat pembuat yogurt rumahan *You-G* (Gambar 5) yang secara visual terdiri atas badan utama berbentuk tabung berpegangan, komponen penutup bagian atas, wadah fermentasi internal tertutup, serta satu aksesori pelengkap, sehingga menunjukkan rancangan yang ringkas, portabel, dan sesuai untuk penggunaan skala rumah tangga. Secara fungsional, desain seperti ini relevan dengan prinsip pembuatan yogurt karena proses fermentasi memerlukan wadah yang higienis dan kondisi inkubasi hangat yang relatif stabil agar bakteri asam laktat dapat tumbuh optimal, mempercepat penurunan pH, dan membentuk tekstur gel khas yogurt (Bankole et al., 2023; Yunita et al., 2024).

Literatur menunjukkan bahwa kultur yogurt termofilik umumnya bekerja baik pada kisaran suhu sekitar 40–45°C, sedangkan pengujian alat *yogurt maker* rumah tangga juga menunjukkan rentang operasional 37–45°C dapat digunakan untuk fermentasi susu. Dengan demikian, model *You-G* ini dapat dipandang sebagai inovasi alat sederhana yang mendukung pembuatan yogurt rumahan secara lebih praktis, sekaligus berpotensi mendorong pemanfaatan yogurt sebagai pangan fungsional yang dikaitkan dengan manfaat terhadap toleransi laktosa, kesehatan saluran cerna, kesehatan tulang, pengendalian berat badan, dan profil metabolik (Savaiano & Hutkins, 2021).

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan literasi pangan fungsional masyarakat sekaligus memperkenalkan "You-G", alat pembuat yogurt rumahan tanpa listrik. Intervensi edukasi terbukti meningkatkan pengetahuan 66% peserta (skor rata-rata naik dari 4,19 menjadi 5,31) tanpa ada penurunan nilai. Alat "You-G" juga diterima sangat baik dengan tingkat kemudahan penggunaan 100%, efisiensi energi 97,1%, dan 100% persetujuan sebagai solusi praktis pembuatan yogurt mandiri. Secara keseluruhan, program ini efektif dan disarankan untuk dilanjutkan dengan metode edukasi yang lebih interaktif agar pemahaman gizi masyarakat semakin optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

Al Ghifari, M. F., Lestari, O. D., & Putri, E. (2025). Yoghurt making training for stunting

- management in Jatisari Hamlet. *Proceedings International Conference on Health Science and Technology, 1*, 213–218.
- Alkhaldy, A. A. (2024). Awareness, knowledge, and beliefs about probiotics and prebiotics among Saudi adults: a cross-sectional study. *Frontiers in Immunology, 15*, 1464622.
- Alqaydi, T. K., Bedir, A. S., Abu-Elsaoud, A. M., El-Tarabily, K. A., & Al Raish, S. M. (2024). An Assessment of the Knowledge, Attitude, and Practice of Probiotics and Prebiotics among the Population of the United Arab Emirates. *Foods, 13*(14), 2219.
- Aslani, R., Mazaheri, Y., Jafari, M., Sadighara, P., Molaei-aghaee, E., Ozcakmak, S., & Reshadat, Z. (2024). Implementation of hazard analysis and critical control point (HACCP) in yogurt production. *Journal of Dairy Research, 91*(1), 125–135.
- Bankole, A. O., Ironidi, E. A., Awoyale, W., & Ajani, E. O. (2023). Application of natural and modified additives in yogurt formulation: Types, production, and rheological and nutraceutical benefits. *Frontiers in Nutrition, 10*, 1257439. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1257439>
- Cusquisibán-Alcantara, Y., Toledo-Garrido, C., Calizaya-Milla, Y. E., Carranza-Cubas, S. P., & Saintila, J. (2024). Impact of a Nutrition Education Intervention on Knowledge, Healthy Eating Index, and Biochemical Profile in a Rural Community in Peru. *Journal of Multidisciplinary Healthcare, 17*, 1111–1125. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S440195>
- Damanik, F. S., Widayanti, A. W., & Wiedyaningsih, C. (2025). Exploring Technology Acceptance Models: A Systematic Review of Health Application Adoption in Asian Countries. *Jurnal Manajemen Dan Pelayanan Farmasi (Journal of Management and Pharmacy Practice), 15*(2), 110–120. <https://doi.org/10.22146/jmpf.96755>
- Fikriyah, H., Habibi, N. A., Ismanilda, I., Darningsih, S., Zulkifli, Z., Andrafikar, A., & Edmon, E. (2024). Pengaruh Penambahan Inulin terhadap Mutu Sensorik, Kandungan Serat dan Daya Terima Yoghurt. *Jurnal Sehat Mandiri, 19*(1), 369–379.
- Hibatullah, A. Y., Wafaretta, E., Sakka, D. F., & Mamangkey, J. (2025). Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan Yoghurt sebagai Teknologi Pangan Rumahan dan Kemandirian Ekonomi bagi Ibu Rumah Tangga di Perumahan Dosen UNHAS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei, 5*(2).
- Isma, R., Februhartanty, J., & Susanto, H. (2025). Nutrition Education for Non-Health University Students in Indonesia: A Literature Review. *Journal of Global Nutrition, 5*(2), 561–571. <https://doi.org/10.53823/jgn.v5i2.143>
- Latif, A., Shehzad, A., & Niazi, S. (2023). Probiotics: mechanism of action, health benefits and their application in food industries. *Frontiers in Microbiology, 14*, 1216674.
- Ningsih, W., Rulianah, S., Fajarwati, A. N., Maryanty, Y., & Sudarminto, H. P. (2025). Pelatihan Pembuatan Yogurt dan Penyuluhan Pengendalian Mutu Yogurt melalui Implementasi Sistem Manajemen Mutu di UMKM Lingkungan ‘Aisyiyah Kota Malang. *J-Dinamika, 10*(2), 281–287.
- Pushpa, B. S., Abdul Latif, S. N., Sharbini, S., Murang, Z. R., & Ahmad, S. R. (2024). Nutrition education and its relationship to body image and food intake in Asian young and adolescents: a systematic review. *Frontiers in Nutrition, 11*, 1287237. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1287237>
- Salim, E., Hanum, T. I., & Yuandani, Y. (2026). Edukasi dan Pelatihan Pembuatan Yoghurt Wortel sebagai Upaya Peningkatan Ekonomi dan Gizi Masyarakat di Desa Rumah Berastagi. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 9*(1), 355–364.
- Savaiano, D. A., & Hutkins, R. W. (2021). Yogurt, cultured fermented milk, and health: a systematic review. *Nutrition Reviews, 79*(5), 599–614. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuaa013>
- Setyaning Jati, Y. A., Setyaji, D. Y., & Purnawijayanti, H. A. (2024). The Effect of Family Support in

Nutrition Education on Dietary Adherence and Blood Glucose Levels of Type 2 Diabetes Mellitus Inpatients at Panti Rapih Hospital Yogyakarta. *Journal of Global Nutrition*, 4(2), 357–365. <https://doi.org/10.53823/jgn.v4i2.94>

Susilorini, S., Yuniarifa, C., Husaana, A., & Riza, M. (2024). Empowering Forest Bathing Tour Guides for Yogurt Production in Lerep Ungaran Barat Village, Semarang Regency. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 379–384.

Yunita, D., Nurazis, A. S., Juanda, J., Nasution, I. S., & Satriana, S. (2024). Design and examination of yogurt maker machine with sensor temperature DS18B20. *Jurnal Teknik Pertanian Lampung (Journal of Agricultural Engineering)*, 13(1), 250–259. <https://doi.org/10.23960/jtep-l.v13i1.250-259>