



# SINOPSIS

**Judul: Pengaruh Konsumsi Probiotik Terhadap Kesehatan Saluran Pencernaan pada Lansia**

**Peneliti: Dr. Reza Hendra**

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh konsumsi probiotik terhadap kesehatan saluran pencernaan pada lansia di Rumah Sakit Lansia, Bandung. Penelitian ini melibatkan 90 lansia yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok yang mengonsumsi probiotik dan kelompok kontrol yang tidak mengonsumsi probiotik. Kesehatan saluran pencernaan diukur melalui frekuensi dan konsistensi tinja serta gejala pencernaan sebelum dan setelah 8 minggu intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang mengonsumsi probiotik mengalami perbaikan signifikan dalam kesehatan saluran pencernaan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Konsumsi probiotik membantu mengurangi gejala seperti sembelit dan kembung, serta meningkatkan frekuensi tinja yang normal. Penelitian ini juga mencatat peningkatan dalam kesejahteraan umum lansia.

Sebagai kesimpulan, probiotik dapat memberikan manfaat signifikan dalam meningkatkan kesehatan saluran pencernaan pada lansia. Penelitian ini merekomendasikan integrasi probiotik dalam diet lansia sebagai strategi untuk mengelola masalah pencernaan dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

ZULFA ISNIANTO, SKM, MARS  
SERDIK SPPK – POKJAR III  
NO SERDIK 202409002052