

PENDAMPINGAN KONSUMSI SUPLEMEN KESEHATAN PADA IBU-IBU DI MASA PANDEMIK COVID-19

Yusnidar Yusuf¹, Wati Sukmawati²

- 1) Prodi Farmasi, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
2) Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA,
wati_sukmawati@uhamka.ac.id

Abstract

The Covid-19 pandemic experienced by the Indonesian people has had a very significant impact on life. Apart from the health sector, other fields were also affected, such as education, social, economy, and other areas. The cases of the spread of the virus are increasing, but community activities outside the home are still high. Moreover, mothers must always maintain their health because they carry out various activities outside the home such as shopping, reciting the Koran, and other activities that are still being carried out in the midst of this pandemic. For this reason, this service is carried out to provide education to mothers in consuming health supplements as an effort to prevent the transmission of the Covid-19 virus. This activity is carried out by providing online counseling to mothers and distributing health supplements. Based on interviews with participants, this activity succeeded in educating participants to maintain health amid a pandemic by taking health supplements them. So, the conclusion of this activity is has grown in educating participating mothers to maintain their health even though they still have to do activities outside the home and know how to consume health supplements wisely.

Keywords: Covid-19, Pandemic, Health Supplements.

Abstrak

Pandemi Covid-19 yang dialami oleh bangsa Indonesia memberikan dampak yang sangat berarti bagi kedupan. Selain bidang Kesehatan bidang lainnya juga terkena dampak seperti Pendidikan, sosia, ekonomi dan bidang lainnya. Kasus penyebaran virus semakin bertambah namun aktifitas masyarakat di luar rumah masih tinggi. Terutama ibu-ibu yang masih melakukan banyak aktivitas di luar rumah seperti belanja, pengajian, dan kegiatan lainnya yang masih dilakukan di tengah pandemic ini. Untuk itu, kegiatan pengabdian kali ini dilakukan untuk memberikan edukasi kepada ibu-ibu dalam mengkonsumsi suplemen Kesehatan sebagai salah satu upaya pencegahan terhadap penularan virus Covid-19. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan secara daring kepada ibu-ibu dan pembagian suplemen Kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta, kegiatan ini berhasil mengedukasi peserta untuk tetap menjaga Kesehatan di tengah pandemic dengan mengonsumsi suplemen Kesehatan salah satunya. Sehingga, dapat disimpulkan kegiatan ini berhasil mengedukasi ibu-ibu yang menjadi peserta sehingga tetap menjaga Kesehatan meski tetap harus beraktivitas di luar rumah dan mengetahui cara bijak dalam mengkonsumsi suplemen Kesehatan.

Kata kunci: Covid-19, Pandemi, Suplemen Kesehatan.

PENDAHULUAN

Pandemic Covid-19 yang terjadi di Indonesia masih berlangsung, sudah

banyak nyawa yang melayang akibat virus ini. Beberapa daerah masuk ke dalam zona merah karena jumlah kasus yang cukup banyak, salah satunya DKI

Jakarta yang berdasarkan data terkonfirmasi hingga tanggal 7 Maret 2021 pukul 17:18 sebanyak 348.591 orang yang dinyatakan positif Covid-19 dengan rincian 2.998 orang dirawat, 335.671 orang dinyatakan sembuh, 5.748 orang dinyatakan meninggal, dan 4.228 orang menjalani isolasi mandiri (<https://corona.jakarta.go.id>).

Ditengah kasus Covid yang masih belum tertangani banyak negara yang memberlakukan pembatasan kegiatan warganya di luar rumah, kebijakan tersebut secara tidak langsung mempengaruhi banyak hal tidak terkecuali bidang ekonomi. Banyak masyarakat yang tetap harus beraktivitas di luar rumah untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka. Saat seseorang memutuskan untuk tetap beraktivitas di luar rumah ditengah pandemic maka ia harus siap dengan segala perlindungan diri baik dari dalam dan luar agar tidak tertular virus (Susilo et al., 2020) dan harus menjaga dengan baik kebersihan (Yunus & Rezki, 2020).

Pada kenyataannya berdasarkan pengamatan di lapangan banyak orang mengesampingkan faktor Kesehatan demi terpenuhinya kebutuhan hidup. Berdasarkan kondisi di lapangan tersebut, peneliti tertarik untuk memberikan penyuluhan dalam menjaga Kesehatan dimasa pandemic saat beraktivitas di luar rumah. Salah satu cara nyata yang kita lakukan kepada masyarakat adalah pendampingan terhadap konsumsi suplemen Kesehatan agar mampu melindungi diri dari dalam tubuh (Mukti, 2020). Kegiatan pengabdian yang dilakukan ini merupakan aplikasi atas ilmu yang dimiliki peneliti kepada masyarakat. Ilmu yang dikembangkan diterapkan ditengah-tengah masyarakat, dalam bentuk pengabdian kepada

masyarakat (Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri, 2020).

Dalam upaya mengoptimalkan dharma pada situasi pandemik global COVID-19, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat UHAMKA tetap mengabdikan kepada masyarakat dengan tetap berkontribusi kepada masyarakat. Di masa pandemik ini masih terlihat banyak masyarakat yang masih belum peduli dengan kesehatan karena lebih mengutamakan bagaimana mereka dapat memenuhi kebutuhan hidupnya dan keluarga di masa pandemik. Sehingga untuk menyadarkan pentingnya kesehatan, kami berkomitmen untuk mengajak masyarakat peduli kesehatan dengan memberikan suplemen kesehatan kepada masyarakat secara gratis. Pemberian suplemen Kesehatan tersebut diberikan kepada ibu-ibu karena mereka masih sering terlihat berkumpul dimasa pandemic ini. Selain itu ibu-ibu juga membutuhkan nutrisi yang baik dimasa pandemic (Shakoor et al., 2021).

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan bekerjasama dengan ibu-ibu jamaah masjid At-Taufik dengan jumlah 40 orang. Kegiatan ini dilakukan secara daring dengan tujuan untuk menjaga protokol kesehatan dan mencegah tertularnya virus. Dalam kegiatan daring yang menggunakan zoom dilakukan pada tanggal 8 Januari 2021 dengan memberikan edukasi menjaga kesehatan dan edukasi pentingnya konsumsi suplemen kesehatan (BPOM, 2019) dimasa pandemic dan peserta diberikan kuis online akan pentingnya suplemen kesehatan.

Setelah mengikuti kegiatan edukasi, panitia melakukan evaluasi dan membagikan suplemen kesehatan dan

sembako kepada mitra yang dikoordinir oleh ketua kelompok jamaah yang panitia kirimkan dengan bantuan ojek online.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan diperoleh informasi pengetahuan peserta kegiatan akan pentingnya mengkonsumsi suplemen Kesehatan oleh seluruh peserta.

Data hasil jawaban peserta dikelompokkan kedalam 3 kategori yaitu baik (76%-100%), cukup (56%-75%), kurang (<56%).

Tabel 1. Pengetahuan Pentingnya Konsumsi Suplemen Kesehatan

Kategori	Jumlah Jawaban	Prosentase (%)
Baik	16	36
Cukup	26	59
Kurang	2	5
Total	44	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan data bahwa pengetahuan akan pentingnya mengkonsumsi suplemen Kesehatan peserta kegiatan masih tergolong kurang. Sehingga pemberian edukasi akan konsumsi suplemen Kesehatan kepada mitra merupakan Langkah yang tepat. Kegiatan edukasi ini dilakukan secara daring dengan menggunakan media zoom.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian

Peserta terlihat antusias menerima materi dari narasumber (sudibyo et al, 2004) dan diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan akan pentingnya konsumsi suplemen kesehatan. Selain diberikan edukasi konsumsi suplemen Kesehatan peserta juga diberikan materi tentang menjaga Kesehatan disaat harus beraktifitas di luar rumah dimasa pandemic agar tidak lengah karena penyebaran virus tidak terlihat (Machhi et al., 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan sebagian besar peserta keciatan memiliki pengetahuan yang cukup akan pentingnya mengkonsumsi suplemen kesehatan sehingga masyarakat merasa antusias mengikuti kegiatan ini dan berhasil mengedukasi peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada LPPM UHAMKA dan mitra UMKM JM HAMKA.

DAFTAR PUSTAKA

- BPOM, K. (2019). Peraturan Bpom No 16 Tahun 2019. 1–3.
- Machhi, J., Herskovitz, J., Senan, A. M., Dutta, D., Nath, B., Oleynikov, M. D., Blomberg, W. R., Meigs, D. D., Hasan, M., Patel, M., Kline, P., Chang, R. C. C., Chang, L., Gendelman, H. E., & Kevadiya, B. D. (2020). The Natural History, Pathobiology, and Clinical Manifestations of SARS-CoV-2 Infections. *Journal of Neuroimmune Pharmacology*, 15(3), 359–386.

- <https://doi.org/10.1007/s11481-020-09944-5>
- Mukti, A. W. (2020). Hubungan Pengetahuan terhadap Perilaku Penggunaan Suplemen Kesehatan Warga Kebonsari Surabaya di Masa Pandemi Covid-19. *FARMASIS: Jurnal Sains Farmasi*, 1(1), 20–25. <http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/farmasis/article/view/2656>
- Shakoor, H., Feehan, J., Mikkelsen, K., Al Dhaheri, A. S., Ali, H. I., Platat, C., Ismail, L. C., Stojanovska, L., & Apostolopoulos, V. (2021). Be well: A potential role for vitamin B in COVID-19. *Maturitas*, 144, 108–111. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2020.08.007>
- sudibyo supardi, ondri, M. (2004). pengaruh penyuluhan obat terhadap peningkatan perilaku pengobatan sendiri yang sesuai dengan aturan.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Chen, L. K., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, C. O. M., & Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri. (2020). Pedoman Umum Menghadapi Pandemi Covid-19 Bagi Pemerintah Daerah : Pencegahan, Pengendalian, Diagnosis dan Manajemen. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Yunus, N. R., & Rezki, A. (2020). Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15083>