

Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Mengenai Olahan Herbal untuk Meningkatkan Imunitas dan Pemakaian Vitamin C

Rani Rubiyanti^{*1}, Asep Abdul Rahman², Eva Dania Kosasih³

^{1,2,3} Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya; Jl.Cilolohan No.35,

Telp.(0265)340186 Fax. (0265) 338939

e-mail co Author: ***rani.rubiyanti@yahoo.co.id**

ABSTRAK

Sistem kekebalan tubuh yang berfungsi dengan baik sangat penting dalam memerangi COVID-19. Dalam rangka mempertahankan diri dari virus, tubuh seharusnya membutuhkan vitamin dan nutrisi lain yang cukup. Mitra adalah warga Kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya. Salah satu permasalahan yang dirasakan mitra adalah belum ada penyampaian ilmu tentang olahan herbal untuk meningkatkan imunitas dan pemakaian vitamin C yang sangat diperlukan di masa pasca pandemi. Kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan perpaduan metode sosialisasi dan pendampingan dengan melibatkan mahasiswa. Tahap awal dari kegiatan ini dilakukan pembuatan buku saku dan kuesioner. Tahap kedua melakukan sosialisasi dengan metode penyuluhan dan pembagian buku saku. Setelah dilakukannya pelatihan, disimpulkan mitra mengetahui cara pengolahan herbal untuk meningkatkan imunitas dan cara konsumsi vitamin C yang baik dan benar. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai pada 6 orang peserta atau sebesar 60% dan 4 orang peserta menunjukkan pengetahuan yang sama saat pre-test dan post-test.

Kata Kunci : *Buku Saku, Olahan herbal, Penyuluhan , Vitamin C*

PENDAHULUAN

Kota Tasikmalaya menjadi daerah otonom terpisah dari Kabupaten Tasikmalaya berdasarkan Undang-Undang nomor 10 Tahun 2001 tentang Pembentukan Kota Tasikmalaya. Wilayah Kota Tasikmalaya meliputi bekas Wilayah Kota Administratif ditambah Kecamatan Indihiang, Kawalu, Mangkubumi, Cibeureum dan Tamansari. Saat ini Kota Tasikmalaya mempunyai 10 Kecamatan. Berdasarkan data per 31 Mei 2020, Kecamatan Tamansari memiliki angka kejadian kasus COVID-19 sehingga menjadi zona merah. Oleh karenanya kecamatan ini dipilih karena banyaknya kasus yang terjadi sehingga perlu adanya edukasi mengenai cara meningkatkan imunitas dan penggunaan vitamin C yang benar.

Sejak 2 Maret 2020, Presiden Republik Indonesia Joko Widodo mengumumkan adanya kasus virus Covid-19 di Indonesia, berbagai kebijakan dibuat oleh

pemerintah demi menekan penyebaran virus tersebut, salah satunya *Work From Home* (WFH) yang berarti melakukan pekerjaan dari rumah. Dampak dari pandemi ini tentunya telah menghambat dan merampas gerak bebas masyarakat untuk melakukan aktivitas sehari-hari, tak ubahnya juga berdampak pada mahasiswa yang merujuk pada surat edaran Mendikbud Nomor 3 Tahun 2020 tentang pencegahan Covid-19 pada satuan pendidikan, dan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 yang mengharuskan mahasiswa melakukan kegiatan pembelajaran online di rumah.

Sangat disayangkan, jika mahasiswa yang merupakan agen perubahan dan pengontrol kehidupan sosial menutup mata dengan dampak yang ditimbulkan oleh pandemi ini. Ada banyak hal di kehidupan masyarakat yang dapat dibantu oleh peranan mahasiswa. Langkah awal yaitu menjadi warga yang kreatif dan pemimpin. Mahasiswa dapat berkesempatan melakukan tindakan pencegahan dari virus tersebut terhadap diri sendiri, keluarga, serta lingkungan tempat tinggalnya dengan tetap di rumah saja dan keluar apabila memang adanya kepentingan yang mendesak. Karena kaum intelektual seharusnya dapat memberi contoh yang baik. Mahasiswa dapat memanfaatkan media sosial untuk membuat gerakan bersama mahasiswa satu Universitas atau seluruh Indonesia. Oleh karenanya peran mahasiswa dalam memajukan kesehatan masyarakat sangat diperlukan, sehingga dalam pengabdian kepada masyarakat ini, perlu adanya campur tangan mahasiswa dalam pelaksanaan sehingga dijadikan mitra dalam kegiatan PKM ini.

Tingginya angka penyebaran COVID-19 pada suatu daerah merupakan hal yang penting bagi insitusi pendidikan untuk menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu dalam hal pengabdian masyarakat. Perguruan tinggi melalui Tri Darma perguruan tinggi berkewajiban membina masyarakat sekitar melalui Pengabdian Masyarakat. Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sebagai salah satu Perguruan Tinggi yang ada di Tasikmalaya, berkeinginan melaksanakan Pengabdian Masyarakat di wilayah Kecamatan Tamansari.

Program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat mengenai olahan herbal untuk meningkatkan imunitas dan pemakaian vitamin C dengan diberikannya buku saku dengan beberapa pertanyaan evaluasi sehingga masyarakat dapat menggunakan buku saku tersebut sebagai referensi dalam meningkatkan imunitas (Atmoko, 2009; Djunarko, 2011)

METODE

Metode pelaksanaan pada program PKM ini yaitu dengan metode transfer ilmu dari tim Dosen Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dibantu mahasiswa serta pihak terkait kepada kader di Kelurahan Sukahurip, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya. Adapun tahapan pelaksanaan program kegiatan PKM yaitu sebagai berikut :

1. Persiapan Kegiatan

Adapun kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada tahap persiapan yaitu:

- a. Pembuatan buku saku
- b. Menghubungi pihak-pihak terkait yang bekerjasama dalam PKM ini.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah program transfer ilmu dengan buku saku sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam mencapai peningkatan kesejahteraan dalam bidang kesehatan.

Tahapan yang akan dilakukan dalam KKS pengabdian ini adalah sebagai berikut:

a. Tahap pembuatan buku saku

Tahapan pertama yang dilakukan yaitu pembuatan buku saku dengan mendesain dalam bentuk menarik dan merancang kalimat yang sederhana. Pada tahapan ini diharapkan masyarakat memahami tentang salah satu media kesehatan yaitu buku saku dan materinya yaitu olahan produk herbal untuk meningkatkan imunitas dan cara penggunaan vitamin C yang benar.

b. Tahap Pemahaman Materi

Tahapan berikutnya yaitu membagikan buku saku dan materi kepada masyarakat tentang program peningkatan pengetahuan masyarakat. Pada tahap ini diharapkan masyarakat memahami pentingnya, pengetahuan & sikap tentang cara meningkatkan imunitas dengan produk olahan herbal dan penggunaan vitamin C yang benar.

c. Tahap Pengukuran Pengetahuan & Sikap.

Pengukuran pengetahuan & sikap dilakukan dengan cara menyebar pertanyaan dalam bentuk kuesioner pengetahuan untuk menilai peningkatan pengetahuan & sikap masyarakat. Upaya ini diharapkan ada penilain objektif terhadap pengetahuan masyarakat baik sebelum maupun setelah pemberian buku saku. Penilain pengetahuan ini sebagai tindak lanjut kepada pemangku kebijakan setempat tentang karakteristik masyarakat tentang pengetahuan olahan herbal dan vitamin C.

3. Evaluasi

Evaluasi ini bertujuan untuk melihat perkembangan program yang dilaksanakan, untuk mengetahui kendala yang ada dan cara menanganinya, sehingga program pengabdian yang dilakukan benar-benar efektif dan optimal. Evaluasi yang dilakukan berupa pemberian ujian tulis (kuesioner) di awal sebelum pemberian buku saku (*pre test*) dan diakhir pemberian buku saku (*post test*), sehingga nantinya akan diketahui berapa besar pemahaman yang didapat oleh masyarakat setelah melakukan pemahaman materi. Hasil penilaian memperlihatkan dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* terjadi peningkatan skor. Hal tersebut menunjukkan dari aspek pengetahuan terjadi peningkatan. Berikut ini merupakan perhitungan dari nilai persentase penilaian : Evaluasi = nilai post test > nilai pre test

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilakukan di Kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya. Proses pengabdian masyarakat dimulai dengan pembuatan buku saku yang dilaksanakan mulai 1 Oktober 2020 – 30 Oktober 2020. Dalam buku saku tersebut membahas mengenai Olahan Herbal untuk Meningkatkan Imunitas dan Pemakaian Vitamin C kemudian dilakukan pendaftaran untuk didaftarkan dalam ISBN.



Gambar 1. Buku Saku sebagai media penyuluhan

Pada kegiatan selanjutnya dilakukan penyuluhan dan pembagian buku saku yang telah dicetak kepada 10 kader kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya. Evaluasi awal berupa soal *pre test* untuk melihat tingkat pengetahuan awal peserta tentang olahan herbal dan vitamin C. Kegiatan penyuluhan ini berupa bimbingan peningkatan pengetahuan tentang resep cara membuat olahan herbal untuk meningkatkan imunitas dan cara mengkonsumsi vitamin C yang baik dan benar. Pada kegiatan penyuluhan olahan herbal untuk meningkatkan imunitas disampaikan macam-macam resep yang bisa diaplikasikan di rumah mitra. Pemateri adalah Rani Rubiyanti, M.Farm., Apt dengan judul penyuluhan "Olahan Herbal Untuk Meningkatkan Imunitas" yang dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 24 November 2020 bertempat di Aula Rumah Makan Hegarsari. Pada kegiatan selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai vitamin C dengan pemateri Eva Dania Kosasih, M.Si., Apt dengan judul "Penggunaan Vitamin C yang Baik dan Benar".



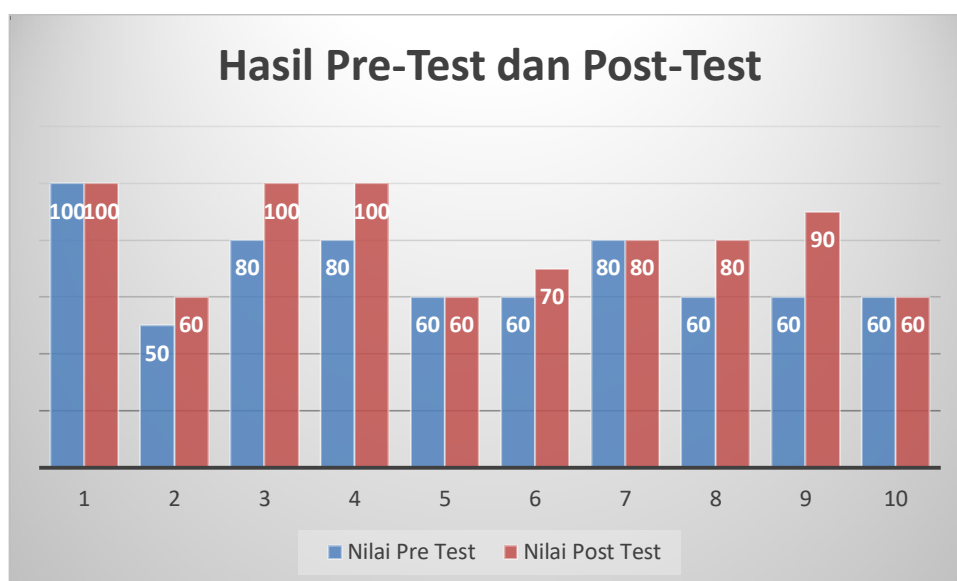
Gambar 2. Pemberian penyuluhan oleh pengabdi (kiri: apt. Eva Dania Kosasih, M.Si, kanan: apt. Rani Rubiyanti, M.Farm)

Evaluasi yang dilakukan berupa pemberian ujian tulis di awal pelatihan (*pre test*) dan diakhir pelatihan (*post test*) kepada para peserta pelatihan, sehingga nantinya akan diketahui berapa besar pemahaman yang didapat oleh para peserta setelah melakukan pelatihan. Hasil penilaian memperlihatkan dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* terjadi peningkatan skor. Hal tersebut menunjukkan dari aspek pengetahuan terjadi peningkatan.



Gambar 3. Post-test dan foto bersama peserta

Luaran yang dicapai dalam kegiatan ini yaitu terjadi peningkatan ilmu dari materi yang disampaikan oleh pemateri kepada kader. Salah satu indikator keberhasilan *transfer knowledge* dari suatu penyuluhan dan buku saku adalah dengan melakukan analisa *pre-test* dan *post-test* mengenai materi yang telah disampaikan. Berikut ini adalah grafik hasil penilaian *pre-test* dan *post-test*



Gambar 4. Hasil *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan gambar 4.1 dengan jumlah responden 10 orang, terdapat peningkatan nilai pada 6 orang peserta atau sebesar 60%. 4 orang peserta menunjukkan pengetahuan yang sama saat *pre-test* dan *post-test*.

KESIMPULAN

Mitra mengetahui cara pengolahan herbal untuk meningkatkan imunitas dan cara konsumsi vitamin C yang baik dan benar. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai pada 6 orang peserta atau sebesar 60% dan 4 orang peserta menunjukkan pengetahuan yang sama saat *pre-test* dan *post-test*.

SARAN

Diharapkan kegiatan seperti ini lebih sering diselenggarakan karena dampaknya sangat positif bagi masyarakat dan diharapkan dapat meningkatkan nilai ekonomi masyarakat dengan melanjutkan PkM ini yaitu membuat produk olahan herbal yg bernilai ekonomi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Kelurahan Sukahurip Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya dan para kader yang sudah berpartisipasi aktif serta merespon baik pada pelaksanaan kegiatan ini. Dan juga kepada Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang sudah mendanai kegiatan, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atmoko, W dan Kurniawati, I. 2009. *Swamedikasi : Sebuah Respon Realistik Perilaku Konsumen Dimasa Krisis*. Bisnis dan Kewirausahaan Vol. 2, 3, 233-247
- Djunarko dan Dian. 2011. *Swamedikasi Yang Baik dan Benar*. Intan Sejati. Klaten