

ORIGINAL ARTICLE

Profil Pengetahuan Remaja tentang Suplemen Kesehatan pada Remaja di Surabaya selama Pembelajaran Tatap Muka saat Pandemi COVID-19

Fahreza Adi Prasetyo, Betria Dwi Agustin, Vika Diajeng R. M, Rafifah Fadhilah, Syarifah Sutra Dewangga, Andrew Gani Mulya, Rosida Tsani, Ade Syamsi Kristiaji, Faradilla Amelia Raissa, Adinda Aulia Rosdiyanti, Ludwina Ruth, Wildan Ismail Putra, Nadya S.H Assagaf, Safira Elkania Putri, Yuni Priyandani*

Departemen Farmasi Praktis, Fakultas Farmasi, Universitas Airlangga
Gedung Nanizar Zaman Joenoes Kampus C, Jl. Ir. Soekarno, Surabaya 60115, Indonesia

*E-mail: yuni-p@ff.unair.ac.id

ABSTRAK

Pemerintah Indonesia membuat kebijakan baru dalam memulai Pembelajaran Tatap Muka (PTM) untuk sekolah dan perguruan tinggi pada masa pandemi COVID-19. Kebijakan PTM mendorong masyarakat untuk lebih memperhatikan pola hidup sehat agar dapat menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh. Salah satu cara meningkatkan imunitas tubuh yaitu dengan mengonsumsi suplemen kesehatan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui profil pengetahuan tentang suplemen kesehatan pada remaja di Surabaya selama PTM saat pandemi COVID-19. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *google form* menggunakan metode *non random sampling* yaitu *accidental sampling*. Terdapat 147 responden yang mengikuti studi ini. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan 77,55% responden memiliki pengetahuan yang baik dan 22,45% responden memiliki pengetahuan sedang mengenai suplemen kesehatan. Kesimpulan penelitian ini adalah remaja di Surabaya telah memiliki pengetahuan yang baik mengenai suplemen kesehatan yang bermanfaat dalam menjaga imunitas, terlebih pada saat PTM diberlakukan. Namun, pengetahuan tentang suplemen masih dapat ditingkatkan misalnya terkait cara penggunaan suplemen agar manfaatnya dapat lebih optimal.

Kata Kunci: Pengetahuan, Remaja, Pembelajaran Tatap Muka, Suplemen Kesehatan, COVID-19

ABSTRACT

During COVID-19 pandemic, the new policy of Indonesia's government is to start face to face learning for schools and universities in Indonesia. The new policy requires public to pay more attention about a healthy lifestyle in order to maintain and increase body immunity. One of the methods is by consuming health supplements. This study was conducted to determine the profile of knowledge about health supplements of juvenile in Surabaya during face-to-face learning in COVID-19 pandemic. *Google form* was used for collecting data by implementing non-random sampling method (*accidental sampling*). the total of respondents were 147. Based on the results of the study, it was found that 77.55% of respondents had good understanding and 22.45% of respondents had moderate understanding of health supplements. In conclusion, although the adolescents in Surabaya had a good knowledge of health supplements as a preparation for face-to-face learning, education about the usage still need to be conducted to obtain more optimum benefit.

Keywords: Knowledge, Adolescents, Face-to-face learning, Supplements, COVID-19

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menetapkan wabah virus baru yaitu *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV 2) pada 30 Januari 2020 yang belum pernah terjadi pada manusia. Virus ini menyebabkan *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) (WHO, 2020). Awalnya, pandemi dilaporkan dari sekelompok orang yang mengalami gangguan pneumonia pada akhir Desember 2019 akibat dari makanan laut di Wuhan, Hubei, China (Chavez et al., 2020).

Beberapa upaya telah dilakukan oleh pemerintah Indonesia, mulai dari menghentikan pelaksanaan PTM, penerapan *Work from Home* (WFH) bagi para pekerja, serta membatasi mobilitas berskala besar seperti pusat perbelanjaan (Setiati & Azwar, 2020). Pada institusi kesehatan dan keamanan tetap berjalan dengan normal namun menerapkan protokol kesehatan yang sesuai (Setiati & Azwar, 2020). Sejak Maret 2020, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbud Ristek) telah menghimbau lembaga pendidikan di Indonesia untuk melakukan pembelajaran di sekolah maupun universitas secara *online*. Himbauan ini resmi diberikan melalui Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 (Kemendikbud Ristek, 2020).

Seiring dengan penurunan jumlah kasus COVID-19 dan telah berlangsungnya vaksinasi di seluruh wilayah di Indonesia, Kemendikbud Ristek mulai kembali membuka PTM terbatas bagi wilayah Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) *level 1* sampai *level 3* mulai awal bulan September 2021 (Kemendikbud Ristek, 2021). Surabaya telah mencapai *level 1* sehingga beberapa sekolah di Surabaya sudah mulai menerapkan pelaksanaan PTM.

Pelaksanaan PTM bersifat terbatas yaitu maksimal siswa yang hadir hanya 50% dari seluruh jumlah siswa. Perencanaan yang dilakukan dalam menghadapi PTM, yaitu penyiapan sarana dan prasarana dengan pemberlakuan protokol kesehatan, vaksinasi seluruh warga sekolah, hingga perizinan orang tua siswa dalam mengikuti PTM (Pattanang et al., 2021). Pertimbangan lain selama PTM adalah para pelajar perlu meningkatkan daya tahan tubuh atau sistem imunitas dengan mengkonsumsi suplemen kesehatan agar sistem kekebalan tubuh dapat terjaga sehingga dapat mencegah penularan dan penyebaran virus COVID-19 (Pattanang et al., 2021).

Suplemen kesehatan berguna sebagai produk pemenuhan gizi, peningkatan dan perbaikan kesehatan, serta produk yang memiliki efek fisiologis. Kandungan dalam suplemen kesehatan terdiri dari vitamin, mineral, asam amino atau bahan selain tumbuhan namun dapat dikombinasikan dengan tumbuhan (Vinet & Zhedanov, 2011).

Kandungan vitamin dalam suplemen kesehatan didefinisikan sebagai suatu komponen berfungsi dalam berbagai aktivitas biokimia di tubuh. Vitamin dibagi

dalam 2 jenis yaitu vitamin larut air (vitamin B dan C) dan vitamin larut lemak (vitamin A, D, E dan K). Fungsi vitamin yaitu sebagai antioksidan, imunomodulator, pengatur ekspresi gen dalam sel imun, serta pendukung pematangan dan diferensiasi sel imun (Kumar et al., 2021). Dalam mengonsumsi suplemen kesehatan perlu disesuaikan dengan kebutuhan tubuh. Penurunan konsentrasi vitamin didalam tubuh dapat menyebabkan penurunan kondisi kesehatan (Aslam et al., 2017). Konsumsi suplemen kesehatan yang berlebih akan mengganggu pencernaan, menyebabkan diare dan keracunan (Guthrie & Mary, 1995).

Kandungan mineral dalam tubuh akan mempengaruhi sistem kekebalan tubuh. Rendahnya mineral dalam tubuh dapat memicu gangguan kekebalan tubuh seperti adanya infeksi patogen. Tembaga, seng dan selenium merupakan beberapa mineral yang berguna sebagai imunomodulator (Kumar et al., 2021). Asam amino juga berguna sebagai komponen penting bagi sel kekebalan tubuh dan fungsi sel imun. Sel imun berfungsi untuk menstimulasi faktor pertumbuhan dan aktivasi sel T, menginduksi proliferasi dan meningkatkan ekspresi transporter asam amino. Ada dua jenis asam amino yaitu asam amino esensial, yang tidak dapat dihasilkan tubuh, dan asam amino non esensial, yang dapat dihasilkan tubuh dan bisa diperoleh dari makanan (Mardalena & Suyani, 2016).

Konsumsi suplemen kesehatan dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh menjadi penting dalam upaya pencegahan penularan COVID-19 bagi remaja yang mulai melakukan PTM. Penelitian ini diadakan untuk mengetahui bagaimana profil pengetahuan tentang suplemen kesehatan pada remaja di Surabaya selama PTM saat pandemi COVID-19.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observatif yang dilakukan pada tanggal 5-10 Oktober 2021 di Surabaya. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang melakukan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) di Surabaya.

Sampel dan teknik sampling

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15-24 tahun di Surabaya yang sedang melakukan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) sejak September 2021. Data diambil dengan menggunakan metode *non random sampling (accidental sampling)* dengan menggunakan kuesioner tertutup yang diisi secara mandiri oleh responden.

Variabel penelitian

Variabel yang digunakan adalah pengetahuan remaja di Surabaya mengenai suplemen kesehatan (Tabel 1).

Tabel 1. Variabel yang digunakan dalam penelitian

Variabel	Pengetahuan remaja di Surabaya mengenai suplemen kesehatan
Definisi Operasional	Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera seperti mata, hidung, telinga (Notoatmodjo, 2010).
Indikator	1. Pengetahuan rendah (0 - 7) 2. Pengetahuan sedang (8 - 14) 3. Pengetahuan tinggi (15 - 20)
Sub Indikator	1. Pengetahuan tentang COVID-19 2. Pengetahuan tentang Suplemen Kesehatan 3. Pengetahuan tentang Vitamin Amoni 4. Pengetahuan tentang Asam 5. Pengetahuan tentang Mineral

Analisis data

Data yang didapatkan dari kuesioner yang diisi oleh responden telah diolah menggunakan *Microsoft Excel*. Data disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Instrumen penelitian

Instrumen survei yang digunakan adalah kuesioner berisikan pertanyaan tertulis yang harus dijawab oleh responden dan data yang digunakan berdasarkan jawaban pertanyaan dari responden. Kuesioner berisikan 20 pertanyaan *multiple choice* yang terdiri dari empat pertanyaan pengetahuan tentang COVID-19, enam pertanyaan pengetahuan tentang suplemen kesehatan, dua pertanyaan pengetahuan tentang vitamin, dan delapan pertanyaan pengetahuan tentang asam amino dan mineral. Skor untuk tiap pertanyaan adalah satu, sehingga total skor untuk responden yang menjawab seluruh pertanyaan dengan benar adalah 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan survei telah dilakukan pada di kota Surabaya dengan target responden remaja. Total responden yang berhasil dikumpulkan oleh para peneliti adalah sebanyak 205 responden tapi hanya 147 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Hal ini

disebabkan oleh banyaknya responden yang belum melaksanakan PTM pada September 2021, serta eksklusi data karena tidak termasuk dalam populasi penelitian. Penelitian menggunakan kuesioner berupa *google form*, kekurangan dari *google form* yakni peneliti dapat mengetahui jawaban responden setelah responden mengirimkan jawabannya, sehingga kesalahan atau kekeliruan responden dalam mengisi kuesioner tidak dapat dikembalikan lagi kepada responden. Dalam penelitian ini digunakan kuesioner tertutup menggunakan metode *accidental sampling*.

Karakteristik responden

Responden penelitian adalah remaja berusia 15-24 tahun yang sedang melaksanakan PTM di Surabaya. Responden dibagi menjadi 3 kelompok berdasarkan rentang usia, yaitu usia 15-18 tahun, 19-22 tahun, dan 23-24 tahun. Rentang usia 19-22 adalah rentang yang paling banyak mengisi kuesioner dengan persentase 51,70%. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden yang mengisi kuesioner adalah perempuan dengan persentase 77,55%. Hal ini dapat dikarenakan mayoritas dari peneliti merupakan perempuan, sehingga banyak peneliti yang menghubungi responden yang juga perempuan. Tingkat pendidikan dibagi menjadi 6 kelompok, yaitu SMP atau sederajat, SMA atau sederajat, Prodi Diploma, Prodi S1 Universitas, Prodi S2 Universitas, dan lainnya. Berdasarkan tingkat pendidikan, pelajar SMA atau sederajat merupakan tingkat pendidikan yang paling banyak mengisi kuesioner dengan persentase 47,62%. Pelajar SMA atau sederajat menjadi tingkat pendidikan yang paling banyak mengisi kuesioner dikarenakan jadwal PTM yang sudah pasti. Karakteristik responden terdapat pada Tabel 2.

Profil pengetahuan remaja di surabaya mengenai suplemen kesehatan

Mayoritas pertanyaan pengetahuan dapat dijawab dengan baik oleh responden sebagaimana pada Tabel 3. Namun demikian pengetahuan ini masih dapat ditingkatkan lagi terutama terkait cara penggunaan yang benar dan juga tentang tujuan penggunaan dari suplemen jenis mineral.

Tabel 2. Karakteristik responden

	Karakteristik	Jumlah n (%)	Skor Pengetahuan Rata-rata ± SD	Hubungan dengan Pengetahuan (p)
Usia	15 - 18 tahun	71 (48,30)	16,96 ± 2	0,229
	19 - 22 tahun	76 (51,70)	15,08 ± 2	
	23 - 24 tahun	0 (0,00)	-	
Jenis Kelamin	Laki-laki	33 (22,45)	15,85 ± 2,09	0,848
	Perempuan	114 (77,55)	16,02 ± 1,92	
Tingkat Pendidikan	SMP atau sederajat	5 (3,40)	15,00 ± 2,51	0,082
	SMA atau sederajat	70 (47,63)	15,87 ± 2,00	
	Prodi Diploma	11 (7,48)	15,72 ± 1,76	
	Prodi S1	60 (40,82)	16,26 ± 1,82	
	Prodi S2	1 (0,68)	15,00 ± 0,00	

Tabel 3 Profil Pengetahuan Remaja tentang Suplemen Kesehatan (n=147)

Pengetahuan	Jawaban n (%)
Pengetahuan tentang COVID-19	
- Pengetahuan tentang virus COVID-19	97 (65,98)
- Pengetahuan tentang cara penyebaran COVID-19	92 (62,58)
- Pengetahuan tentang gejala yang ditimbulkan dari COVID-19	144 (97,95)
- Pengetahuan tentang pencegahan COVID-19	145 (98,63)
Pengetahuan tentang Suplemen Kesehatan	
- Pengertian tentang suplemen kesehatan	113 (76,87)
- Bentuk sediaan suplemen kesehatan	147 (100)
- Tempat mendapatkan suplemen kesehatan	146 (99,31)
- Peran suplemen kesehatan dalam pencegahan COVID-19	143(97,27)
- Jenis suplemen kesehatan	145 (98,63)
- Cara konsumsi suplemen kesehatan yang baik dan benar	14 (9,52)
- Cara penyimpanan suplemen kesehatan	130 (88,43)
Pengetahuan tentang Suplemen Kesehatan	
- Pengertian tentang suplemen kesehatan	113 (76,87)
- Bentuk sediaan suplemen kesehatan	147 (100)
- Produk suplemen kesehatan	146 (99,31)
- Tempat mendapatkan suplemen kesehatan	146 (99,31)
- Pengetahuan tentang vitamin	
- Vitamin yang berpotensi dalam meningkatkan imunitas	147 (100)
- Peran vitamin dalam meningkatkan imunitas tubuh	147 (100)
Pengetahuan tentang asam amino	
- Pengertian tentang asam amino	122 (82,99)
- Jenis asam amino	70 (47,61)
- Peran asam amino dalam meningkatkan imunitas tubuh	128 (87,07)
Pengetahuan tentang mineral	
- Mineral yang berpotensi dalam meningkatkan imunitas	95 (64,62)
- Peran mineral dalam meningkatkan imunitas tubuh	58 (39,45)
- Mineral lain yang berpotensi dalam pencegahan COVID-19	121 (82,31)

Setiap pertanyaan dengan jawaban benar diberikan nilai satu poin, sehingga total nilai yang didapat bila responden menjawab semua pertanyaan dengan benar adalah 20 poin. Penilaian pengetahuan responden dibagi ke dalam 3 kelompok, yaitu pengetahuan baik dengan rentang 15-20 poin, pengetahuan sedang dengan rentang 8-14 poin, dan pengetahuan kurang dengan rentang 0-7 poin. Berdasarkan hasil yang diperoleh, 77,55 uji% responden memiliki pengetahuan

yang baik dan 22,45% responden memiliki pengetahuan sedang (Tabel 4).

Teori *Health Belief Model* (HBM) digunakan untuk membahas bahwa terciptanya pengetahuan dan keyakinan individu yang nantinya berkembang menjadi suatu perilaku atau tindakan dilatar belakangi dengan beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, ras, kepribadian, dan lain-lain (Carico et al., 2021). Pada penelitian (Mujiburrahman et al., 2020), disebutkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik terhadap pencegahan COVID-19 berada di rentang usia 36-65 tahun. Hal ini dikarenakan semakin meningkatnya usia seseorang maka pola pikir dan daya tangkapnya juga berkembang. Namun, berdasarkan hasil analisis dengan program SPSS *Oneway ANOVA* didapatkan nilai sig. pendidikan, usia, dan jenis kelamin masing-masing nilai sinifikansi. > 0,05 yang menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara pendidikan, usia, dan jenis kelamin terhadap pengetahuan remaja di Surabaya mengenai suplemen kesehatan dalam meningkatkan imunitas selama pandemi COVID-19.

Data ini dapat dijadikan acuan bagi pemerintah maupun dinas pendidikan untuk mengadakan program sosialisasi mengenai konsumsi suplemen kesehatan yang baik dan benar, pada semua kelompok usia, Pendidikan dan jenis kelamin pada remaja. Sehingga, masyarakat yang akan menjalankan PTM dapat lebih memahami cara mengkonsumsi suplemen kesehatan serta mengetahui komposisi dan manfaat suplemen kesehatan.

Tabel 4. Pengetahuan responden

Pengetahuan Responden	n (%)
Pengetahuan Baik	114 (77,55)
Pengetahuan Sedang	33 (22,45)
Pengetahuan Kurang	0 (0)

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan bahwa remaja di Surabaya sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai suplemen kesehatan sebagai persiapan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) selama pandemi COVID-19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada responden yang membantu penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aslam, F., Muhammad, Majeed, S., Aslam, S. and Irfan, J.A. (2017) 'Vitamins: Key role players in boosting up immune response-a mini review.,' *Vitamins & Minerals*, 6(1), pp. 1-8.
- Carico, R. R., Sheppard, J. and Thomas, C.B. (2021) 'Community pharmacist and communication in

- the time of COVID-19: Applying the health belief mode.,' *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 17(1), pp. 1984 – 1987. doi: 10.1016/j.sapharm.2020.03.017.
- Chavez, S., Long, B., Koyfman, A. and Liang, S. Y. (2020) 'Coronavirus disease (COVID-19): A primer for emergency physicians.,' *American Journal of Emergency Medicine*, 44(1), pp. 220-229. doi: 10.1016/j.ajem.2020.03.036.
- Guthrie, H. A. and Mary, F. C. (1995) *Human Nutrition*. St. Louis: Mosby Company.
- Kemendikbud Ristek (2020) *Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID- 19)*.
- Kemendikbud Ristek (2021) *Surat Edaran Penyelenggaraan Pembelajaran Tatap Muka Tahun Akademik 2021/2022*.
- Kumar, P., Kumar, M., Bedi, O., Gupta, M., Kumar, S., Jaiswal, G., Rahi, V., Yedke, N.G., Bijalwan, A., Sharma, S. and Jamwal, S. (2021) 'Role of vitamins and minerals as immunity boosters in COVID-19.,' *Inflammopharmacology*, 29(4), pp. 1001–1016.
- Mardalena, I. and Suyani, E. (2016) *Keperawatan Ilmu Gizi*. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Mujiburrahman, M., Riyadi, M. E. and Ningsih, M. U. (2020) 'Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Covid-19 di Masyarakat.,' *Jurnal Keperawatan Terpadu*, 2(2), pp. 130–140.
- Notoatmodjo, S. (2010) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurbaety, B., Rahmawati, C., Nopitasari, B. L., Qiyaam, N., Wardani, A. K., Pradiningsih, A. and Wahid, A. R. (2021) 'Edukasi bijak dalam memilih dan menggunakan suplemen pada masa pandemi COVID-19.,' *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), pp. 470–71.
- Pattanang, E., Limbong, M. and Tambunan, W. (2021) 'Perencanaan pelaksanaan pembelajaran tatap muka di masa pandemi pada SMK Kristen Tagari.,' *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 10(2), pp. 112-120. doi: 10.33541/jmp.v10i2.3275
- Setiati, S. and Azwar, M. K. (2020) 'COVID-19 and Indonesia.,' *Acta Medica Indonesiana*, 52(1), pp. 84–89.
- Vinet, L. and Zhedanov, A. (2011) 'A 'missing' family of classical orthogonal polynomials.,' *Journal of physics a: mathematical and theoretical*, 44(8), pp. 1-12.
- World Health Organization. (2020) *Transmisi SARS-CoV-2: Implikasi terhadap Kewaspadaan Pencegahan Infeksi: Pernyataan Keilmuan*