

**TINGKAT PENGETAHUAN MASYARAKAT GONTANG RAYA RW 001 KOTA MAKASSAR TERHADAP PENGGUNAAN SUPLEMEN KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

*Knowledge level among the community of Gontang Raya RW 001 Makassar City about the use of health supplements in increasing immunity during the Covid-19 pandemic*

**Raimundus Chaliks<sup>1\*</sup>, St. Nur Chadjar<sup>1</sup>, Hidayati<sup>1</sup>, Haryuni<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Poltekkes Kemenkes Makassar

<sup>2</sup> Universitas Megarezky

**\*E-mail korespondensi :roykhalik@poltekkes-mks.ac.id**

DOI: <https://doi.org/10.32382/mf.v17i2.2303>

Date submitted 2021-09-02, Accept Submission 2021-11-15

**ABSTRACT**

Since the outbreak of the Covid-19 pandemic, positive confirmed cases and death cases have continued to increase day by day, so the government and WHO urge the entire community to increase their immunity to avoid Covid-19 infection. There are many things that can be done to improve the immune system, one of which is taking health supplements. The objective of the study was to determine the level of knowledge of the people of Gontang Raya RW 001 Makassar City on the use of health supplements to increase immunity during the Covid-19 pandemic. This type of study is descriptive with online survey method, with cross sectional approach. This study was conducted in february – June 2021. The number of samples was 93 respondents who were selected by probability sampling. Data collection was carried out online by distributing questionnaires through the Google Form application on WhatsApp media. The results of the study found a total score of 58.63% respondents so it can be concluded that the level of knowledge of the people of Gontang Raya RW 001 Makassar city on the use of health supplements to increase immunity during the Covid-19 pandemic is still low.

**Keywords :** Covid-19, supplements, immunity, Gontang Raya

**ABSTRAK**

Sejak merebaknya pandemi Covid-19 kasus konfirmasi positif dan kasus kematian terus bertambah dari hari ke hari sehingga pemerintah dan WHO menghimbau seluruh masyarakat untuk meningkatkan imunitas tubuh agar terhindar dari infeksi Covid-19. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan sistem imun, salah satunya mengonsumsi suplemen kesehatan. Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat Gontang Raya RW 001 Kota Makassar terhadap penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survei online dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari – Juli 2021. Jumlah sampel sebanyak 93 responden yang dipilih secara *probability sampling*. Pengumpulan data dilakukan secara online dengan menyebarkan kuesioner melalui aplikasi *Google Form* pada Media *Whatsapp*. Hasil penelitian menemukan skor total responden 58,63% sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat Gontang Raya RW 001 Kota Makassar terhadap penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19 masih rendah.

**Kata kunci :** Covid-19, Suplemen Kesehatan, Imunitas, Gontang Raya

**PENDAHULUAN**

Pada awal tahun 2020, dunia dikejutkan dengan merebaknya virus baru yaitu SARS-CoV-2 yang menyebabkan penyakit *Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)*. Proses penyebaran Covid-19 terjadi begitu cepat, termasuk di Indonesia. Kasus konfirmasi positif Covid-19

dan kasus kematian terus bertambah dari hari kehari. WHO menghimbau kepada semua masyarakat untuk melakukan pencegahan dan pengendalian yang kuat agar dapat memperlambat atau menghentikan penyebaran virus Covid-19 (Pertiwi, dkk, 2020). Pencegahan dan pengendalian yang

diberlakukan Pemerintah Indonesia menghimbau agar masyarakat mematuhi protokol kesehatan, kerja dari rumah, belajar di rumah, hingga beribadah di rumah ([Zendrato, 2020](#)). Selain itu pemerintah dan WHO juga menghimbau seluruh masyarakat untuk meningkatkan imunitas tubuh agar terhindar dari infeksi *Covid-19*. Imunitas tubuh merupakan suatu sistem yang dimiliki oleh tubuh manusia untuk dapat mencegah tubuh terserang penyakit yang diakibatkan oleh mikroorganisme atau patogen. Peran imunitas dalam pencegahan virus yaitu melalui penghambatan proses replikasi virus, mendorong pembersihan virus, serta mendorong perbaikan jaringan. Banyak hal yang bisa dilakukan untuk meningkatkan sistem imun, salah satunya mengonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang, olahraga, menghindari stress, memperbaiki sistem pencernaan ataupun hormon serta mengonsumsi suplemen kesehatan ([Izazi & Kusuma, 2020](#)).

Suplemen kesehatan merupakan produk untuk melengkapi kebutuhan zat gizi, meningkatkan, memelihara, mempunyai nilai gizi dan/atau efek fisiologis, memperbaiki fungsi kesehatan, mengandung satu atau lebih bahan berupa vitamin, mineral, asam amino dan atau bahan lain bukan tumbuhan yang dapat dikombinasi dengan tumbuhan ([BPOM, 2019](#)). Badan Pengawas Obat dan Makanan RI menyatakan dalam buku saku pedoman penggunaan herbal dan suplemen kesehatan dalam menghadapi *Covid-19* di Indonesia beberapa bahan suplemen kesehatan yang memiliki peran dalam fungsi normal daya tahan tubuh manusia karena telah diteliti adalah sebagai berikut: vitamin C, vitamin D, vitamin E, probiotik, zink (Zn), dan selenium, beberapa nutrisi ini juga telah terbukti memiliki peran dalam menghadapi *Covid-19* ([BPOM, 2020](#)). Hal ini juga dilaporkan oleh beberapa studi, yang menyatakan bahwa suplementasi (Vitamin D & C) dapat menurunkan resiko infeksi (Ali, 2020; Rhodes et al., 2020; Wier et al, 2020; dalam [Omar et al, 2021](#)). Studi yang dilakukan oleh [Louca et al \(2021\)](#) untuk melihat efek suplementasi di masa pandemi *Covid-19* terhadap 445.850 responden yang berasal dari Britania Raya, Amerika Serikat, dan Swedia melaporkan bahwa pada wanita terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan suplemen vitamin D, multivitamin, omega-3 dan probiotik terhadap penurunan angka positif terinfeksi *Covid-19*.

Suplemen bukanlah produk yang benar-benar aman digunakan untuk semua orang, karena beberapa suplemen mengandung bahan

aktif yang memiliki efek biologik dalam tubuh sehingga dapat membahayakan jika tidak digunakan secara tepat, menyebabkan efek samping dan potensi interaksi obat yang tidak diharapkan, suplemen sebaiknya dikonsumsi saat tubuh memang membutuhkan saja ([Lidia et al., 2020](#)).

Berdasarkan hal tersebut masyarakat harus memiliki pengetahuan yang baik mengenai penggunaan suplemen kesehatan karena begitu besar dugaan bahwa individu yang memiliki pengetahuan yang lebih baik terutama pengetahuan tentang suplemen kesehatan akan memiliki kecenderungan memilih suplemen kesehatan sesuai dengan kondisi dan manfaat bagi tubuhnya ([Utami & Juniarsana, 2016](#)).

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan metode survei online, dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari – Juli 2021 di wilayah RW 001 Jl. Gontang Raya, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat di wilayah RW 001 Jl. Gontang Rawa yang berjumlah 1267 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* berupa *proportionate stratified random sampling*. Besar sampel ditetapkan berdasarkan rumus *slovin*. Sampel sebanyak 93 orang diambil berdasarkan kriteria: memiliki *handphone* dan Aplikasi *Whatsapp*, usia 17-50 tahun, pernah atau sedang mengonsumsi suplemen kesehatan, dan bersedia ikut serta dalam penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner yang dibagikan secara online kepada responden menggunakan *Google Form* pada aplikasi *Whatsapp*. Tahap awal dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas kuesioner terhadap 20 orang sebelum dibagikan ke responden. Parameter pengetahuan yang dinilai meliputi definisi, manfaat, kandungan, efek samping, lama penggunaan, dosis, lama penyimpanan, hubungan suplemen dengan makanan sehari-hari, serta pertimbangan dokter dalam mengonsumsi suplemen yang terdistribusi ke dalam soal-soal kuesioner.

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan skala Guttman, diolah menggunakan software *SPSS for windows* yang selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel.

Penentuan tingkat pengetahuan dikategorikan berdasarkan : pengetahuan tinggi:  $\geq 80\%$ , pengetahuan sedang:  $60 - 79\%$ , pengetahuan rendah:  $< 60\%$ , ([Natalia et al., 2020](#)).

## HASIL PENELITIAN

Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan responden sebanyak 93 orang yang memenuhi kriteria dengan data sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik sosiodemografi

Karakteristik	n (%)
RT	
001	30 (32,3)
002	11 (11,8)
003	19 (20,4)
004	24 (25,8)
005	9,0 (9,70)
Jenis Kelamin	
Laki-laki	29 (31,2)
Perempuan	64 (68,8)
Usia (th)	
17 – 27	42 (45,2)
28 – 38	33 (35,5)
39 – 50	18 (19,4)
Tingkat Pendidikan	
SMP	3,0 (3,2)
SMA/SMK	67 (72,0)
Perguruan Tinggi	23 (24,7)
Pekerjaan	
PNS	10 (10,8)
Pegawai swasta	29 (31,2)
Wiraswasta	12 (12,9)
IRT	24 (25,8)
Tidak bekerja/Pensiun	18 (19,4)
Jumlah	93 (100)

Tabel 2. Respon responden tentang pengetahuan penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi *covid-19* (n=93)

No	Pernyataan	Skor Peroleh	Skor Ideal	Persentase (%)	Keterangan
1	Suplemen kesehatan merupakan produk untuk melengkapi kebutuhan zat gizi, memelihara, meningkatkan dan/atau memperbaiki fungsi kesehatan	88	93	94,62%	Pengetahuan Tinggi
2	Dengan mengonsumsi suplemen kesehatan dapat menggantikan makanan sehari-hari	44	93	47,31%	Pengetahuan Rendah
3	Penggunaan suplemen kesehatan selama pandemi <i>Covid-19</i> membantu memelihara daya tahan tubuh	91	93	97,85%	Pengetahuan Tinggi
4	Suplemen kesehatan hanya mengandung vitamin saja	29	93	31,18%	Pengetahuan Rendah
5	Suplemen kesehatan tidak mempunyai potensi memberikan efek samping yang merugikan	22	93	23,66%	Pengetahuan Rendah
6	Suplemen boleh digunakan dalam	40	93	43,01%	Pengetahuan

	jangka panjang				Rendah
7	Semakin tinggi dosis suplemen kesehatan yang digunakan maka manfaat yang didapatkan semakin baik	28	93	30,11%	Pengetahuan Rendah
8	Dengan mengonsumsi makanan bergizisecara teratur, tidak perlu lagi mengonsumsi suplemen kesehatan	46	93	49,46%	Pengetahuan Rendah
9	Produk Suplemen kesehatan yang sudah lama disimpan (berubah warna, rasa, dan bau) tidak dapat digunakan lagi	91	93	97,85%	Pengetahuan Tinggi
10	Perlu pertimbangan dokter/apoteker ketika akan mengonsumsi obat lain bersamaan dengan suplemen kesehatan	57	93	61,29,%	Pengetahuan Sedang
	Rata – Rata	55,1	93	58,63%	Pengetahuan Rendah

Faktor yang mendorong masyarakat melakukan swamedikasi terhadap penggunaan suplemen kesehatan dapat dilihat dari sumber informasi yang digunakan, disajikan dalam tabel berikut:

Tabel. 3. Sumber informasi responden terhadap suplemen kesehatan

Sumber Informasi	n (%)
Tenaga kesehatan	17 (18,28)
Media sosial / Internet	28 (30,11)
TV	23 (24,73)
Lingkungan sekitar	23 (24,73)
Brosur	2,0 (2,15)
Jumlah	93 (100)

Tabel 4. Tempat responden memperoleh suplemen kesehatan

Sumber Informasi	n (%)
Apotek	45 (48,39)
Swalayan	48 (51,36)
Jumlah	93 (100)

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal dari RT 001 (32,3%), berjenis kelamin perempuan (68,8%), berusia pada rentang 17-27 tahun (45,2%), tingkat pendidikan SMA/SMK (72%) dengan jenis pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (25,8%).

Dari hasil penelitian ini (tabel 2) terlihat bahwa 3 poin pernyataan menunjukkan tingkat pengetahuan responden terhadap penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi *Covid-19* berada dalam kategori tinggi, yaitu, pernyataan pada poin 1, 3, dan 9. Berdasarkan hal tersebut dapat ketahu bahwa masyarakat sudah mengetahui

tentang suplemen kesehatan secara umum.

Pada pernyataan poin 10 ditemukan tingkat pengetahuan masyarakat berada dalam kategori sedang (61,29%), berarti sebagian masyarakat telah mengetahui bahwa perlunya informasi jika ingin mengonsumsi obat lain bersamaan dengan suplemen kesehatan. Mengonsumsi suplemen dengan obat lain sebaiknya perlu mendapatkan informasi dari dokter atau apoteker terlebih dahulu, karena bisa menyebabkan terjadinya interaksi obat yang merugikan. (BPOM, 2020 ; Junaidi 2019).

Selanjutnya, ada 6 poin pernyataan yang menunjukkan tingkat pengetahuan masyarakat berada dalam kategori rendah, yaitu pernyataan poin 2, 8, 4, 5, 6, dan 7. Berdasarkan pernyataan poin 2 dan 8 perlu diperhatikan

bahwa suplemen kesehatan tidak bertujuan untuk menggantikan makanan sehari-hari tetapi dengan makanan bergizi kita dapat memenuhi kebutuhan suplemen terhadap tubuh, dimana suplemen secara alami dapat terpenuhi dari sumber makanan yang bergizi (BPOM, 2020 ; Junaidi 2019). Berdasarkan hal tersebut terlihat bahwa masyarakat kurang mengetahui bahwa suplemen kesehatan bukan untuk menggantikan makanan sehari – hari tetapi suplemen kesehatan bisa didapatkan melalui makanan bergizi. Untuk pernyataan poin 4, suplemen kesehatan suatu produk yang mengandung satu atau lebih vitamin, mineral, asam amino untuk melengkapi kebutuhan zat gizi, meningkatkan, memelihara, dan atau mempunyai nilai gizi dan/atau efek fisiologis, memperbaiki fungsi kesehatan (BPOM, 2020 ; Junaidi 2019). Pernyataan nomor 6 terkait dosis, Andayani (2020) menyatakan beberapa suplemen mengandung bahan aktif yang dapat membahayakan jika tidak digunakan secara tepat dan menggunakan suplemen secara berlebihan adalah tindakan yang tidak tepat.

Dari hasil penelitian diperoleh persentase jawaban responden sebesar 58,63% yang menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat gontang raya RW 001 terhadap penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19 tergolong pengetahuan rendah. Pengetahuan merupakan faktor penting dalam mendorong tindakan masyarakat dalam mengonsumsi suplemen. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mohsen *et al.* (2021) untuk melihat pengetahuan dan sikap masyarakat Lebanon (n=2966) dalam mengonsumsi suplemen sebelum dan selama pandemi. Studi menunjukkan sikap masyarakat dalam mengonsumsi suplemen meningkat seiring dengan peningkatan pengetahuan terkait manfaat suplemen dalam meningkatkan imunitas

Pada Tabel 3 mayoritas sumber informasi responden media sosial/internet sebanyak (30,11%) dimana informasi media sosial dan internet sepenuhnya tidak dapat dipercaya artinya informasi yang didapat harus ditelusuri kebenarannya misalnya disertai dengan sumber seperti jurnal/buku selain berkaitan dengan faktor informasi, hasil ini juga berkaitan dengan tempat memperoleh suplemen kesehatan pada tabel 4, mayoritas adalah swalayan (51,61%), dimana swalayan termasuk kategori kurang baik karena untuk memastikan bahwa suplemen kesehatan yang akan dikonsumsi aman dan legal disarankan untuk membeli di sarana pelayanan

kesehatan/kefarmasian resmi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian telah dilakukan oleh (Yuliawati & Djannah, 2020) yang menyatakan bahwa nya dipengaruhi oleh faktor informasi dan tempat memperoleh suplemen kesehatan.

Hasil penelitian ini menjadi tolok ukur perlunya dilakukan edukasi atau penyuluhan terkait penggunaan suplemen di masa pandemi pada masyarakat di Wilayah RW 001 Gontang Raya. Dengan adanya edukasi dan penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat Gontang Raya RW 001 terhadap penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan masyarakat Gontang Raya RW 001 kota Makassar terhadap penggunaan suplemen kesehatan untuk meningkatkan imunitas selama masa pandemi Covid-19 berada dalam kategori rendah.

## SARAN

Perlunya edukasi kepada masyarakat tentang pengetahuan suplemen kesehatan agar masyarakat dapat melakukan swamedikasi suplemen kesehatan secara bijak dan tepat serta tidak mudah percaya dengan informasi yang beredar luas sekarang ini, yang kebenarannya belum pasti.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Saya berterima kasih kepada berbagai pihak yang berkontribusi dalam penelitian ini, utamanya masyarakat Gontang Raya RW 001 Kota Makassar yang telah bersedia menjadi responden. Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar, Ketua Jurusan Farmasi atas dukungannya pada pelaksanaan penelitian ini. Peneliti menyampaikan cinta dan terima kasih kepada keluarga atas pengertian dan dukungan mereka selama penelitian ini. Tanpa dukungan mereka penelitian ini tidak dapat diselesaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andayani *et al.*, 2020. *Pneumonia dan COVID-19*. Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. Jakarta, <https://doi.org/10.1331/JAPhA.2015.14093>
- BPOM. 2019. *Peraturan Kepala Badan POM No.16 Tahun 2019 Tentang Pengawasan Suplemen Kesehatan*.

- BPOM. 2020. *Buku Saku Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19 di Indonesia*.
- Izazi, F., Kusuma, A. 2020. Hasil Responden Pengetahuan Masyarakat Terhadap Cara Pengolahan Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) dan Kencur (*Kaemferia galanga*) Sebagai Peningkatan Imunitas Selama COVID-19 dengan Menggunakan Kedekatan Konsep Program Leximancer Respondent Results of C. *Journal of Pharmacy and Science*, 5(2), 93–97.
- Junaidi, D. 2019. *Panduan Obat Dan Suplemen Indonesia, Edisi I*, Rapha Publishing, Yogyakarta.
- Lidia, K. *et al.*, 2020. Peningkatan Kesehatan dengan Suplemen dan Gizi Seimbang di Era Pandemi COVID-19. 63–68.
- Louca P, Murray B, Klaser K, *et al.* 2021. Modest effects of dietary supplements during the COVID-19 pandemic: insights from 445 850 users of the COVID-19 Symptom Study app *BMJ Nutrition, Prevention & Health* 2021;4:doi: 10.1136/bmjnp-2021-000250.
- Mohsen *et al.* 2021. Knowledge, Attitudes, and Practices Related to Dietary Supplementation, Before and During the COVID-19 Pandemic: Findings from a Cross-Sectional Survey in the Lebanese Population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168856>.
- Natalia, *et al.*, 2020. Kesiapsiagaan Remaja Dalam Menghadapi Wabah Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), 2302–2531. <http://180.178.93.169/index.php/jikd/article/view/203>
- Omar F. *et al*, 2020. Use of Vitamin/Zinc Supplements, Medicinal Plants, and Immune Boosting Drinks During COVID-19 Pandemic: A Pilot Study From Benha City, Egypt, *Heliyon*, Volume 7, Issue 3, 2021, e06538, ISSN 2405-8440, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06538>.
- Pertiwi, R., Notriawan, D., & Wibowo, R. H. 2020. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Meningkatkan Imunitas Tubuh sebagai Pencegahan COVID-19. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), 110–118.
- Utami, A. P., & Juniarsana, I. W. 2016. Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Konsumsi Vitamin (A, C, E) Pada Ibu-Ibu Yang Mengonsumsi Suplemen Di Lala Studio. *Jurnal Skala Husada*, 10, 159–166.
- Yuliawati, K., & Djannah, S. 2020. Bagaimana pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang konsumsi multivitamin/ suplemen selama pandemi covid-19? *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 7(3), 123–134. <http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK/article/view/2077/pdf>
- Zendrato, W. 2020. Gerakan Mencegah Daripada Mengobati Terhadap Pandemi Covid-19. *Jurnal Education and Development*, 8(2), 242–248.

