

**EDUKASI MEMBUAT MINUMAN SERBUK JAHE UNTUK
MENINGKATKAN IMUNITAS PADA PERAWAT DALAM
MENANGANI PASIEN COVID-19**

Remilda Armika Vianti^{*)} dan Nunung Hasanah

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan

Email : vivi.unikal@gmail.com

ABSTRACT

The hospital is a health service agency that focuses on curative efforts. Hospitals are required to have ideal resources to be able to provide the best service to patients. The Covid-19 pandemic that has hit the world is a tough challenge for health services. The increase in new cases is so fast that the graph of the improvement looks very sharp. Positive confirmed cases are also increasing while hospital resources are unable to accommodate the number of patients in the area due to limited isolation rooms and their facilities. RSUD Benda Kota Pekalongan is a hospital designated by the government to become a line 2 (two) Covid-19 referral hospital. Various problems experienced by the hospital, including the limited number of isolation rooms, the limited number of PPE, the limited number of human resources for health workers. This results in various problems, one of which is the nurse's it can result in stress which results in decreased immunity. Therefore, education to give food supplement like ginger drink, especially nurses. Education is carried out by providing a pocket book on efforts to prevent Covid-19. After being given education services, there was an improvement for motivation and increasing immunity.

Keywords: Covid-19, nurse, education, ginger drink

PENDAHULUAN

Data Covid-19 di Indonesia dari Kementerian Kesehatan merilis data sebanyak 1.528 orang terkonfirmasi positif dan 136 lainnya meninggal dunia (BNPB, 2020). Kondisi yang demikian parah ini, disikapi oleh Pemerintah Indonesia dengan mengambil beberapa kebijakan dalam rangka memutus rantai penyebaran COVID-19. Langkah-langkah tersebut antara lain aturan untuk bekerja dari rumah (*work from home*), me-nonaktif-kan sementara kegiatan pada semua sektor, memberlakukan himbauan isolasi diri, serta mempersiapkan rumah sakit rujukan COVID-19 di setiap kota di seluruh wilayah Indonesia.

Kebijakan ini pada akhirnya berdampak kepada fasilitas pelayanan kesehatan yang secara langsung ditunjuk oleh pemerintah menjadi rujukan pasien COVID-19. Fasilitas kesehatan baik rumah sakit maupun puskesmas dituntut untuk mempersiapkan tenaga kesehatan, sarana, dan prasarana ditengah *infection rate* yang terus meningkat setiap detiknya. Tenaga kesehatan khususnya perawat yang bertugas pada Instalasi Gawat Darurat dan Ruang Khusus Isolasi mau tidak mau suka tidak suka memiliki kewajiban untuk siap menjadi garda terdepan berjibaku dengan virus yang amat mematikan dan bias saja menular kepada mereka. Ironisnya,

ditengah perjuangan tenaga kesehatan yang bahkan rela untuk tidak kembali ke rumah demi menjaga pasien dan meminimalkan penularan kepada keluarga mereka, kondisi lain justru mendera yaitu kelangkaan alat pelindung diri (APD). APD seperti masker, sarung tangan, baju hazmat, google glass yang sedianya menjadi alat pelindung bagi tenaga kesehatan justru semakin langka di pasaran. Belum lagi kondisi kelelahan dan nutrisi yang bahkan mereka cukupi disela-sela kesibukan merawat pasien memungkinkan kondisi imunitas mereka menurun sehingga virus lebih mudah masuk untuk menyerang sistem kekebalan tubuh para tenaga kesehatan tersebut. Permasalahan diatas menggugah penulis untuk mengadakan program pengabdian masyarakat bagi perawat di rumah sakit rujukan COVID-19 lini 2 RSUD Bendan Kota Pekalongan. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk membantu perawat dalam meningkatkan imunitas untuk menangani pasien covid-19.

METODE

Metode pengabdian masyarakat yang digunakan adalah dengan kegiatan Pendidikan kesehatan secara *online* melalui grup *Whatsapp* dan membagikan minuman serbuk jahe ditambah vitamin C untuk teman-teman perawat dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Penulis membuat grup di *whatsapp* sebagai bentuk koordinasi.
- 2) Penulis menyampaikan materi berupa cara pembuatan minuman serbuk jahe alami yang bisa

disimpan lama dan praktis untuk diseduh.

- 3) Penulis meminta perawat untuk membaca dan mempraktikkan petunjuk pencegahan kecemasan selama 1 minggu.
- 4) Menyediakan ruang konsultasi secara online *via Whatsapp group*.

Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah perawat di RSUD Bendan Kota Pekalongan. Peserta dalam grup sebanyak 26 (dua puluh enam) perawat. Leaflet dalam bentuk online yang berisi tahapan pembuatan minuman serbuk jahe tersebut diserahkan *via grup whatsapp* secara bebas agar dapat disebarkan secara luas kepada petugas kesehatan lain ataupun masyarakat secara umum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat ini dideskripsikan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia		
20-35 Tahun	14	58
>35 Tahun	12	42
Jenis Kelamin		
Perempuan	18	58
Laki-laki	8	42
Pendidikan		
S1	12	46
S2	2	8
D3	12	46
Status Pernikahan		
Menikah	21	80
Tidak Menikah	5	20
Instansi		
Dalam Kota	13	50
Luar Kota	13	50

Dari tabel diatas diketahui bahwa seluruh responden termasuk dalam kategori dewasa (100%), dengan usia responden 20-35 tahun (58%). Sebanyak 58% (18 responden) dengan jenis kelamin perempuan, hanya 5 responden (20%) yang belum menikah. Mempunyai pendidikan S1 sebanyak 12 responden (46%), S2 sebanyak 2 responden (8%) mempunyai pendidikan S2. Terdapat 3 orang perawat (21,4%) yang ditugaskan di ruang covid dan sebagian besar (78%) memiliki lama kerja lebih dari 5 tahun. Peserta dalam edukasi ini berasal dari dalam kota Pekalongan dan Luar Kota Pekalongan dengan prosentase 50%.

Hasil dari edukasi ini bisa meningkatkan motivasi perawat dalam merawat pasien dengan Covid-19 dan harapannya bisa meningkatkan imunitas. Pendidikan kesehatan dan konseling terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan motivasi, sebagaimana

ditunjukkan pula dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Purfeerst (2011) menyatakan bahwa terdapat beberapa strategi dalam menurunkan meningkatkan motivasi diantaranya bimbingan teman sebaya (peer group), konseling, *role model*, berfikir positif dan hubungan interpersonal.

Perubahan perilaku kesehatan melalui cara pendidikan atau promosi kesehatan diawali dengan cara pemberian informasi-informasi kesehatan. Melalui pemberian informasi tentang cara-cara mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara menghindari penyakit, dan sebagainya akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hal tersebut. Peningkatan pengetahuan masyarakat akan menimbulkan kesadaran mereka dan pada akhirnya akan menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. (Notoatmodjo, 2010).

Motivasi menurut Uno (2007), dalam Nursalam (2008) motivasi dapat diartikan sebagai dorongan internal dan eksternal dalam diri seseorang yang diindikasikan dengan (1) adanya hasrat dan minat untuk melakukan kegiatan, (2) adanya dorongan dan kebutuhan untuk melakukan kegiatan, (3) adanya harapan dan cita-cita, (4) penghargaan dan penghormatan atas diri, (5) adanya lingkungan yang baik, dan (6) adanya kegiatan yang menarik. Motivasi adalah tentang apa yang membuat seseorang bertindak.

Salah satu faktor penting yang dapat merubah perilaku seseorang dalam bidang kesehatan adalah pendidikan kesehatan, karena dengan pendidikan kesehatan maka pengetahuan seseorang akan dapat bertambah sehingga dapat merubah perilaku seseorang. Pendidikan kesehatan bertujuan meningkatkan kemampuan masyarakat, untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan, baik fisik, mental dan sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun secara sosial (Mubarak dan Chayatin, 2009). Pendidikan kesehatan juga bertujuan untuk mengubah perilaku individu atau masyarakat sehingga sesuai dengan norma-norma hidup sehat (Notoatmodjo, 2010). Pendidikan kesehatan dapat diberikan melalui beberapa cara dan teknik yang menurut Notoatmodjo (2010) dapat dilakukan dengan cara ceramah, diskusi kelompok, demonstrasi maupun penugasan. Metode ceramah menurut Emilia (2008) merupakan metode tertua dalam pendidikan kesehatan dan

merupakan metode paling baik untuk transfer pengetahuan, memotivasi sasaran dalam kelompok besar, memerlukan pembicaraan yang dinamik, dan efektif dengan pengetahuan yang cukup dibanding audiens.

Kegiatan konseling dilakukan secara online dapat memberikan ruang yang lebih luas karena untuk tipe individu yang introvert bisa dapat lebih terbuka. Sama halnya sebuah penelitian yang dilakukan oleh Sabarudin, dkk (2020) tentang efektifitas Pemberian edukasi secara online melalui media video dan leaflet terhadap tingkat pencegahan penularan Covid-19 lebih efektif dibandingkan dengan media leaflet saja ataupun video saja. Hal ini selaras dengan pengabdian yang dilakukan dengan memanfaatkan media online sebagai sarana konsultasi online agar dapat menurunkan kecemasan pada perawat dan juga mengurangi transmisi kontak dengan banyak individu.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan kontribusi berupa pengetahuan dan manfaat secara psikis bagi tenaga perawat yang sedang berjuang menghadapi pandemic covid. Pemberian edukasi *online* untuk meningkatkan imunitas dengan pemberian minuman serbuk jahe untuk mencegah covid-19 dan layanan konsultasi online dapat meningkatkan motivasi dan semangat teman-teman perawat di RSUD Bendan Kota Pekalongan dalam melawan masa pandemic saat ini. Penulis berharap

kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terus dijalankan agar dapat memberikan manfaat yang lebih luas untuk masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada Universitas Pekalongan yang telah memberikan pendanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga kami ucapkan kepada RSUD Benda Kota Pekalongan sebagai mitra dalam kegiatan ini. Seluruh pihak yang membantu terselenggaranya kegiatan secara lancar dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- BNPB. (2020). Update Laporan Kasus COVID-19. Access on March 2020.
- Han,L; Wong,F.K.M et al. (2020). Anxiety and depression of Nurses in a North West Province in China During the Period of Novel Coronavirus Pneumonia Outbreak. Online on: <https://sigmapubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jnu.12590> diakses tanggal 12 Agustus 2020.
- Nurodin. (2017). Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Dalam Mereduksi Kecemasan Menghadapi
- Purfeerst. C.S (2011). Decreasing Anxiety in Nursing Students, St. Paul, Minesotta: St. Catherine University.
- Sabarudin, dkk. (2020). Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy) (e-Journal)* 2020; 6 (2): 309–318 ISSN:2442-8744 (electronic); 2442-7284 (printed) Journal Homepage: <https://bestjournal.untad.ac.id/index.php/Galenika> DOI: 10.22487/j24428744.2020.v6.i2.15253. online on: 15253-Article Text-48915-1-10-20201004.pdf.
- Sri Mumpuni Y, Rahajeng W.M. (2021). Pendidikan Kesehatan Dan Konsultasi Online Untuk Menurunkan Kecemasan Perawat Dalam Menangani Pasien Covid-19. *Jurnal Abdimas. Vol.2 (1): 20-24.* <https://jurnal.unikal.ac.id/index.php/abdimas/article/view/1291/957>
- Stuart & Sundeen. (1998). Buku saku keperawatan jiwa / Gail Wiscarz Stuart, Sandra J. Sundeen ; alih bahasa, Achir Yani S. Hamid ; editor edisi bahasa Indonesia, Yasmin Asih. Ed.1. Jakarta: EGC.
- WHO. (2020). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. Online on: WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard | WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard