

# Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa terhadap Pemilihan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19

Heny Puspasari<sup>a)\*</sup>, Weni Puspita<sup>a)</sup>

<sup>a)</sup>Akademi Farmasi Yarsi Pontianak, Kalimantan Timur, Indonesia

Covid-19 di Indonesia dinyatakan sebagai jenis penyakit yang menimbulkan kedaruratan kesehatan masyarakat serta bencana non alam, yang tidak hanya menyebabkan kematian tapi juga menimbulkan kerugian ekonomi yang cukup besar. Menghadapi masalah ini, maka diperlukan upaya pengendalian dan pencegahan Covid-19 ini. Salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan ketahanan masyarakat melalui kesehatan tubuh perorangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengetahuan dan sikap penerapan penggunaan suplemen kesehatan pada mahasiswa-mahasiswi di Akademi Farmasi Yarsi Pontianak di masa pandemi ini. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei deskriptif dengan menggunakan pendekatan analisis kuantitatif pada mahasiswa-mahasiswi aktif semua tingkat/semester di Akademi Farmasi Yarsi Pontianak. Pengambilan data secara *prospektif* dengan teknik sampling *Stratified Random Sampling*. Penelitian ini dilakukan dengan pemberian kuesioner melalui *google form*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 orang mahasiswa, didapatkan tingkat pengetahuan termasuk kategori cukup sebanyak 8 orang (8,0%) dan mahasiswa dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 92 orang (92,0%), serta sikap tidak baik sebanyak 16 orang (16,0%) dan kategori sikap baik sebanyak 84 orang (84,0%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa sudah baik dan memiliki sikap yang baik terhadap pemilihan suplemen kesehatan dalam menghadapi Covid-19 pada era pandemi.

**Kata Kunci:** Tingkat Pengetahuan, Sikap, Suplemen Kesehatan, Covid-19

## Students' Level of Knowledge and Attitude to The Selection of Health Supplements in Facing COVID-19

In Indonesia, Covid-19 has been classified as a disease that causes public health emergencies and non-natural disasters that cause not only death but also significant economic damages. In order to address this issue, Covid-19 must be controlled and prevented. Increase community resilience through individual body health is one of the prevention initiatives that may be made. During the epidemic, students at the Akademi Farmasi Yarsi Pontianak were asked to assess their knowledge and attitudes about using health supplements. At Akademi Farmasi Yarsi Pontianak, the research method employed was a descriptive survey with a quantitative analysis approach to active students of all levels/semesters. Stratified Random Sample sampling technique was used to acquire prospective data. This study was carried out by using a Google Form to distribute a questionnaire. The results revealed that 8 students (8.0 percent) had sufficient knowledge, 92 students (92.0 percent) had good knowledge, and 16 students (16.0 percent) had bad attitudes and 84 people in the category of good attitude (84.0 percent). As a result, it can be inferred that student knowledge is good, and they have a good attitude about supplement selection to face Covid-19 in the pandemic era.

**Keywords:** Knowledge Level, Attitude, Health Supplements, Covid-19

---

\*Corresponding author : Akademi Farmasi Yarsi Pontianak, Jl. Panglima Aim No.02, Kelurahan Saigon, Kecamatan Pontianak Timur, Kalimantan Barat 78237 [heny24puspasari@gmail.com](mailto:heny24puspasari@gmail.com)

---

## PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) telah dinyatakan oleh WHO sebagai global pandemi. Covid-19 di Indonesia dinyatakan sebagai jenis penyakit yang menimbulkan kedaruratan kesehatan masyarakat serta bencana non alam, yang tidak hanya menyebabkan kematian tapi juga menimbulkan kerugian ekonomi yang cukup besar. Pada tanggal 12 Juli 2020, pemerintah Indonesia mengumumkan 75.699 kasus konfirmasi Covid-19, 3.606 kasus meninggal dan 35.638 kasus sembuh dari 460 kabupaten/kota di seluruh 34 provinsi. Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan upaya penanggulangan termasuk pencegahan dan pengendaliannya. Pandemi Covid-19 yang terjadi di seluruh dunia saat ini termasuk di Indonesia memberikan dampak pada berbagai sektor termasuk sektor kesehatan. Saat ini berbagai macam informasi beredar di masyarakat terkait penggunaan produk herbal dan suplemen kesehatan, sehingga masyarakat membutuhkan informasi yang tepat untuk dijadikan acuan. Angka kematian kasar bervariasi tergantung negara dan tergantung pada populasi yang terpengaruh, perkembangan wabahnya di suatu negara, dan ketersediaan pemeriksaan laboratorium. Thailand merupakan negara pertama di luar China yang melaporkan adanya kasus Covid-19. Setelah Thailand, negara berikutnya yang melaporkan kasus pertama Covid-19 adalah Jepang dan Korea Selatan yang kemudian berkembang ke negara-negara lain. Sampai dengan tanggal 30 Juni 2020, WHO melaporkan 10.185.374 kasus konfirmasi dengan 503.862 kematian di seluruh dunia (CFR 4,9%) (Kemenkes, 2020).

Dewasa ini, sejalan dengan meningkatnya pendidikan dan pengetahuan masyarakat serta kemudahan dalam memperoleh informasi, semakin mendorong masyarakat untuk melakukan pengobatan sendiri dengan obat-obat bebas. Hasil survei Departemen Kesehatan Republik Indonesia di tiga kota besar Indonesia menunjukkan 60,9% orang sakit melakukan pengobatan sendiri. Promosi yang berlebihan dan informasi obat yang tidak konsisten dari perusahaan obat dapat menimbulkan pemahaman yang salah pada masyarakat tentang obat dan penggunaannya. Semua itu akan menyulitkan masyarakat untuk memilih obat secara tepat bagi mereka. Selain itu, masyarakat juga semakin sadar akan hak mereka untuk memperoleh informasi obat yang mereka terima (Arenatha, 2014).

Suplemen kesehatan mengandung bahan-bahan mikronutrien berupa *trace* mineral dan vitamin yang diperlukan sebagai nutrisi esensial bagi tubuh. Kurang memadainya asupan mikronutrien dapat mengganggu respon imun non-spesifik dan spesifik saat tubuh menghadapi virus atau bakteri. Hal ini dapat menimbulkan kerentanan terhadap infeksi yang akan me-

ningkatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (BPOM, 2020). Perlunya informasi mengenai bahan dalam produk suplemen kesehatan, agar masyarakat dapat memilih dan menggunakan secara tepat dan bijak suplemen kesehatan untuk menghadapi Covid-19 dalam era pandemi ini.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survei deskriptif. Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis kuantitatif. Pengambilan data secara prospektif kepada mahasiswa/i aktif Akademi Farmasi Yarsi Pontianak pada semua tingkat/semester. Penelitian ini menggunakan sampel penelitian sebanyak 100 responden terdiri dari 35 tingkat 1, 33 tingkat 2 dan 32 tingkat 3 dengan teknik sampling *Stratified Random Sampling*. Penelitian ini dilakukan dengan pemberian kuesioner melalui *google form* untuk mengumpulkan data seluruh responden dimana kuesioner tersebut terdiri dari beberapa pertanyaan meliputi 3 hal yaitu: form data demografi responden, form pengetahuan responden mengenai suplemen kesehatan dan dilanjutkan form pemilihan suplemen kesehatan dalam menghadapi pandemi Covid-19. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Mei tahun 2021. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah pedoman kuesioner. Pertanyaan pada kuesioner pengetahuan dibuat dalam bentuk soal pada kuesioner dengan pilihan jawaban Benar dan Salah. Jawaban dapat dibuat skor tertinggi 1 dan terendah 0 (Sugiyono, 2016).

**Tabel 1.** Kategori Pengetahuan Berdasarkan Presentase Nilai Skor (Sugiyono, 2016)

Kategori	Nilai (%)
Sangat Baik	81-100
Baik	61-80
Cukup Baik	41-60
Kurang Baik	21-40

Pertanyaan untuk kuesioner sikap menggunakan Skala *Likert*. Skala *Likert* dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang tentang gejala atau masalah yang ada di masyarakat atau dialaminya (Sugiyono, 2010). Beberapa bentuk jawaban pertanyaan atau pernyataan yang masuk dalam kategori skala *Likert* ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.** Kategori Sikap Berdasarkan Presentase Nilai Skor (Hidayat, 2012)

Kategori	Nilai (%)
Sangat Baik	76-100
Baik	51-75
Tidak Baik	26-50
Sangat Tidak Baik	0-25

Kuesioner ini akan dilakukan uji validasi dan reliabilitas dengan metode analisis statistik *Pearson Product Moment* dan nilai *alpha* dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% (nilai  $\alpha = 0,05$ ) menggunakan aplikasi SPSS (Kurniawan, 2011). Alat ukur atau instrumen penelitian yang dapat diterima sesuai standar adalah alat ukur yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas data. Uji validitas dapat menggunakan rumus *Pearson Product Moment*. Setelah mengukur validitas maka perlu mengukur reliabilitas data, apakah alat ukur dapat digunakan atau tidak. Mengukur reliabilitas dapat menggunakan beberapa rumus di antaranya: belah dua, Spearman Brown, Kuder Richardson-20, Anova Hoyt dan *alpha* (Hidayat, 2012).

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini telah memperoleh uji kelayakan etik dengan nomor 213/II.1.AU/KET.ETIK/VIII/2021 di Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak. Hasil karakteristik responden berdasarkan umur terhadap 100 orang mahasiswa di kampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak tahun 2021 disajikan dalam Tabel 3.

**Tabel 3.** Distribusi Responden Berdasarkan Umur di Akademi Farmasi Yarsi Pontianak Tahun 2021

	Frekuensi	Persen
Valid	17	2,0
	18	21,0
	19	35,0
	20	22,0
	21	13,0
	22	2,0
	23	1,0
	24	1,0
	25	1,0
	26	1,0
	27	1,0
Total	100	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 100 orang mahasiswa di kampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak tahun 2021, didapatkan responden terbesar dengan rata-rata umur 19 tahun sebanyak 35 orang (35,0%), kemudian terbanyak kedua adalah berumur 20 tahun sebanyak 22 orang (22%). Uji validasi tiap butir kuesioner dengan program SPSS menggunakan metode korelasi *Product Moment* antar skor tiap butir kuesioner dengan skor total (jumlah tiap skor kuesioner) menunjukkan nilai probabilitas [sig.(2-tailed)] kurang dari ( $\alpha 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner telah *valid* dan reliabel. Hasil reliabilitas kuesioner menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,895 yang dapat dilihat pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Reliability Statistics

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,895	20

Merujuk pada Tabel 4 tampak bahwa reliabilitas kuesioner menunjukkan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,895. Jika koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* kurang dari 0,70 ( $r_i < 0,70$ ), Tavakol & Dennick (2011) menyarankan untuk merevisi atau menghilangkan item soal yang memiliki korelasi yang rendah. Cara mudah menentukan item soal tersebut adalah dengan bantuan program di komputer. Jika koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* lebih dari 0,90 ( $r_i > 0,90$ ), Tavakol & Dennick (2011) menyarankan untuk mengurangi jumlah soal dengan kriteria soal yang sama meskipun dalam bentuk kalimat yang berbeda (Yusup, 2018). Kuesioner yang telah diberikan kepada 100 responden mahasiswa di Akademi Farmasi Yarsi Pontianak dilakukan pengolahan data menggunakan program SPSS dan diperoleh nilai probabilitas [sig.(2-tailed)] kurang dari ( $\alpha 0,05$ ) dapat disimpulkan kuesioner telah valid dan reliabel.

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa dari 10 pernyataan pengetahuan yang diajukan kepada responden mahasiswa, didapatkan bahwa pemahaman mahasiswa terhadap suplemen meliputi pemahaman tentang pengertian suplemen, jenis suplemen, fungsi, manfaat dan tujuan penggunaan dari suplemen, lebih banyak mahasiswa menjawab pertanyaan dengan benar pada setiap indikator pertanyaan yang ada. Pengetahuan responden tentang pemahaman dasar terkait Covid-19 dan konsumsi multivitamin/suplemen selama pandemi Covid-19 dapat dikategorikan sudah baik. Mahasiswa sudah mengetahui jenis-jenis suplemen/multivitamin yang dapat digunakan untuk menghadapi Covid-19 di antaranya vitamin D dan E dilihat berdasarkan persentase menjawab benar 80-90%. Hal ini menunjukkan responden sudah memahami hal-hal terkait konsumsi multivitamin/ suplemen untuk menghadapi pandemi Covid-19 dan pengetahuan terkait Covid-19. Hal ini sejalan dengan penelitian I Nengah *et al* (2020), bahwa jenis suplemen yang paling banyak dikonsumsi mahasiswa ITS yaitu Vitamin C sebanyak 46,58%. Dalam penelitian Lieberman tahun 2015, diketahui jenis suplemen yang dikonsumsi yaitu 42% multivitamin, atau multimineral, 17% vitamin C, 17% protein/asam amino, dan 13% kalsium.

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa dari 100 orang responden mahasiswa, didapatkan mahasiswa dengan pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (8,0%), dan mahasiswa dengan pengetahuan baik sebanyak 92 orang (92,0%). Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa lebih banyak mahasiswa dengan pengetahuan yang baik tentang pengetahuan terkait infeksi Covid-19, penularan dan

pengecuhannya. Tingkat pendidikan, usia, pekerjaan, dan sosial ekonomi menjadi beberapa faktor yang berpengaruh terhadap tingkat

pengetahuan masyarakat mengenai pola konsumsi suplemen yang berbeda-beda (Wijaya, 2015).

**Tabel 5.** Data Pengetahuan Mahasiswa Akfar Yarsi di Kampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak Tahun 2021

Pernyataan	Jumlah Jawaban (%)	
	Benar	Salah
<i>Coronavirus Disease 2019</i> (Covid-19) merupakan penyakit menular dan dapat menyebabkan kematian	99	1
Saat ini telah ada vaksin dan obat spesifik untuk mencegah penyakit Covid-19	94	6
Suplemen kesehatan (SK) adalah produk yang digunakan untuk melengkapi zat gizi, meningkatkan daya tahan dan memperbaiki fungsi kesehatan	100	0
Tujuan penggunaan suplemen kesehatan tidak untuk mengobati/menggantikan obat suplemen kesehatan yang mengandung vitamin dapat melengkapi	87	13
Suplemen kesehatan yang mengandung vitamin dapat melengkapi dan memperbaiki kekurangan vitamin	98	2
Salah satu manfaat suplemen kesehatan membantu agar tubuh pulih dari kondisi penyakit tertentu	85	15
Beberapa jenis vitamin sebagai suplemen kesehatan dalam menghadapi Covid-19 di antaranya vitamin C, D dan E	97	3
Beberapa contoh lainnya suplemen kesehatan pendukung menghadapi Covid-19 adalah selenium, zink dan prebiotik	89	11
Vitamin E secara alami terdapat dalam makanan seperti tauge, margarine, biji bunga matahari, minyak kedelai dll.	93	7
Vitamin D dalam suplemen biasanya dalam bentuk vitamin D2 ( <i>ergocalciferol</i> ) dan vitamin D3 ( <i>cholecalciferol</i> )	97	3

**Tabel 6.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di Kampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak Tahun 2021

		Frekuensi	Persen	Valid (%)	Kumulatif (%)
Valid	Cukup	8	8,0	8,0	8,0
	Baik	92	92,0	92,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Tabel 7.** Data Sikap Mahasiswa Akfar Yarsi di Kampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak Tahun 2021

Pernyataan	Jumlah Jawaban			
	STS	TS	S	ST
Anda setuju menggunakan suplemen kesehatan sebagai pencegahan dalam menghadapi infeksi Covid-19	12	3	51	34
Anda setuju mungkin akan terinfeksi Covid-19 jika tidak mengonsumsi suplemen kesehatan	7	48	33	12
Anda setuju mengonsumsi suplemen vitamin C sebagai pilihan utama untuk menghadapi Covid-19	9	8	59	24
Anda setuju mengonsumsi suplemen kesehatan yang bervariasi seperti vitamin C, D dan E sebagai pilihan untuk menghadapi Covid-19	13	2	57	28
Anda setuju mengonsumsi suplemen kesehatan dapat mengobati infeksi Covid-19	8	17	55	20
Anda setuju jika mengalami demam, bersin, dan batuk anda segera mencari suplemen kesehatan sebagai cara menghadapi infeksi Covid-19	9	18	46	27
Anda setuju bahwa suplemen kesehatan tidak mempunyai potensi memberikan efek samping yang merugikan	7	17	59	17
Anda setuju mengonsumsi suplemen kesehatan harus sesuai dengan dosis yang benar untuk menghadapi Covid-19	11	2	51	36
Anda setuju menggunakan suplemen kesehatan dalam jangka waktu yang panjang untuk mencegah infeksi Covid-19	6	26	50	18
Anda setuju semakin besar jumlah/frekuensi penggunaan suplemen kesehatan yang diberikan kepada anda maka efek yang didapatkan juga semakin baik	13	27	39	21

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa dari 100 orang responden mahasiswa, didapatkan responden dengan sikap tidak baik sebanyak 16 orang (16,0%), dan responden dengan sikap baik sebanyak 84 orang (84,0%). Oleh karenanya, pada penelitian ini dapat dilihat bahwa lebih banyak mahasiswa dengan sikap yang baik. Hasil ini dapat dilihat pada Tabel 8.

**Tabel 8.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap di Kampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak Tahun 2021

		Frekuensi	Persen
Valid	Tidak Baik	16	16,0
	Baik	84	84,0
	Total	100	100,0

Dalam mengonsumsi suplemen pada masa pandemi, responden sudah memahami bahwa mengonsumsi suplemen kesehatan yang bervariasi seperti vitamin C, D dan E sebagai pilihan untuk menghadapi Covid-19 dan mengonsumsi suplemen kesehatan harus sesuai dengan dosis yang benar untuk menghadapi Covid-19. Beberapa studi menyatakan bahwa

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arenatha, F.T., 2014, Analisis pelayanan kefarmasian pengobatan swamedikasi diukur dari penerapan pendekatan diagnosis diferensial dan 8 kriteria KIE ideal, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1):1-19.
- Boström, K., 2011, 'Consumer Behaviour of Pharmacy Customers: Choice of Pharmacy and Over-the-counter Medicines', *Thesis*, Arcada University of Applied Sciences, Helsinki.
- B POM RI, 2019, Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 17 Tahun 2019 tentang persyaratan mutu suplemen kesehatan, B POM RI, Jakarta.
- B POM RI, 2020, Pedoman penggunaan herbal dan suplemen kesehatan dalam menghadapi COVID 19 di Indonesia, B POM RI, Jakarta.
- Hidayat, A.A., 2012, *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*, Penerbit Salemba Medika, Jakarta.
- I Nengah, B.S., Ahmad, F.A., Chrysella, R., Devi, A.S., Farah, K., Fitria, Happy, N.E.S., Hieronimus, A.N.U., Safinatunnajah, N., Wahyu, A.D., Yunita, A., Rahem, A., 2020, Hubungan usia dengan pengetahuan dan perilaku penggunaan suplemen pada mahasiswa Institut Teknologi Sepuluh Nopember, *Jurnal Farmasi Komunitas*, 7(1): 1-7.
- Kemendes RI, 2020, KMK413-Pedoman pencegahan dan pengendalian COVID 19, Kemendes RI, Jakarta.
- Kurniawan, A., 2011, *SPSS serba-serbi analisis statistika dengan cepat dan mudah*, Jasakom, Jakarta.
- Lidia, K., 2020, Peningkatan kesehatan dengan suplemen dan

faktor yang memengaruhi konsumen dalam memilih obat adalah lokasi, informasi dari petugas apotek, dan iklan (Bostrom, 2011). Yuefeng menyatakan pemilihan suatu produk (*consumer goods*) berhubungan dengan usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan dari masyarakat (Nugraha, 2016). Beberapa suplemen mengandung bahan aktif yang memiliki efek biologik dalam tubuh sehingga dapat membahayakan jika tidak digunakan secara tepat (Lidia, 2020).

#### KESIMPULAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa sudah baik dan memiliki sikap yang baik terhadap pemilihan suplemen kesehatan dalam menghadapi Covid-19 pada era pandemi.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti ucapkan sebesar-besarnya kepada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Ristekdikti dan kepada semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

gizi seimbang di era pandemi COVID-19, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Undana*, 14(2):63-8.

Lieberman, H.R., Marriott, B.P., Williams, C., Judelson, D.A., Glickman, E.L., Geiselman, P.J., Dotson, L., Mahoney, C.R., 2015, Patterns of dietary supplement use among college students, *Clinical Nutrition*, 34(5): 976- 985.

Nugraha, A.R., 2016, Pengaruh terpaan iklan obat non resep dengan sikap masyarakat (Studi regresi sederhana mengenai terpaan iklan obat-obat non resep yang tayang pada televisi dengan sikap masyarakat terhadap keputusan pembelian), *Jurnal Komunikasi*, 10(2):173-82.

Sugiyono, 2010, *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung.

Sugiyono, 2016, *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung.

Yuliawati, K. dan Djannah, S.N., 2020, Bagaimana pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang konsumsi multivitamin/suplemen selama pandemi COVID-19, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 7(3): 123-134.

Yusup, F., 2018, Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif, *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1): 17-23.

Wijaya, Y.Y., 2015, 'Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan pola konsumsi suplemen vitamin C oral pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2012', *Skripsi*, Universitas Udayana, Bali.