

PELATIHAN PENGGUNAAN *E-COMMERCE* DAN PELATIHAN SENAM LANSIA PADA KELOMPOK PENGAJIAN AL-FALAH DESA KEMUNING LOR KECAMATAN ARJASA

Ramadhan Taufika¹⁾, Christa Dyah Utami¹⁾, Riskha Dora Chandra Dewi²⁾,
Devi Arine Kusumawardani³⁾, Dyah Nuning Erawati¹⁾

¹⁾Jurusan Produksi Pertanian, Politeknik Negeri Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

²⁾Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

³⁾Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author : Ramadhan Taufika
E-mail : ramadhantaufika@polije.ac.id

Diterima 07 Maret 2023, Direvisi 02 Mei 2023, Disetujui 03 Mei 2023

ABSTRAK

Kemajuan teknologi informasi memberikan inovasi baru pada bidang pemasaran produk salah satu contohnya adalah penggunaan *e-commerce*. Melalui *e-commerce* pemasaran produk tidak ada batasan pada satu daerah, tetapi dapat meluas sampai beberapa daerah. Mitra pengabdian adalah kelompok pengajian Al Falah dengan mayoritas anggota adalah wanita kelompok lansia. Adapun permasalahan pada mitra yaitu mitra belum memiliki kemampuan untuk memasarkan produk suplemen herbal yang telah diproduksi secara mandiri melalui *e-commerce*. Permasalahan lain yaitu mitra pengabdian yang didominasi oleh wanita lansia belum memahami tentang kesehatan. Metode kegiatan yang dilaksanakan pada pengabdian ini yaitu koordinasi persiapan kegiatan, pelatihan senam lansia, pelatihan pemasaran produk melalui *e-commerce*, serta monitoring dan evaluasi. Solusi yang diberikan oleh tim pengabdian pada kegiatan ini adalah memberikan edukasi tentang pentingnya senam lansia pada mitra, mengadakan pelatihan senam lansia, mengadakan pelatihan pemasaran produk melalui *e-commerce*, serta melakukan evaluasi pada kemampuan dan pemahaman mitra mengenai penggunaan *e-commerce*, serta kemampuan mitra dalam mempraktekkan senam lansia secara mandiri. Hasil dari pengabdian adalah mitra mampu menggunakan *e-commerce* untuk memasarkan produk suplemen herbal serta mampu mempraktekkan senam lansia secara mandiri.

Kata kunci: *e-commerce*; lansia; pelatihan; produk; senam

ABSTRACT

Advances in information technology provide new innovations in the field of product marketing, one example is the use of e-commerce. Through e-commerce, product marketing is not limited to one area, but can extend to several regions. The service partner is the Al Falah recitation group with the majority of members being women from the elderly group. There are problems with partners, namely partners do not yet have the ability to market herbal supplement products that have been produced independently through e-commerce. Another problem is that service partners, who are dominated by women, do not understand health. The stages of the activities carried out in this service are coordination of preparation for activities, training for elderly gymnastics, product marketing training through e-commerce, as well as monitoring and evaluation. The solution provided by the service team for this activity is to provide education about the importance of elderly exercise to partners, conduct elderly exercise training, conduct product marketing training through e-commerce, and evaluate partners' abilities and understanding regarding the use of e-commerce, as well as partners' capabilities. in practicing elderly exercise independently. The result of the dedication is that partners are able to use e-commerce to market herbal supplement products and are able to practice elderly exercise independently.

Keywords: e-commerce; gymnastics; products; seniors; training

PENDAHULUAN

Covid-19 ditetapkan sebagai pandemi sejak 11 Maret 2020 oleh *World Health Organization* (WHO) (Kusumawardani *et al.*, 2022). Indonesia dan banyak negara lainnya menerapkan kebijakan pembatasan interaksi

fisik untuk memperlambat penyebaran Covid-19 tanpa perawatan atau vaksin. Intervensi yang diterapkan di Indonesia antara lain karantina bagi orang-orang yang diduga terinfeksi, pembatasan perjalanan domestik dan internasional, larangan berkumpul dalam

kelompok dan keramaian, serta penutupan sekolah, pabrik, restoran, dan ruang publik. Berbagai upaya untuk mengendalikan pandemi tersebut menimbulkan dampak signifikan di sektor ekonomi dan kegiatan sehari-hari (Eastin & Eastin, 2020)

Salah satu kelompok yang mengalami dampak akibat pandemi COVID-19 adalah Kelompok pengajian Alfalah di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember. Kelompok mitra ini berkegiatan pada bidang keagamaan tetapi anggota kelompok ini memiliki motivasi untuk tetap sehat pada saat pandemi dan belajar berwirausaha dengan memanfaatkan peluang usaha ditengah pandemi Covid-19 (Harlianingtyas *et al.*, 2020). Anggota kelompok pengajian ini terdiri dari 30 orang dan 20 orang diantaranya berusia 65 tahun keatas.

Berdasarkan hasil *survey* sebelumnya dengan mitra, diperoleh informasi bahwa kelompok mitra telah mampu membuat wedang uwuh dengan bahan yang berasal dari pekarangan mitra sendiri. Peraturan pemerintah tentang adanya Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) pada saat pandemi COVID-19, mengakibatkan penjualan produk wedang uwuh yang telah dibuat oleh mitra belum optimal. Hal ini sejalan dengan pernyataan Lengkong *et al.* (2020) bahwa sektor perdagangan mengalami dampak negatif akibat pandemi COVID-19 salah satunya adalah penurunan penjualan barang.

Produk wedang uwuh mitra yang dapat terjual adalah sebanyak 10 bungkus selama satu bulan. Mitra menjual produk wedang uwuh dengan cara dititipkan kepada toko kelontong di sekitar rumah mitra. Melalui pelatihan *e-commerce* diharapkan mitra mampu menjual produk wedang uwuh lebih dari 10 bungkus setiap bulan.

Permasalahan lain pada mitra adalah pada saat pandemi mitra juga berharap tetap sehat dan bugar. Berdasarkan hasil *survey* dengan mitra diketahui bahwa mitra belum mengerti cara olah kebugaran jasmani yang benar. Menurut (Harlianingtyas *et al.*, 2022) minimnya pendidikan pada masyarakat Desa Kemuning Lor yaitu sebanyak 48,12% masyarakat Kemuning Lor masih buta huruf dan 10,86% tidak tamat Sekolah Dasar (SD) menyebabkan pengetahuan warga tentang olah kebugaran jasmani sangat minim. Adanya dua masalah utama tersebut, tim pengabdian melakukan pengabdian mengenai pelatihan penggunaan aplikasi *e-commerce* untuk penjualan produk wedang uwuh dan pelatihan senam lansia untuk menjaga kebugaran mitra.

Tujuan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. memberikan informasi tentang pentingnya aplikasi *e-commerce* untuk penjualan produk kepada mitra
2. memberikan pelatihan penggunaan aplikasi *e-commerce* kepada mitra
3. Memberikan pelatihan senam lansia kepada mitra

METODE

Tempat dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember pada Bulan Juli sampai Oktober 2021. Adapun mitra yang mengikuti kegiatan ini adalah anggota kelompok pengajian Al Falah dengan perwakilan jumlah anggota adalah 10 orang dengan kelompok wanita lansia.

Metode Kegiatan

Kegiatan ini terbagi menjadi beberapa tahapan yaitu

1. Koordinasi persiapan kegiatan.

Koordinasi persiapan kegiatan dilakukan oleh tim dengan Ketua Kelompok Pengajian Al-Falah Desa Kemuning Lor. Koordinasi yang dilakukan meliputi persiapan teknis kegiatan pengabdian masyarakat di Kelompok Pengajian Al-Falah. Selain itu pada tahap ini, dilakukan koordinasi antara anggota tim terkait pembagian tugas sesuai bidang keahlian dan persiapan sarana prasarana yang akan digunakan selama kegiatan pengabdian (Erawati *et al.*, 2022).

2. Pelatihan senam lansia

Tahap pertama yang dilakukan pada kegiatan ini adalah edukasi mengenai pentingnya pemahaman tentang kesehatan pada lansia. Edukasi dilakukan melalui metode *Focus Group Discussion* (FGD) serta tanya jawab. Setelah tahap edukasi, dilakukan pelatihan senam lansia. Tim pengabdian mempraktekkan senam lansia di depan mitra. Selanjutnya tim pengusul menjadi instruktur senam dan mitra mengikuti gerakan senam. Langkah akhir adalah mitra mempraktekkan senam lansia secara mandiri dan anggota tim pengabdian mengevaluasi gerakan senam lansia. Kegiatan ini berlangsung selama 30 menit selama satu kali tatap muka.

3. Pelatihan penggunaan *e-commerce*

Kegiatan ini dilakukan setelah kegiatan pelatihan senam lansia. Pada tahap ini, tim memberi pelatihan teknik pemasaran menggunakan aplikasi *e-commerce*, yaitu melalui aplikasi shopee. Selain itu pada kegiatan ini juga diberikan pelatihan mengenai pengambilan foto produk, pelatihan instalasi aplikasi shopee pada handphone, dan pelatihan pemakaian shopee untuk peserta.

4. Evaluasi

Kegiatan ini dilakukan secara berkala yang dilakukan satu kali setiap bulan selama tiga bulan secara berurut (Fisdiana *et al.*, 2022). Evaluasi dilakukan menggunakan metode *interview/* wawancara mengacu pada (Taufika *et al.*, 2021) untuk melihat kemampuan peserta dalam pemasaran produk melalui *e-commerce* serta metode observasi langsung untuk melihat kemampuan mitra dalam melakukan gerakan senam lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Persiapan kegiatan dilakukan untuk mempersiapkan kebutuhan pada saat pelaksanaan kegiatan (Kusumawardani *et al.*, 2022). Pada tahapan persiapan, tim pelaksana pengabdian masyarakat melakukan beberapa kegiatan antara lain yaitu persiapan materi edukasi mengenai pengetahuan tentang penggunaan *e-commerce* untuk pemasaran produk, serta persiapan pembuatan leaflet mengenai petunjuk senam osteoporosis. Pada tahap ini juga dilakukan persiapan alat dan bahan sebagai penunjang kegiatan skrining kesehatan mitra dan tim berkoordinasi dengan ketua kelompok pengajian Alfalalah untuk persiapan tempat pelaksanaan kegiatan dan peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan persiapan kegiatan dilakukan dengan literature review tentang pemanfaatan *e-commerce* untuk pemasaran produk kemudian hasil review literatur tersebut disusun menjadi materi edukasi dalam bentuk power point (Widodo *et al.*, 2020). Pembuatan leaflet mengenai senam lansia dilaksanakan oleh tim sebagai pedoman mitra agar tetap melakukan upaya peningkatan imunitas.

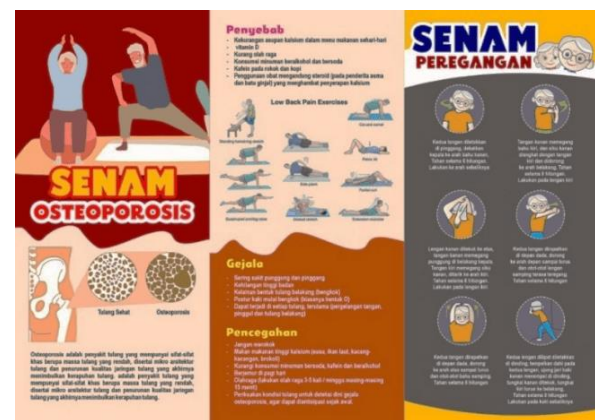
Pada tahap ini tim pengabdian juga menyiapkan alat dan bahan sebagai penunjang kegiatan skrining kesehatan yaitu tensi meter dan alat penimbang badan. Tim pengabdian juga melakukan survey dan koordinasi dengan ketua Kelompok Pengajian Al Falah Desa Kemuning Lor. Berdasarkan hasil survey dan koordinasi disepakati bahwa kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan di rumah ketua Kelompok Pengajian Al Falah di Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember.

2. Pelatihan Senam Lansia

Rangkaian kegiatan selanjutnya yaitu pelatihan senam lansia. Pelatihan senam lansia dilaksanakan dua minggu setelah tahap persiapan kegiatan. Sebelum pelatihan senam lansia, diadakan sesi edukasi kepada peserta. Pelaksanaan kegiatan edukasi mengacu pada (Taufika *et al.*, 2021) yang dilakukan dengan metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi antara pemateri dan peserta. Materi edukasi

disampaikan oleh pemateri menggunakan media power point dan peserta diajak untuk berinteraksi aktif dua arah dengan pemateri sehingga peserta dapat lebih memahami materi yang disampaikan. Materi edukasi yang disampaikan oleh pemateri antara lain pentingnya menjaga kesehatan pada kelompok lansia contohnya adalah menjaga pola makan dan melakukan senam lansia.

Sebagai media informasi kepada mitra, tim pengabdian membuat leaflet petunjuk senam lansia. Hal ini bertujuan persuasif agar mitra berkeinginan kuat untuk melakukan gerakan aktif pada pagi hari dan mitra dapat mempraktikkan secara mandiri ketika di rumah masing-masing. Gambar leaflet senam lansia tersaji pada gambar 1.



Gambar 1. Leaflet senam lansia

Pada tahap ini, tim pengabdian memandu gerakan senam lansia yang diikuti mitra. Kegiatan senam berlangsung dengan menarik karena diiringi dengan musik. Gerakan diawali dengan jalan di tempat, kemudian peregangan tangan dan kaki. Selanjutnya adalah gerakan kepala dan leher. Masing-masing gerakan diulang dengan tiga kali pengulangan. Selama kegiatan, mitra sangat antusias melakukan senam karena selama kegiatan, peserta mempraktikkan yel-yel yang dilakukan untuk saling menyemangati antar peserta. Kegiatan pelatihan senam lansia dapat dilihat pada gambar 2.

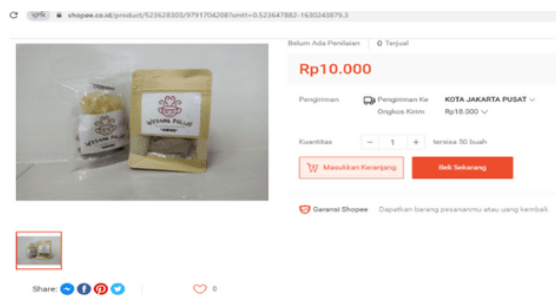


Gambar 2. Kegiatan Senam Lansia

3. Pelatihan Penggunaan *e-commerce*

Pelatihan teknik pemasaran melalui *e-commerce* kepada mitra meliputi pelatihan pembuatan akun shopee untuk mitra, pelatihan mengambil foto produk, pelatihan instalasi aplikasi shopee pada handphone dan pelatihan pemakaian shopee. Pelatihan dipandu oleh tim pengabdian dengan diawali penjelasan mengenai aplikasi *e-commerce* beserta fungsi dari aplikasi tersebut untuk pemasaran. Metode pelatihan menggunakan metode demonstrasi. Pelatihan instalasi aplikasi shopee dan pemakaian akun shopee diawali dengan membuat email peserta. Pembuatan email peserta dibantu oleh tim pengabdian. Setelah email sudah teregistrasi, maka tim pengabdian mengajarkan untuk menginstal aplikasi shopee di handphone masing-masing kemudian membuat akun shopee.

Gambar akun aplikasi *e-commerce* untuk suplemen herbal yang telah diproduksi sebelumnya oleh mitra dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Akun aplikasi *e-commerce* mitra

Pada pelatihan ini peserta juga diajarkan mengenai pengambilan foto produk yang bagus yang dapat menarik konsumen. Menurut (Arcikasari & Nurhidayati, 2021) pembuatan konten melalui foto produk ke media sosial dapat meningkatkan pemasaran produk kepada konsumen. Terdapat tiga faktor utama untuk membuat foto suatu produk menjadi menarik yaitu pencahayaan, kemampuan fotografer, dan penggunaan kamera untuk pengambilan gambar. Adanya pencahayaan

yang baik maka akan dihasilkan foto produk yang bagus sehingga menarik daya beli konsumen (Evawati & Rosyidasari, 2018). Arcikasari & Hidayati (2021) menjelaskan bahwa kamera dapat mempengaruhi foto produk yang dihasilkan dengan memahami teknik dalam pengambilan gambar dan pemanfaatan fitur kamera seperti ISO, panorama, dan titik fokus. Peserta antusias dalam pelatihan ini. Hal tersebut dapat dilihat pada antusias peserta dalam menyampaikan pertanyaan. Pelatihan ini dilaksanakan selama dua hari. Perbedaan foto produk dengan pencahayaan baik dan kurang baik dapat dilihat pada gambar 3.



(a)

(b)

Gambar 3. (a) Foto produk dengan pencahayaan minimal (b) Foto produk dengan pencahayaan maksimal

1. Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada waktu satu bulan setelah pelatihan penggunaan *e-commerce*. Evaluasi dilaksanakan selama tiga bulan berturut-turut untuk memastikan mitra mampu melakukan gerakan senam lansia dan mempraktikkan pada kehidupan harian serta melihat kemampuan mitra dalam penggunaan *e-commerce*. Mitra diwawancarai terkait praktik senam lansia serta produk suplemen herbal yang mampu terjual melalui aplikasi tersebut. Berdasarkan hasil wawancara, sebanyak 80% mitra sudah terbiasa untuk melaksanakan senam pada pagi hari. Selain itu informasi yang diperoleh dari mitra yaitu setelah mempraktikkan senam lansia secara teratur pernafasan mitra lebih baik, tubuh tidak terlalu kaku, dan tidak cepat lelah jika beraktivitas. Hal tersebut berbeda ketika sebelum praktik senam, mitra merasakan cepat lelah dan pernafasan tidak teratur.

tim pengabdian juga melihat produk yang mampu terjual setelah mitra memasarkan menggunakan aplikasi *e-commerce*. Hasil wawancara menyebutkan bahwa penjualan produk suplemen herbal meningkat sebanyak 50% dari semula. Penjualan produk secara konvensional dengan menjual produk tersebut di toko kelontong adalah sebanyak 15 bungkus setiap bulan. Hal ini berbeda pada saat memasarkan produk menggunakan *e-*

commerce yang mampu menjual produk sampai 32 bungkus setiap bulan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengabdian kepada masyarakat tentang pelatihan penggunaan *e-commerce* produk suplemen herbal dan edukasi senam lansia telah terlaksana dengan baik dan antusias yang tinggi pada mitra. Kegiatan ini merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk preventif terhadap kesehatan mitra. Selain itu mitra antusias untuk memasarkan produk menggunakan *e-commerce* karena penjualan produk lebih banyak.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, beberapa hal yang perlu ditindaklanjuti antara lain yaitu perlu adanya pendampingan pada mitra secara berkelanjutan khususnya mengenai manajemen usaha agar mitra mampu melakukan analisis usaha dengan melihat jumlah biaya untuk produksi suplemen herbal dan jumlah pendapatan yang diterima oleh mitra melalui penjualan suplemen herbal melalui *e-commerce*.

DAFTAR RUJUKAN

- Arcikasari, G. O., & Nurhidayati, M. (2021). Inovasi Foto Produk Sebagai Media Promosi Online Dalam Meningkatkan Nilai Jual Produk Umkm Bolu "Ciptoroso" Di Lingkungan Ampean Kelurahan Tonatan Ponorogo. *Prodimas Prosiding Pengabdian Masyarakat*, 1,514-526.
- Eastin, C., & Eastin, T. (2020). Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 in China. *The Journal of Emergency Medicine*, 58(4), 711–712. <https://doi.org/10.1016/j.jemermed.2020.04.004>
- Erawati, D. N., Taufika, R., Fisdiana, U., Humaida, S., & Sasmito, T. H. (2022). Edukasi Monitoring Serangan Hama Kumbang Kwangwung Pada Tanaman Kelapa di Kecamatan Gumukmas Jember. *Agrimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Pertanian*, 1(2).
- Evawati, D., & Rosyidasari, R. C. (2018). Kemampuan Food Photography Terhadap Peningkatan Berwirausaha Dan Omzet Penjualan Produk Kuliner. *Prosiding Conference on Economic & Business Adi Buana University of Surabaya*. 214-223
- Fisdiana, U., Erawati, D. N., Fatimah, T., Taufika, R., & Humaida, S. (2022). Peningkatan Kualitas Pengolahan Hasil Kopi Robusta Pada Kelompok Tani Sangkuriang Desa Garahan Kecamatan Silo Kabupaten Jember. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 667–672.
- Harlianingtyas, I., Kusumawardani, D. A., Taufika, R., & Hartatie, D. (2022). Edukasi dan Sosialisasi Kesehatan Lansia Pasca Pandemi COVID di Kemuning Lor Jember. *PEKAT: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 42–47.
- Harlianingtyas, I., Taufika, R., Hartatie, D., Fisdiana, U., & Humaida, S. (2020). Pelatihan Pembuatan Hand Sanitizer Aroma Pilateli Pada Kelompok Pengajian Al-Falah Desa Kemuning Lor- Jember. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Masyarakat 2020*.
- Kusumawardani, D. A., Handayani, S., Syamila, A. I., & Taufika, R. (n.d.). Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak Selama Pandemi Covid-19 Melalui Edukasi Jajanan Sehat Di Tk Al Baitul Amien Jember. 6(3).1140-1144.
- Lengkong, J. R. T., Tumbel, T. M., & Mukuan, D. D. S. (2020). Dampak Pandemi COVID-19 terhadap Kinerja UMK Beebeebless Collection di Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Administrasi Publik*, 6(98).
- Taufika, R., Utami, C. D., & Dewi, R. D. C. (2021). Pembuatan Suplemen Herbal Sebagai Upaya Peningkatan Imunitas Pada Masyarakat Beresiko Tinggi Terhadap Covid-19 Di Kelompok Pengajian Al-Falah Desa Kemuning Lor-Kecamatan Arjasa. *Prosiding Seminar Nasional Terapan Riset Inovatif (SENTRINOV)*, 7(3), 21–28.
- Widodo, T. W., Utami, C. D., Nuraisyah, A., Taufika, R., & Dewi, R. D. C. (2020). Peningkatan Pengetahuan Siswa SDN Glagahwero 02 Kecamatan Kalisat Mengenai Pentingnya Mengonsumsi Sayuran Bergizi. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(1), 6–9.