

EDUKASI KESADARAN MASYARAKAT DALAM MENGGONSUMSI PRODUK PETERNAKAN SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN GIZI DAN DAYA TAHAN TUBUH DIKALA PANDEMI COVID-19

Adib Norma Respati¹⁾, Abdul Hakim¹⁾, Putri Awaliya Dughita¹⁾, Andri Haryono Awalokta Kusuma¹⁾, Srie Juli Rachmawatie²⁾, Suwardi³⁾

¹⁾Program Studi Peternakan, Fakultas Pertanian, Universitas Islam Batik Surakarta, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

²⁾Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Islam Batik Surakarta, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

³⁾Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Islam Batik Surakarta, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

Corresponding author : Adib Norma Respati

E-mail : adibnorma@gmail.com

Diterima 10 April 2021, Direvisi 20 April 2021, Disetujui 20 April 2021

ABSTRAK

Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mengonsumsi produk peternakan sebagai upaya peningkatan gizi dan daya tahan tubuh di kala pandemi Covid-19. Pengabdian dilaksanakan pada bulan Desember 2020 di Kecamatan Punung, Kabupaten Pacitan, Jawa Timur. Peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah dua kelompok belajar. Kegiatan ini dilakukan dengan penerapan protokol kesehatan, mengingat adanya pandemi Covid-19. Pemaparan materi yang dilakukan adalah mengenai mengenai protokol kesehatan untuk mencegah virus corona dan materi mengenai pentingnya mengonsumsi produk peternakan. Praktek langsung mengenai protokol kesehatan dilaksanakan dan juga pemberian produk peternakan kepada peserta. Peserta kegiatan menjadi sadar pentingnya penerapan protokol kesehatan dan pentingnya mengonsumsi produk peternakan. Produk peternakan dapat meningkatkan daya imun tubuh di kala pandemi Covid-19.

Kata kunci: produk peternakan; daging; susu; telur.

ABSTRACT

This service aims to provide education so that it can increase public awareness in consuming livestock products as an effort to increase nutrition and endurance during the Covid-19 pandemic. The service was carried out in December 2020 in Punung District, Pacitan Regency, East Java. Participants who took part in this activity were two study groups. This activity was carried out by implementing health protocols, given the Covid-19 pandemic. The presentation of the material carried out was regarding health protocols to prevent the corona virus and material on the importance of consuming livestock products. Practice about health protocols was carried out and given a livestock products to participants. The participants became aware of the importance of implementing health protocols and the importance of consuming livestock products. Livestock products can increase the body's immune system during the Covid-19 pandemic.

Keywords: livestock product; meat; milk; egg.

PENDAHULUAN

Indonesia menjadi salah satu negara yang mengalami Pandemi Covid-19. Saat ini pandemi Covid-19 masih ada dan menyebabkan pola hidup masyarakat menjadi berubah. Pemerintah daerah sudah melakukan langkah-langkah taktis dan gerak cepat dalam melakukan upaya pencegahan penyebaran Covid-19 (Zahrotunnimah, 2020). Adaptasi kebiasaan baru dilakukan dalam upaya pencegahan Covid-19. Pemakaian masker, menjaga kebersihan dan menjaga jarak menjadi hal utama yang harus dilakukan agar

tidak tertular virus. Syapitri *et al.* (2020) menambahkan bahwa kegiatan menghimbau masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan penting dilakukan untuk memutus penyebaran Covid-19.

Selain itu penting dilakukan untuk menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh dengan cara mengonsumsi makanan-makanan yang bergizi. Akbar dan Aidha, (2020) menyatakan dengan mengonsumsi gizi seimbang sangat penting karena bisa menjaga kesehatan sehingga virus tidak mudah masuk kedalam tubuh dan dapat mencegah

penyebaran virus. Alhuur *et al* (2020) menambahkan di masa pandemi maupun normal penting untuk memenuhi asupan gizi optimal terutama protein.

Produk peternakan tentunya menjadi pilihan yang tepat untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Masyarakat sudah kenal dekat dengan produk peternakan, namun tentunya disaat pandemi seperti ini perlu dilakukan edukasi mengenai pentingnya mengkonsumsi produk peternakan. Produk utama peternakan adalah daging, susu dan telur serta tentunya ada produk olahan-olahan yang saat ini sudah banyak beredar di masyarakat. Firmansyah *et al* (2018) menyatakan protein hewani terbesar terdapat pada daging, daging banyak dikonsumsi untuk pemenuhan kebutuhan asam-asam amino esensial di dalam tubuh. Di Indonesia, daging yang dikonsumsi diantaranya adalah daging sapi, kambing, domba, ayam dan babi. Produk peternakan lainnya adalah susu. Susu bisa dikonsumsi baik segar ataupun bentuk olahan. Susu mempunyai kandungan vitamin dan mineral yang bermanfaat bagi tubuh (Oka *et al.*, 2018). Telur juga dikonsumsi untuk pemenuhan kebutuhan protein. Alhuur *et al* (2020) menyatakan bahwa telur memiliki kandungan gizi yang kompleks terutama protein. Selain itu telur mengandung vitamin A, D, B2, B6, B12, asam folat dan mineral.

Produk olahan peternakan juga sudah banyak beredar di masyarakat namun belum semuanya mengerti akan manfaat dari mengkonsumsi produk peternakan. Masyarakat terutama anak-anak mungkin kadang bosan ketika harus mengkonsumsi produk peternakan secara terus menerus. Sehingga perlu dilakukan edukasi mengenai manfaat mengkonsumsi produk peternakan, terutama di kala pandemi Covid-19 seperti saat ini. Produk-produk olahan yang banyak dijumpai atau beredar di masyarakat diantaranya adalah nugget, sosis, susu pasteurisasi, susu UHT, yogurt, ice cream, telur pindang, kornet, dan masih banyak lagi. Produk utama maupun olahan, keduanya tentunya mempunyai kandungan gizi yang baik untuk tubuh.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mengkonsumsi produk peternakan sebagai upaya peningkatan gizi dan daya tahan tubuh dikala pandemi Covid-19. Apabila sudah mengetahui manfaatnya tentunya diharapkan dapat semakin meningkatkan minat konsumsi masyarakat terhadap produk peternakan.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada Bulan Desember 2020. Pelaksanaan kegiatan meliputi : Tahap Persiapan, Tahap Pelaksanaan Kegiatan dan Tahap Evaluasi. Tahap persiapan dilakukan dengan mempersiapkan materi yang akan diberikan pada saat pelaksanaan kegiatan serta menyiapkan alat dan bahan untuk praktek. Tahap pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada hari Jumat, 10 Desember 2020 dan Sabtu, 11 Desember 2020. Peserta kegiatan ini adalah dua kelompok belajar. Kegiatan ini dilaksanakan di Kecamatan Punung, Kabupaten Pacitan, Provinsi Jawa Timur. Tahap evaluasi dilaksanakan setelah kegiatan pengabdian selesai. Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui apakah pelaksanaan kegiatan sudah sesuai dan memberikan manfaat untuk masyarakat.

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini adalah sosialisasi (pemberian edukasi), diskusi dan praktek. Materi yang diberikan mengenai protokol kesehatan untuk mencegah virus corona dan materi mengenai pentingnya mengkonsumsi produk peternakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan pemaparan dua materi yaitu materi mengenai protokol kesehatan untuk mencegah virus corona dan materi mengenai pentingnya mengkonsumsi produk peternakan. Peserta dalam kegiatan ini dibatasi dikarenakan masih dalam kondisi Pandemi Covid-19.

Pemberian materi mengenai protokol kesehatan untuk mencegah virus corona dilakukan dengan materi menggunakan poster, kemudian dijelaskan secara lisan. Pemberian materi menggunakan poster membuat peserta lebih mudah untuk memahaminya. Selain itu juga dilakukan pemberian masker dan praktek langsung mengenai cara pemakaian masker yang baik dan benar sesuai Gambar 1. Para peserta juga diberikan edukasi mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar. Ibrahim *et al.*, (2020) menyatakan bahwa dengan adanya sosialisasi gerakan mencuci tangan, anak-anak mempunyai pengetahuan mengenai manfaat hidup bersih dengan cuci tangan dengan baik dan benar.



Gambar 1. Pemaparan materi dan praktek kepada Kelompok Belajar 1

Peserta dalam kegiatan ini juga diberikan arahan untuk tetap menggunakan masker apabila melakukan aktivitas diluar rumah dan juga mengurangi kontak fisik dengan orang lain diluar lingkungannya. Diskusi dengan para peserta dilakukan di sela pemberian materi. Ada anak mengatakan belum terbiasa dalam menggunakan masker, sehingga dengan adanya edukasi ini dapat memberikan pengetahuan dan juga meningkatkan kesadaran dalam penerapan protokol kesehatan.

Materi kedua yang disampaikan yaitu mengenai pentingnya mengkonsumsi produk peternakan. Produk peternakan baik itu daging, susu, telur maupun produk olahan lainnya penting dikonsumsi untuk meningkatkan gizi dan daya tahan tubuh. Akbar dan Aidha (2020) menyatakan gizi adalah hal penting dalam menjaga sistem kekebalan tubuh supaya sel dapat melakukan fungsinya secara optimal.

Peserta antusias ketika menerima materi dan juga menanyakan terkait macam dan manfaat dari produk-produk peternakan. Peserta menyebutkan bahwa paling sering mengkonsumsi telur. Hal ini sesuai dengan Indrawan *et al.* (2012) bahwa telur mudah diperoleh dan dapat diolah dalam berbagai bentuk olahan. Sari *et al.* (2020) menambahkan bahwa telur adalah sumber protein yang mudah dan murah diperoleh. Selain mengandung asam amino esensial, telur juga mengandung vitamin A, D, B, B12, dan kandungan mineral lainnya.

Produk peternakan lainnya yang sering dikonsumsi adalah susu, namun para peserta lebih sering mengkonsumsi produk olahan susu dibandingkan susu segar. Produk olahan yang sering dikonsumsi adalah susu UHT, susu pasteurisasi, ice cream dan juga yogurt. Wahid *et al.* (2018) menyatakan yogurt adalah hasil fermentasi susu segar dan Bakteri Asam Laktat (BAL), yogurt berfungsi untuk memacu pertumbuhan, peningkatan pencernaan gizi, anti kanker, dan lain sebagainya.

Hasil diskusi dengan peserta menyebutkan bahwa daging unggas, terutama daging ayam lebih sering dikonsumsi daripada daging sapi atau kambing. Hal ini sesuai dengan Rusono (2015) bahwa daging sapi urutan kedua dalam pemenuhan konsumsi produk protein hewani setelah daging unggas. Permintaan daging sapi diprediksi akan meningkat seiring dengan peningkatan jumlah penduduk.

Peserta diakhir acara diberikan produk peternakan berupa susu, sosis dan telur sesuai dengan Gambar 2. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengkonsumsi produk peternakan. Produk peternakan itu sendiri sebenarnya sangat mudah diperoleh. Manfaat mengkonsumsi produk peternakan banyak sekali, apalagi dikala pandemi tubuh memerlukan asupan gizi yang lebih dibandingkan dengan kondisi biasanya.



Gambar 2. Pemberian produk peternakan

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian berjalan dengan lancar. Peserta kegiatan menjadi sadar akan pentingnya penerapan protokol kesehatan dan pentingnya mengkonsumsi produk peternakan. Produk peternakan dapat meningkatkan daya imun tubuh, terutama dikala pandemi seperti saat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Akbar, D. M., & Aidha, Z. (2020). Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 15–21.
- Alhuur, K. R. G., Pratama, A., & Yuniarti, E. (2020). Kualitas dan Cara Penyimpanan Telur Yang Baik dalam Upaya Menjaga Asupan Gizi Optimal di Masa Pandemi COVID-19. *Farmers: Journal of Community Services*, 1(1), 24–28. <https://doi.org/10.24198/fjcs.v1i1.28647>
- Firmansyah, A., Sundalian, M., Suprijana, O., & Fauziah, R. P. (2018). Studi Spektrum

- Derivatif Ftir Daging Sapi Dan Daging Babi Setelah Melalui Reaksi Enzimatis. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Science and Technology*, 7(2), 24–33. <https://ejournal.stfi.ac.id/index.php/jstfi/article/download/47/38>
- Ibrahim, Kamaluddin, Mas'ad, AM, M., Gani, J., & Abd, A. (2020). Bencana Virus Corona Melalui Sosialisasi Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(2), 191–195.
- Indrawan, I., Sukada, I., & Suada, I. (2012). Kualitas Telur Dan Pengetahuan Masyarakat Tentang Penanganan Telur Di Tingkat Rumah Tangga. *Indonesia Medicus Veterinus*, 1(5), 607–620.
- Oka, B., Wijaya, M., & Kadirman, K. (2018). Karakterisasi Kimia Susu Sapi Perah Di Kabupaten Sinjai. *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 3(2), 195. <https://doi.org/10.26858/jptp.v3i2.5708>
- Rusono, N. (2015). Peningkatan Produksi Daging Sapi untuk Mewujudkan Kedaulatan Pangan Hewani. *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Peternakan Dan Veteriner*, 12–21.
- Sari, R., Septiasari, Y., Fitriyana, & Saputri, N. (2020). EFFECT OF EGG CONSUMPTION ON IMPROVEMENT ON THE EFFECT OF EGG CONSUMPTION ON IMPROVEMENT HEMOGLOBIN LEVELS IN ADOLESCENT PRINCESSES. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5, 574–582.
- Syapitri, H., Siregar, L. M., & Saragih, F. L. (2020). Pencegahan Penularan Covid-19 Melalui Sosialisasi Dan Pembagian Masker Di Pasar Pringgian Medan. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 3(2), 422–429.
- Wahid, M. A., Hilmi, M., Prastujati, A. U., Catrawedarm, I., Erwanto, Z., Ridlo, D., & Utami, S. W. (2018). Pelatihan Pembuatan Produk Berbahan Dasar Susu Sapi Di Desa Balung Lor Jember. *Jurnal Pengabdian Masyarakat J-DINAMIKA*, 3(1), 61–65.
- Zahrotunnimah, Z. (2020). Langkah Taktis Pemerintah Daerah Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Corona Covid-19 di Indonesia. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3), 247–260. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15103>