

## PEMENUHAN GIZI MASYARAKAT PENDERITA COVID-19 MELALUI DAPUR UMUM SATGAS COVID-19 DI KOTA TEGAL

Ulfatul Latifah<sup>1</sup>, Meyliya Qudriyani<sup>2</sup>, Reny Eka Saputri<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Department of Midwifery, Polteknik Harapan Bersama Tegal, Indonesia

[ulfatul.bidan@poltektegal.ac.id](mailto:ulfatul.bidan@poltektegal.ac.id)<sup>1</sup>, [meyliya.qudriyani@poltektegal.ac.id](mailto:meyliya.qudriyani@poltektegal.ac.id)<sup>2</sup>, [renyekasaputri25@gmail.com](mailto:renyekasaputri25@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**Abstrak:** Berdasarkan jumlah kasus covid-19 di Kota Tegal sampai dengan tanggal 6 Juli 2021 terdapat 31.189 kasus, maka satgas covid-19 mendirikan dapur umum dalam rangka pengendalian pandemi covid-19 di Kota Tegal, melalui pemberian bantuan makanan untuk masyarakat penderita covid-19 yang melakukan isolasi. Tujuan kegiatan pengabdian ini untuk pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat penderita covid-19 melalui dapur umum satgas covid-19 Kota Tegal. Kegiatan ini berupa pemberian bahan makanan mentah seperti sayur-sayuran, lauk-pauk dan pengolahan makanan di dapur umum kemudian dibagikan ke penderita covid-19 yang menjalani isolasi. Kegiatan ini dilaksanakan tanggal 6-7 Juli 2021 di Dapur umum satgas covid-19 yang bertempat di Polres Kota Tegal. Kegiatan ini sangat membantu kebutuhan makan masyarakat yang melakukan isolasi, hal ini terlihat dari hasil kegiatan ini kami telah menyiapkan makanan siap saji sebanyak 500 bungkus untuk kebutuhan makan 3 kali dalam sehari dengan menu seimbang (nasi, sayur, lauk, dan buah) dan dilakukan selama 2 hari. Perlunya kerjasama yang baik dengan petugas dapur umum terutama dalam hal pengolahan, penyajian, dan pendistribusian makanan. Diharapkan pemerintah Kota Tegal lebih memperhatikan lagi pemenuhan kebutuhan makanan yang bergizi untuk masyarakat penderita covid-19, untuk meningkatkan imunitas tubuh.

**Kata Kunci:** Pemenuhan Gizi; Penderita Covid-19; Dapur Umum

**Abstract:** Based on the result of covid-19 cases in Tegal until 6 July 2021 there were 31,189 cases, so the covid-19 task force set up a public kitchen for controlling covid-19 pandemic in Tegal, by providing food assistance to covid-19 sufferers who do self-isolation. The purpose of this dedication is to fulfilment the nutritional needs of covid-19 sufferers through public kitchen covid-19 task force Tegal. The activity consisted of supplying such raw products as vegetables, side dishes, and food preparation in public kitchens and then distributed to covid-19 sufferers who do self-isolation. It was carried out on July 6-7, 2021 in the public kitchen of the covid-19 task force that is located on police station Tegal. It's very helpful society's food necessity whose self isolation, This is evident from the results of this activity that we have prepared 500 packs of junk food for 3 meals a day with a balanced menu (rice, vegetables, side dishes, and fruits) and do for 2 days. The need for good cooperation with the public kitchen staff is particularly in regard to the processing, presentation, and distribution of food. It's hoped that the Tegal's government will pay more attention to fulfilment the nutritional needs of covid-19 sufferers, to increase body immunity.

**Keywords:** Nutritional Fulfilment; Covid19 Sufferers; Public Kitchen



Received: 13-08-2021  
Revised : 06-09-2021  
Accepted: 09-09-2021  
Online : 25-10-2021



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Pandemi *Corona Virus Disease* (Covid-19) merupakan pandemi yang pada saat ini menjadi permasalahan dunia termasuk Indonesia. Indonesia sudah menjadi salah satu negara pandemi covid-19. Jumlah kasus positif setiap hari semakin mengalami peningkatan. Pada tanggal 09 April 2020 kasus positif sebanyak 3.293, kasus meninggal dunia 280, sembuh 252 dan sebanyak 33 provinsi sudah berada di zona merah. Dengan meningkatnya jumlah kasus covid di Indonesia maka kebutuhan akan gizi bagi penderita covid 19 akan meningkat. (Purnama et al., 2020)

Pandemi *covid-19* (*Corona Virus*) menyebabkan banyak perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Gizi yang baik juga sangat penting sebelum, selama dan setelah infeksi. Karena Infeksi menyebabkan tubuh penderita demam, sehingga membutuhkan asupan energy dan zat gizi. Gizi merupakan hal yang menjadi perhatian penting dalam menjaga sistem kekebalan tubuh. Gizi yang terpenuhi dan baik diperlukan agar sel berfungsi optimal. Sistem kekebalan yang diaktifkan, dalam hal ini menjadi semakin tinggi asupan energi selama periode infeksi, dengan pengeluaran energi basal yang lebih besar. (Dara Maulidini Akbar & Zuhrina Aidha, 2020)

Imunitas tubuh menjadi hal yang penting dimasa pandemi covid-19. salah satunya adalah dengan pola makan yang baik dan sehat untuk menjaga kebugaran tubuh sehingga dapat meningkatkan imunitas tubuh. (Mustofa & Suhartatik, 2020) Konsumsi makanan dengan gizi seimbang dan aman dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan menurunkan resiko penyakit kronis dan penyakit infeksi. (Kemenkes RI, 2020) WHO telah merekomendasikan menu gizi seimbang ditengah pandemi covid-19 yaitu disetiap menu makanan harus mencakup nutrisi lengkap, baik itu makronutrien seperti karbohidrat, protein, lemak, serta mikronutrien dari vitamin dan mineral. Namun, untuk membuat fondasi daya tahan tubuh yang kuat (*building block*), kita harus fokus pada asupan protein. (Mentri Kesehatan RI, 2014)

Makanan yang beranekaragam sangat dibutuhkan karena disetiap bahan makanan tidak ada satupun jenis yang memiliki kandungan zat gizi yang lengkap, selain itu jumlah dan jenis zat gizi disetiap jenis bahan makanan juga berbeda-beda. Semakin beragam pola hidangan makanan, semakin mudah terpenuhi kebutuhan akan berbagai zat gizi. (Basir et al., 2021) Pada media banyak menyampaikan salah satu penangkal virus covid-19 adalah dengan meningkatkan imunitas atau kekeblan tubuh. Semakin beragam makanan yang dikonsumsi maka akan meningkatkan sumber gizi yang diperoleh dari pangan. (Saragih & Saragih, 2020)

Hasil penelitian di desa kedunggupit menyebutkan masyarakat dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari mengisi piring dengan besaran, separo (1/2) bagian adalah nasi, ¼ bagian adalah lauk dan sisa ¼ adalah buah dan sayuran. Pada hal yang benar adalah 30% karbohidrat, 20% lauk, dan 50%

adalah buah dan sayuran. Masih banyak nya masyarakat dalam konsumsi makanan yang kurang tepat akan beresiko terjadinya penyakit infeksi dan tertularnya penyakit covid-19, dengan demikian pentingnya informasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi masyarakat dengan memperhatikan beragam makanan dan porsi makanan yang tepat. Hasil penelitian lain menyebutkan terdapat peningkatan pengetahuan tentang gizi masyarakat setelah dilakukan pelatihan sebesar 15,5%. Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang akan membentuk sikap dan menimbulkan suatu perilaku dalam kehidupan sehari-hari.(Rahmawati et al., 2019).

Di Kota Tegal selama bulan juli tahun 2021 kasus covid 19 meningkat dibandingkan pada bulan sebelumnya. Berdasarkan data dilaporkan kasus covid-19 di Kota Tegal sampai dengan tanggal 6 juli 2021 terdapat 31.189 kasus.(Tegal Kota, 2021) Mengingat besarnya kasus covid-19 maka satgas covid-19 Kota Tegal mendirikan dapur umum dimasa pemberlakuan PPKM Darurat. Kegiatan dapur umum yaitu menyiapkan makanan siap saji untuk dibagikan kepada warga yang sedang isolasi mandiri akibat virus covid-19 dimasa pemberlakuan PPKM Darurat dengan memperhatikan kebutuhan gizi masyarakat. Dapur umum Satgas Covid 19 Kota Tegal didirikan dalam rangka Pengendalian Pandemi Covid 19 di wilayah Kota Tegal, dengan kegiatan selama pemberlakuan PPKM Darurat ini setidaknya menyiapkan 537 nasi kotak yang akan dibagikan kepada warga yang sedang melaksanakan isoman. Pelaksanaan pendistribusian dilakukan sehari 3 kali yaitu pagi, siang dan sore oleh babinsa dan bhabin kamtibmas serta dibantu para relawan di setiap kecamatan dan merekalah yang menyerahkan langsung kepada warga yang sedang melaksanakan isoman di wilayah Kota Tegal.

Berdasarkan analisis situasi tersebut, permasalahan pada mitra yaitu bantuan akan bahan makanan untuk masyarakat penderita covid-19 di Kota Tegal sangat dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan gizi masyarakat serta meringankan beban masyarakat yang sedang menjalani isoman terutama di masa pemberlakuan PPKM Darurat. Kegiatan ini sesuai dengan hasil penelitian lain yang menyebutkan bahwa bidang ilmu gizi berperan serta dalam penanggulangan dampak covid-19 khususnya di bidang gizi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini berupa peningkatan terhadap layanan gizi untuk penderita covid-19.(Subardjo et al., 2021)

Kegiatan Tri Darma Perguruan Tinggi dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat penderita covid-19 melalui dapur umum satgas covid-19 kota Tegal. Kegiatan ini berupa pemberian bantuan bahan makanan mentah seperti sayur-sayuran, lauk pauk dan lain-lain yang diolah di dapur umum kemudian dibagikan ke penderita covid-19 yang menjalani isoman. Sehingga diharapkan akan terpenuhi kebutuhan gizi penderita covid-19

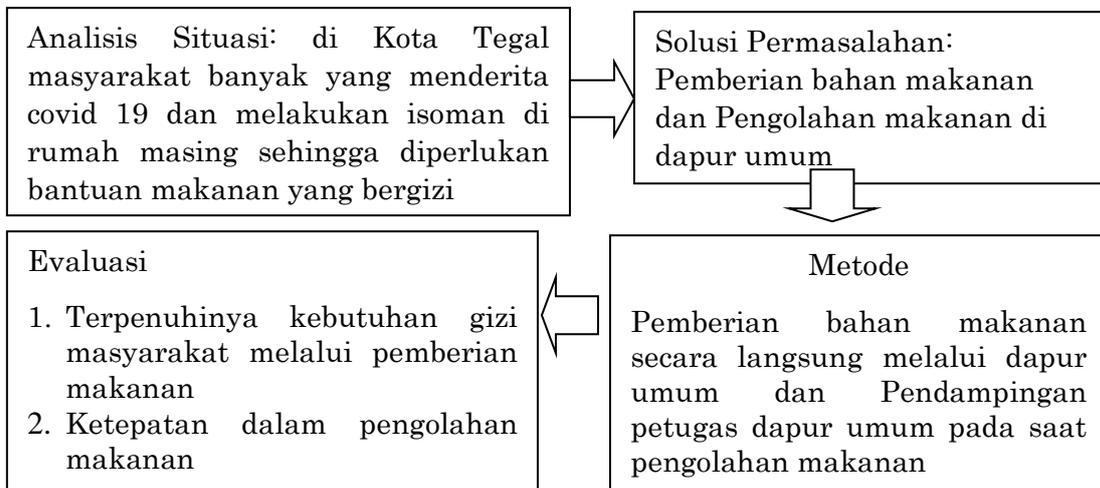
serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan menurunkan resiko penyakit kronis dan penyakit infeksi penderita covid-19.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Mitra yang bekerja sama pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dapur umum satgas covid-19 di Kota Tegal Satgas covid-19 yang terletak di halaman Masjid Al Amin Polres Tegal Kota yang beralamat di jalan Pemuda No.2, yang di dirikan dalam rangka Pengendalian Pandemi Covid 19 di wilayah Kota Tegal. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dalam bentuk pemberian bantuan bahan makanan mentah yang diolah di dapur umum kemudian di distribusikan dalam bentuk makanan siap saji untuk penderita covid-19 yang melakukan isoman di Kota Tegal. Adapun data warga yang melakukan isoaman di Kota Tegal berdasarkan wilayah di masing – masing kecamatan yaitu tegal barat sebanyak 142 dus, Kecamatan Tegal Timur 160 dus, Kecamatan Tegal selatan 129 dus dan Kecamatan Margadana 106 dus.

Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa tahapan yang pertama analisis situasi yaitu untuk identifikasi masalah dengan mencari informasi kasus covid-19 di kota tegal dan banyaknya penderita yang melakukan isoman dimasa PPKM darurat, berdasarkan masalah tersebut maka solusi yang kami lakukan dengan memberikan bantuan makanan pada penderita covid-19 yang melakukan isoman kepada dapur umum satgas covid-19 di kota Tegal. Kemudian dilanjutkan dengan pengolahan makanan di dapur umum melalui kegiatan pendampingan petugas dapur umum mulai dari menyusun menu sesuai dengan kebutuhan gizi harian masyarakat, pemilahan dan peracikan bahan makanan yang akan diolah, melakukan pengolahan makanan, menyiapkan makanan jadi atau yang sudah diolah, kemudian mendistribusikan makanan ke masyarakat penderita covid-19 yang melakukan isoman pemberian makanan diberikan sehari 3 kali yaitu pagi, siang dan sore.

Evaluasi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara langsung karena kegiatan ini dalam bentuk pemberian bantuan bahan makanan yaitu terpenuhinya kebutuhan makan yang bergizi masyarakat yang melakukan isoman dan pendampingan pengolahan makanan petugas dapur umum yaitu ketepatan dalam mengolah makanan. Apabila terdapat kekurangan dalam pemberian bantuan makanan dan terdapat ketidak sesuaian petugas dalam pengolahan makanan maka akan secara langsung disampaikan dan dilakukan perbaikan serta dapat diperbaiki pada tahap selanjutnya. Adapun tahapan pelaksanaan dalam pengabdian ini seperti pada Gambar 1 berikut.



**Gambar 1.** Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat tentang Peningkatan Gizi Masyarakat Penderita Covid-19 ini dalam bentuk pemberian bahan makanan mentah berupa sayur-sayuran, lauk pauk dan lain-lain serta pengolahan makanan di dapur umum Satgas Covid-19 Kota. Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 6 – 7 juli 2021 di Dapur umum satgas covid-19 yang bertempat di Polres Kota Tegal.

#### 1. Tahap Kegiatan Pemberian Bahan Makanan

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian bahan makanan mentah berupa sayur-sayuran, lauk-pauk seperti: wortel, buncis, kentang, daging ayam, tempe, bumbu dan lain - lain yang diserahkan langsung ke dapur umum satgas covid-19 dan diterima oleh kasie keuangan polres kota Tegal ibu Ifqi Nahdliati. Kegiatan pemberian bantuan bahan makanan ini dilakukan 2x atau 2 hari. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan mitra (Dapur umum) sangat senang sekali karena telah dibantu mensukseskan program dapur umum satgas covid-19. Pelaksanaan kegiatan ini seperti pada Gambar 2 berikut.



**Gambar 2.** Pemberian Bahan Makanan

Pencegahan terjangkitnya covid-19 dengan membangun imunitas tubuh, dilakukan dengan asupan nutrisi yang tepat, berupa pemberian makanan seperti sayuran yang mengandung mineral, vitamin maupun senyawa bioaktif.(Dewi et al., 2020) Hal ini sesuai dengan pedoman Kemenkes (2020) bahwa salah satu kunci agar tidak tertular dari covid-19 mengkonsumsi makanan bergizi seimbang merupakan salah satu cara agar daya tahan tetap prima selain itu juga perlu meningkatkan konsumsi makanan yang mengandung zat gizi yang berperan aktif dalam meningkatkan daya tahan tubuh antara lain yaitu: vitamin A, C, E dan Zink.(Kemenkes RI, 2020) untuk menjaga konsumsi makanan bergizi seimbang, batasi pemakaian garam dan lemak, konsumsi suplemen dan multi vitamin jika diperlukan, hindari rokok dan minuman beralkohol. (kemenkes, 2020). Hasil penelitian menyebutkan salah satu penangkal virus covid-19 adalah dengan meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh. Semakin beragam makanan yang dikonsumsi makan akan meningkatkan sumber gizi yang diperoleh dari pangan.(Saragih & Saragih, 2020), (Basir et al., 2021)

Kecukupan gizi terutama vitamin dan mineral sangat diperlukan dalam mempertahankan sistem kekebalan tubuh yang optimal, sayuran dan buah-buahan merupakan sumber terbaik berbagai vitamin, mineral dan serat. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah – buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh dan membantu meningkatkan imunitas tubuh. Dengan imunitas tubuh yang meningkat akan membantu dalam pencegahan wabah covid-19. (Kemenkes RI, 2020)

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat lain menyebutkan salah satu cara untuk memudahkan masyarakat mengingat makanan sehat yang harus dikonsumsi agar dapat meningkatkan daya tahan tubuh semasa pandemi covid-19 dengan pemberian edukasi tentang makanan sehat yang dilakukan dengan pemberian *Flyer Makanan Sehat* yang berisi contoh-contoh bahan makanan. Asupan makanan dengan pola makanan sehat, bergizi mencakup gizi seimbang dan aman serta asupan cairan yang sesuai kebutuhan adalah salah satu langkah untuk meningkatkan kekebalan tubuh.(Kumala et al., 2021).

## **2. Tahap kegiatan Pengolahan makanan**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan di Polres Kota Tegal melalui dapur umum satgas covid-19. Selain pemberian bantuan bahan pangan kami juga melakukan pendampingan pada saat pengolahan dan penyajian makanan di dapur umum yang meliputi : menyusun menu sesuai dengan kebutuhan gizi harian masyarakat, pemilahan dan peracikan bahan makanan yang akan diolah, melakukan pengolahan makanan (memasak), menyiapkan makanan jadi yang sudah diolah atau membungkus, kemudian

mendistribusikan makanan ke masyarakat penderita covid-19 yang melakukan isolasi seperti pada Gambar 3 berikut.



**Gambar 3.** Pengolahan dan Penyajian Makanan di Dapur Umum

Memasak merupakan kegiatan menyenangkan saat *social distancing*, gizi dan kebersihan juga akan terjamin saat memasak di rumah. Kegiatan memasak di dapur umum Satgas COVID-19 Kota Tegal dari hasil pemantauan dan penilaian kami menunjukkan adanya kesesuaian dalam menyusun menu untuk kebutuhan makan harian makanan dan kebersihan terlihat bagus baik dalam hal pengolahan makanan pada saat memasak maupun pada saat penyajian makanan, disitu terlihat semua petugas menggunakan masker dan lingkungan yang terlihat bersih.

Menurut WHO, keamanan pangan (*food safety*) adalah suatu ilmu yang membahas tentang persiapan, penanganan, dan penyimpanan makanan atau minuman agar tidak terkontaminasi oleh bahan fisik, biologi, dan kimia. Tujuan utama keamanan pangan adalah untuk mencegah makanan dan minuman agar tidak terkontaminasi oleh zat asing baik fisik, biologi, maupun kimia sehingga dapat mengurangi potensi terjadinya sakit akibat bahaya pangan. Kontaminasi fisik adalah benda asing yang masuk ke dalam makanan atau minuman. Contohnya rambut, logam, plastik, kotoran, debu, kuku, dan lainnya. Arti dari kontaminasi biologi adalah suatu zat yang diproduksi oleh makhluk hidup (seperti manusia, tikus, kecoa, dan lainnya) yang masuk ke dalam makanan atau minuman. Kontaminasi kimia meliputi herbisida, pestisida, serta obat-obatan hewan. Kontaminasi kimia ada juga yang bersumber dari lingkungan seperti udara atau tanah serta polusi air. Ada juga migrasi dari kemasan makanan, penggunaan zat adiktif atau racun alami, serta kontaminasi silang yang terjadi selama makanan diproses. (Knechtges, 2014)

Ada lima faktor teknis yang direkomendasikan oleh WHO dalam penyediaan pangan yang aman, yaitu: menjaga kebersihan, mencegah terjadinya pencemaran, menyimpan makanan pada suhu yang aman, memanaskan makanan pada suhu yang tepat, serta menggunakan air dan

bahan baku yang aman dikonsumsi. Makanan dan minuman yang baik bagi tubuh adalah makanan dan minuman yang bersih/ higienis, sehat dan bergizi seimbang (mengandung karbohidrat, lemak protein, vitamin, mineral, dan air), serta tidak mengandung bahan-bahan yang membahayakan kesehatan tubuh. (Nugraheni, H., Wiyatini, T., & Wiradona, 2018)

Keberadaan keamanan pangan sangat penting karena selain dapat menimbulkan masalah kesehatan dan kematian, dapat juga berdampak pada ekonomi negara. Hal ini dikarenakan, makanan dan minuman yang dikonsumsi akan menentukan keadaan tubuh ke depan dari orang yang mengonsumsinya. Contohnya, jika kita mengkonsumsi makanan yang sudah terkontaminasi bakteri, maka tubuh akan terserang penyakit akibat bakteri tersebut. Setiap produk pangan yang beredar di pasaran, seharusnya sudah melewati proses kelayakan dan sudah dipastikan aman, layak dikonsumsi serta dapat diperdagangkan. Namun, pada kenyataannya, tidak sedikit pangan yang diedarkan tidak aman dan tidak layak konsumsi sehingga dapat menimbulkan masalah kesehatan. (Lestari, 2020)

Indikator hygiene dan sanitasi pengolahan makanan yang meliputi persiapan, pengolahan dan penyajian makanan merupakan hal penting yang harus diperhatikan. Dalam hal persiapan bahan baku makanan yang baik yaitu mengandung nutrisi lengkap yang dibutuhkan oleh tubuh, yang harus diperhatikan dalam teknik pemilihan diantaranya: warna, tekstur, ukuran, aroma. Sedangkan dalam hal pengolahan makanan ini merupakan proses yang sangat penting dalam pengubahan bentuk dari makanan mentah menjadi makanan yang siap santap dengan menggunakan suhu panas dan mengikuti kaidah dan dasar - dasar sanitasi dan hygiene. Penyajian makanan untuk setiap jenis makanan ditempatkan dalam wadah terpisah, dan tertutup. Tujuannya agar makanan tidak terkontaminasi silang. Bila satu makanan tercemar yang lain dapat diselamatkan, serta memperpanjang masa saji makanan sesuai dengan tingkat kerawanan pangan. (Hermawan, 2016)

Saat penyajian makanan yang perlu diperhatikan adalah agar makanan tersebut terhindar dari pencemaran, peralatan yang digunakan dalam kondisi baik dan bersih, petugas yang menyajikan harus sopan serta senantiasa menjaga kesehatan dan kebersihan pakaiannya. (Kementrian Kesehatan RI, 2015) Hal ini sesuai dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan dimana pada saat kegiatan pengolahan makanan terlihat semua petugas dapur umum menggunakan masker dan lingkungan yang terlihat bersih.

Hasil penelitian lain menyebutkan bahwa dalam pelaksanaan pengolahan makanan terdapat tenaga pengolah makanan tidak menggunakan masker dan berbicara atau mengobrol saat mengolah makanan hal inilah yang dapat menyebabkan nilai standar hygiene

menurun. Mulut merupakan salah satu tempat bersarangnya bakteri, untuk itu sebaiknya menggunakan masker dan tidak banyak berbicara saat mengolah makanan agar tidak ada penyebaran bakteri dari mulut.(Fatmawati et al., 2013)

Hal ini sesuai dengan penelitian Nurbaya yang menyebutkan Peningkatan keamanan pangan pada proses pengolahan makanan dengan mewajibkan pengolah makanan menggunakan masker dan sarung tangan plastik sekali pakai. Proses pengemasan makanan dibuat lebih rapi dan lebih ketat dengan menambahkan kantong plastik hingga dua lapis.(Nurbaya et al., 2020) Pendidikan Pengolahan Makanan Sehat dan Bergizi dapat berupa penjelasan kebersihan Personal, Penyebab penyebaran bakteri patogen (berbahaya/penyebab penyakit), Kebersihan yaitu Sanitasi/higienes (makanan,air bersih, peralatan dan tempat Memasak), cara memilih bahan makanan yang baik, cara penyimpanan bahan makanan yang baik, pengolahan bahan makanan yang baik, cara mencuci tangan dan peralatan dengan baik, alat perlengkapan Diri (APD) saat mengolah makanan supaya tidak menularkan bibit penyakit/bakteri.(Arafah et al., 2020)

Monitoring atau Pemantauan dilakukan untuk mengetahui ketercapaian perencanaan kegiatan sesuai dengan tujuan yang sudah ditetapkan pada tahapan awal. Berdasarkan data kasus covid-19 di Kota Tegal dan banyaknya masyarakat yang melakukan isoman maka Satgas covid-19 mendirikan dapur umum dimasa pemberlakuan PPKM Darurat untuk membantu pemenuhan kebutuhan makanan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam bentuk pemberian bantuan makanan dan pengolahan makanan di dapur umum. Evaluasi dilakukan dengan melihat kebutuhan bahan makanan yang tersedia di dapur umum dan cara pengolahan makanan. Berdasarkan hasil evaluasi disebutkan, pada hari pertama kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian bantuan bahan makanan yang kami diberikan ternyata tidak mencukupi untuk kebutuhan makan satu hari semua masyarakat yang melakukan isoman, kemudian penanggung jawab dapur umum menyampaikan perihal kebutuhan bahan makanan yang akan dimasak sehari seperti beras 1000kg, ayam 30kg, macam-macam sayuran, bumbu dapur dan sebagainya. Pada hari ke dua kami memberikan bantuan bahan makanan dengan menambah jumlah bahan makanan sesuai dengan kebutuhan sehari di dapur umum seperti : ayam 30kg, kentang 20 kg, wortel 20 kg, kacang buncis 15kg dan macam-macam bumbu dapur, sehingga pada hari ke dua bantuan yang kami berikan tercukupi dan menghasilkan makanan 500 bungkus atau dus makanan siap saji yang dibagikan ke masyarakat yang melakukan isoman di Kota Tegal, sedangkan dalam hal pengolahan makanan, penyajian makanan serta pendistribusian makanan semua sudah cukup baik dan tertib.

Kegiatan ini dilakukan oleh dosen, mahasiswa, petugas dapur umum, para rela relawan serta sebagai sasaran nya adalah masyarakat penderita covid-19 yang melakukan isoman sebagai penerima bantuan tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan lancar kendala yang sering hadapi yaitu kurangnya bahan makanan yang tersedia di dapur umum sehingga hal ini masih sangat membutuhkan bantuan para donatur karena kegiatan ini bersifat swadaya. Pelaksanaan pendistribusian makanan berlangsung seperti pada Gambar 4 berikut.



**Gambar 4.** Pelaksanaan Pendistribusian Makanan

#### **D. SIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam bentuk pemberian bantuan bahan makanan mentah berupa sayur-sayuran, lauk-pauk, dan pengolahan makanan di dapur umum untuk penderita covid-19 yang melakukan isoman di Kota Tegal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat bermanfaat dan telah membantu kebutuhan makan dalam sehari selama 2 hari untuk masyarakat penderita penyakit covid-19 yang sedang melakukan isoman, hal ini terlihat dari hasil kegiatan kami telah menyiapkan makanan siap saji sebanyak 500 bungkus untuk kebutuhan makan 3 kali dalam sehari dengan menu seimbang (nasi, sayur, lauk, dan buah).

Dalam pengabdian masyarakat ini juga dilakukan pendampingan dalam hal pengolahan makanan, penyajian makanan bersama petugas dapur umum serta memantau pendistribusian makanan agar semua masyarakat yang melakukan isoman dapat menerima bantuan makanan secara tepat. Diharapkan pemerintah kota Tegal lebih memperhatikan lagi kebutuhan masyarakat penderita Covid 19 yang sedang melakukan isoman, terutama dalam kebutuhan makanan yang bergizi untuk meningkatkan imunitas tubuh. Kegiatan pengabdian masyarakat lanjutan diperlukan dalam hal konsling gizi bagi penderita covid-19 yang melakukan isoman.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih disampaikan kepada Politeknik Harapan Bersama yang telah mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam penyediaan dana dan fasilitasi selama kegiatan. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada mitra dalam hal ini Dapur umum satgas covid-19 Kota Tegal yang

telah bekerjasama sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar dan dapat membantu meringankan beban penderita covid-19 yang melakukan isoman.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arafah, E., Sari, S. R., Puteri, R. E., Sa'adah, R., Guttifera, & Prariska, D. (2020). Pendidikan Pengolahan Makanan Sehat Dan Bergizi Pada Istri Karyawan Pt. Pusri Palembang Ditengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1–6.
- Basir, F. H., Malonda, N. S. H., & Kawatu, P. A. (2021). Gambaran Penerapan Pedoman Umum Gizi Seimbang Mahasiswa Semester Vi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(2), 71–77.
- Dara Maulidini Akbar, & Zuhrina Aidha. (2020). Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 2(2), 119–127.
- Dewi, N., Maemunah, N., & Putri, R. M. (2020). Gambaran Asupan Nutrisi Dimasa Pandemi Pada Mahasiswa. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(3), 369. <https://doi.org/10.33366/jc.v8i3.1959>
- Fatmawati, S., Rosidi, A., Program, E. H., Fakultas, S. G., Keperawatan, I., & Kesehatan, D. (2013). Hygiene Behavior of Chef Based Food Hygiene Knowledge in the Operation of Food Processing in Center for Education and Training Sports Student in Central Java. *Jurnal Pangan Dan Gizi*, 04(08), 45–52.
- Hermawan, T. (2016). Hygiene dan sanitasi pengolahan makanan keluarga anggota lembaga pemberdayaan kesejahteraan. *Jurnal Keluarga*, 2(1), 76–84.
- Kemendes RI. (2020). Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Covid-19. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (p. 31).
- Kemendagri Kesehatan RI. (2015). *Hygiene dan Sanitasi Makanan*.
- Knechtges, P. L. (2014). *Keamanan Pangan, Teori dan Praktik*. Buku kedokteran EGC.
- Kumala, M., Yanti, D., Silaban, L., & Santoso, H. (2021). *Edukasi Pola Makan Sehat Dalam Upaya Pengendalian Hipertensi Di Masa Pandemi Covid-19*. 4(1), 149–155.
- Lestari, T. R. P. (2020). Keamanan Pangan Sebagai Salah Satu Upaya Perlindungan Hak Masyarakat Sebagai Konsumen. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(1), 57–72. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v11i1.1523>
- Menteri Kesehatan RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan RI No.14 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. 1–96.
- Mustofa, A., & Suhartatik, N. (2020). Meningkatkan Imunitas Tubuh Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Karangtaruna Kedunggupit, Sidoharjo, Wonogiri, Jawa Tengah. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 317. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3100>
- Nugraheni, H., Wiyatini, T., & Wiradona, I. (2018). *Kesehatan Masyarakat dalam Determinan Sosial Budaya*. Deepublish.
- Nurbaya, N., Chandra, W., & Ansar, A. (2020). Perubahan Sistem Pelayanan Makanan pada Usaha Kuliner Selama Masa Pandemi COVID-19 dan Era Kebiasaan Baru di Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(Khusus), 61. <https://doi.org/10.33490/jkm.v6ikhusus.335>
- Purnama, Y., Dewiani, K., & Yusanti, L. (2020). Pemutusan Rantai Penularan Covid-19 Pada Ibu Hamil, Nifas dan Menyusui di Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu. *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), 190–198. <https://doi.org/10.33369/dr.v18i2.13170>
- Rahmawati, R., Hariati, N. W., Nurcahyani, I. D., & Wahyuni, F. (2019).

- Penyuluhan Dan Pelatihan Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Wawasan Pelayanan Gizi Bagi Masyarakat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.31764/jmm.v2i1.1334>
- Saragih, B., & Saragih, F. M. (2020). Gambaran Kebiasaan Makan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19. *Research Gate*, 19(April), 1–12.
- Subardjo, Y. P., Ramadhan, G. R., & Betaditya, D. (2021). *Peningkatan Layanan Gizi bagi Pasien Covid-19 Di Instalasi Gizi RSUD Banyumas*. 4(2), 339–347.
- Tegal Kota. (2021). *Statistik Kasus Baru dan Kematian Penyakit Corona Virus (Covid-19)*.