

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)

TEMATIK COVID-19

PRODUK KARYA PENGABDIAN

**Pengenalan Aneka Buah dan Sayuran yang dapat
Meningkatkan Daya Tahan Tubuh serta Kadar dan
Cara Mengkonsumsinya**

Lokasi :

Desa Karanganyar Kecamatan Tegalampel Kabupaten Bondowoso



Disusun oleh:

FITRIA CINTA

NIM : 1730600656

Dosen Pembimbing Lapangan :

MUALLIM WIJAYA, M.Pd.I

NIDN : 2111078401

PENDIDIKAN BAHASA ARAB

FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS NURUL JADID

TAHUN 2020

LEMBAR PENGESAHAN

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
ABSTRAK.....	1
PRAKATA.....	2
BAB I.....	3
BAB II.....	4
A. Pelaksanaan Kegiatan.....	4
B. Tempat dan Waktu Kegiatan.....	6
C. Manfaat Program.....	6
D. Pihak-pihak yang dilibatkan dalam program.....	6
BAB III.....	8
A. Proses Pelaksanaan Kegiatan PKM.....	8
B. Faktor Pendukung Dan Penghambat Pelaksanaan Program PKM.....	12
C. Rencana Tahapan Selanjutnya.....	16
BAB III.....	19
A. Kesimpulan.....	19
B. Saran.....	19
DAFTAR PUSTAKA.....	20
LAMPIRAN.....	21

ABSTRAK

Virus corona atau severe acute respiratory corona virus 2 (SAR-COV-2) merupakan virus yang sangat berbahaya dan telah menyebar ke semua negara di dunia. Menurut WHO ketersediaan obat covid-19 sangat terbatas, mahal dan hanya ada di China. Sehingga masyarakat perlu mengadakan pencegahan agar terhindar dari virus tersebut. Salah satu pencegahannya yaitu menjaga daya tahan tubuh. Sistem daya tahan tubuh atau sistem imunitas merupakan sistem yang akan melindungi tubuh dari penyakit, seperti virus dan bakteri. Ada berbagai macam cara untuk meningkatkan daya tahan tubuh salah satunya dengan mengkonsumsi buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh.

Desa Karanganyar merupakan salah satu desa yang termasuk kecamatan Tegalampel. Dalam BPS 2019 bahwa jumlah populasi masyarakat di kecamatan tersebut 26.443 jiwa. Jumlah pasien menderita penyakit yang disebabkan karena kurangnya daya tahan tubuh (influenza) sebanyak 2.407 jiwa. Hal ini membuktikan bahwa masyarakat kurang memperhatikan daya tahan tubuhnya.

Berdasarkan observasi dan hasil wawancara penulis dengan kepala desa dan masyarakat, mayoritas mereka belum mengetahui aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya. Sehingga penulis berinisiatif untuk berkontribusi dalam memutus mata rantai penyebaran virus corona dengan mengadakan program pengenalan buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya melalui penyuluhan video online yang diunggah di channel Youtube.

Sebelum membuat video penyuluhan online, penulis mencari materi ke berbagai referensi dan mewawancarai dokter. Setelah pembuatan video dan editing selesai penulis mengunggah video tersebut di Youtube dan membagi linknya kepada kepala desa Karanganyar, masyarakat, berbagai grup di sosial media. Analisis video tersebut melalui fitur analytics di studio youtube, jumlah viewers, like dan komentar di Youtube.

Kata kunci : *covid-19, daya tahan tubuh, penyuluhan online*

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas segala rahmat dan ridha-Nya yang telah diberikan, sehingga kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat-Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM-PKM) ini hingga menyusun laporan dapat diselesaikan dengan baik dan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut membantu dan selalu memotivasi serta memberi semangat pada penulis untuk menyelesaikan laporan ini. Melalui pengantar ini penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan ini tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan dari semua pihak yang telah bersedia membantu dalam pelaksanaan kegiatan PKM-PKM ini. Atas dukungan dan motivasi yang diberikan baik secara spiritual maupun moral. Sehubungan dengan itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak KH. Moh. Zuhri Zaini, BA Pengasuh Pondok Pesantren Nurul Jadid sebagai pencerah Hati.
2. Bapak KH. Abdul Hamid Wahid, M.Ag Rektor Universitas Nurul Jadid.
3. Muallim Wijaya, M.Pd. I selaku Dosen Pembimbing
4. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Nurul Jadid
5. Semua pihak yang telah membantu dan memberi dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan laporan PKM-PKM ini.

Semoga laporan Pengabdian Kepada Masyarakat-Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM-PKM) ini memberi manfaat bagi Masyarakat pada umumnya dan pembaca pada khususnya.

Paiton, 30 Mei 2020

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Beberapa penyakit berbahaya muncul dalam sepuluh tahun terakhir, seperti HIV/AIDS, Flu hongkong, flu Asia, dsb. World Health Organization menetapkan bahwa virus terbaru dan paling berbahaya adalah virus corona atau *severe acute respiratory corona virus 2* (SAR-COV-2). Inveksi virus corona disebut COVID-19 (*Corona Virus Disease 2019*). Berdasarkan data yang diliris oleh pemerintah, virus ini telah menyebar ke semua negara di dunia. Sehingga membuat beberapa negara antusias merespon cepat untuk mencegah virus tersebut. Menteri kesehatan RI mengeluarkan peraturan RI no 9 tahun 2020 tentang pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk menekan mata rantai penyebaran virus tersebut.

Menurut WHO ketersediaan obat covid-19 sangat terbatas, mahal dan hanya ada di China. Sehingga solusinya adalah pencegahan sebagaimana diterapkan dalam islam الوقاية خير من العلاج. Ahmad Huriyanto (juru bicara pemerintah penanganan covid 19) mengatakan salah satu pencegahannya dengan meningkatkan daya tahan tubuh. Diantaranya dengan mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi, sebagaimana firman Allah surah Al-Baqarah :168, 172, Al-Maidah : 88.

Dinas kesehatan Bondowoso meyebutkan pada tanggal 30 Maret jumlah ODP = 1.018, PDP = 7 dan psitif = 2, Di desa Karanganyar ODP=1, hal tersebut meresahkan masyarakat. Dalam statistik daerah kecamatan Tegalampel disebutkan luas tanah sawah 812,0 ha dan mayoritas bekerja sebagai petani. Pada masa pandemi corona ini sangat tidak memungkinkan warga hanya berdiam diri di rumah, karena mereka tulang punggung keluarga. Menurut pengamatan peneliti warga desa Karanganyar masih belum mengetahui manfaat buah dan sayuran yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dengan mengkonsumsinya.

B. Alasan Memilih Pogram

Berdasarkan hal tersebut penulis ingin berkontribusi dalam pencegaha covid 19 melalui video penyuluhan online yang membahas manfaat buah dan sayur dalam meningkatkan daya imun cegah covid 19 agar masyarakat bisa mendapatkan edukasi gratis tentang hidup sehat di masa pandemi corona bahkan saat kondisi kembali normal. Metode tersebut juga sangat efektif untuk mengurangi PSBB.

BAB II METODE PELAKSANAAN

A. Pelaksanaan Kegiatan

1. Tahap identifikasi

Pada tahap ini penulis melakukan pengamatan lapangan, memberikan data Badan Pusat Statistik (BPS) kabupaten Bondowoso serta melakukan wawancara dengan bapak kepala desa untuk memperoleh informasi tentang kesehatan masyarakat di desa Karanganyar kecamatan Tegalampel kabupaten Bondowoso.

Menurut data kecamatan Tegalampel dalam angka yang dikeluarkan oleh BPS Kab. Bondowoso tahun 2019, populasi masyarakat di kecamatan tersebut 26.443 jiwa. Jumlah pengunjung puskesmas pada tahun 2019 sebanyak 30.347. Sedangkan jumlah pasien menurut penyakit, yang menderita penyakit yang disebabkan karena kurangnya sistem daya tahan tubuh (influenza) sebanyak 2.407 jiwa. Hal ini menandakan bahwasanya masyarakat di kecamatan Tegalampel kurang menjaga daya tahan tubuh, yang mana salah satunya bisa disebabkan karena tidak mengkonsumsi buah dan sayuran untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

Penulis juga melakukan wawancara dengan bapak Sunardi, S.Sos. selaku kepala desa Karanganyar menyatakan bahwa mayoritas masyarakat desa Karanganyar tidak mengetahui aneka buah dan sayuran yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadarnya dan cara mengkonsumsinya.

2. Tahap pembuatan video

Pada tahap ini penulis melakukan proses pembuatan video dengan menggunakan alat perekam seadanya, yakni smartphone android yang dibantu dengan software kine master. Penulis memilih kine master karena performanya yang terbilang cukup baik dengan ukuran berkas yang ringan, hanya 25 MB dan kerjanya juga tidak terlalu memberatkan di smartphone. Pengambilan gambar dilakukan dengan smartphone yang sekaligus diedit juga di smartphone. Hal ini menjadikan pekerjaan menjadi praktis. Proses editing video dengan menambahkan teks, memotong video, menambahkan narasi serta musik latar.

Adapun materi pembuatan videonya penulis peroleh dari sumber internet, yang penulis jadikan jadikan slide show dalam bentuk rekaman video. Salah satu sumber referensi yang penulis akses dan dijadikan sumber utama pembuatan video ini adalah buku “Bunga Rampai Covid-19 : Buku Kesehatan Mandiri Untuk Sahabat #Dirumah Aja” yang diterbitkan oleh Perhimpunan Profesional Kesehatan Muslim Indonesia tahun 2020. Dalam buku ini dijelaskan segala hal tentang menjaga kesehatan tubuh dengan makanan bergizi. Untuk menambah wawasan penulis juga mewawancarai dokter.

3. Tahap penyebaran video

Tahap ini merupakan proses penyebaran video melalui laman Youtube. Penyuluhan tentang aneka buah dan sayuran yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya tersebut diunggah di channer Youtube penulis. Penulis juga secara reguler akan melakukan analisis konten terhadap video yang diunggah melalui beberapa media sosial, seperti Facebook, Instagram dan grup sosial media lain. (WhatsApp dan Telegram). Selain itu, link video itu juga penulis bagi kepada masyarakat dan perangkat desa sekitar untuk melihat penyuluhan secara online di hp masing-masing.

4. Tahap evaluasi

Pada tahap ini, penulis mengevaluasi beberapa hal menggunakan *Google Analytics*. Dengan *Google Analytics*, penulis bisa memonitor video yang telah penulis unggah. Hasil monitornya antara lain jumlah pengunjung, baik dalam jumlah harian atau bulanan, data demografis usia dan jenis kelamin, hingga lokasi pengunjung. Dengan *Google Analytics* ini, penulis bisa mengetahui tingkat sebaran video tersebut kepada khalayak. Selain itu, penulis juga akan mengevaluasi penyebaran video ini dari jumlahnya *like* dan *comment* yang diberikan. Evaluasi terhadap penyebaran video ini juga penulis lakukan dengan meminta pendapat dan masukan dari masyarakat sekitar tentang konten video yang telah penulis unggah.

B. Tempat dan Waktu Kegiatan

Program Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan di desa Karanganyar kecamatan Tegalampel Kabupaten Bondowoso selama satu bulan terhitung sejak bulan 7 April s/d 5 Mei 2020.

Tahapan kegiatan	Bulan April-Mei			
	Minggu ke-2	Minggu ke-3	Minggu ke-4	Minggu ke-1
Identifikasi				
Pembuatan video				
Penyebaran video				
Evaluasi				

C. Manfaat Program

Adapun manfaat penyuluhan online ini adalah sebagai berikut :

1. Terjadinya peningkatan nilai pengetahuan masyarakat dan sikap antusias masyarakat dalam mencegah penularan virus corona.
2. Terjadinya peningkatan pemahaman masyarakat tentang buah dan sayuran yang meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya.
3. Terjadinya peningkatan masyarakat terhadap aspek kesehatan.

D. Pihak-pihak yang dilibatkan dalam program

No	Stakeholder	Dukungan
1.	1. Perangkat desa dan masyarakat	
	Kepala desa	Memberi informasi seputar tingkat pengetahuan masyarakat terhadap pengenalan buah dan sayuran yang meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara

		mengkonsumsinya Memberi dukungan moral kepada penulis dalam menyebarkan informasi, konten atau pengetahuan positif tentang kesehatan.
	Masyarakat	Memberi informasi seputar tingkat pengetahuan terkait buah dan sayuran yang meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya
	2. Dinas kesehatan	
1	Dokter	Memberi informasi seputar buah dan sayuran yang meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya
	3. Instansi lainnya	
	LP3M UNUJA	Mendorong dilakukannya program pemberdayaan kepada masyarakat di lingkungan masing-masing mahasiswa; Mendorong mahasiswa untuk tetap produktif dan kreatif dalam memberikan layanan kepada masyarakat, baik offline maupun inlline selama masa Pandemi Covid-19
	Dosen pembimbing	Membimbing mahasiswa dalam proses pelaksanaan PKM
3	Teman	Membantu merekam penulis dalam pembuatan video online Membantu menyebarkan video penyuluhan berbasis online kepada masyarakat

BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Proses Pelaksanaan Kegiatan PKM

Penyebaran virus corona semakin meluas dan jumlah korban covid-19 semakin meningkat. Hal ini membuat masyarakat Indonesia semakin antusias terhadap pencegahan dan penularan virus tersebut terutama masyarakat di desa Karanganyar kecamatan Tegalampel kabupaten Bondowoso.

Sebelum penulis melakukan riset terhadap masyarakat desa Karanganyar, penulis mengunjungi situs resmi yang dikelola oleh dinas pemerintahan kabupaten Bondowoso. Dalam situs tersebut penulis mngunduh file yang berisi tentang statistik perkembangan kabupaten Bondowoso dalam semua bidang yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) dengan judul “kabupaten Bondowoso dalam angka Bondowoso regency in figure 2020”.

Dalam statistik tersebut tercatat bahwa populasi masyarakat kecamatan Tegalampel berjumlah 26.443 jiwa. Jumlah pengunjung puskesmas pada tahun 2019 sebanyak 30.347 jiwa. Sedangkan jumlah pasien menurut penyakit, penderita penyakit yang disebabkan kurangnya sistem daya tahan tubuh (influenza) sebanyak 2.407 jiwa. Hal ini membuktikan bahwa daya tahan tubuh masyarakat kecamatan Tegalampel minim.

Sistem daya tahan tubuh atau sistem imunitas merupakan sistem yang akan melindungi tubuh dari ancaman penyakit seperti virus dan bakteri. Sistem ini tersiri dari sel, jaringan Sistem ini terdiri dari sel, jaringan, dan organ tubuh yang saling bekerja sama.

Menjaga sistem daya tahan tubuh merupakan salah satu cara agar tubuh terhindar dari virus dan bakteri. Seperti virus berbahaya yang sedang melanda dunia saat ini yaitu virus corona. Berdasarkan data yang diliris oleh pemerintah Indonesia jumlah virus corona terus meningkat. Sehingga warga Indonesia sangat antusias dalam memutus mata rantai penyebaran virus tersebut.

Menurut kementerian kesehatan Indonesia beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjaga daya tahan tubuh diantaranya sebagai berikut. :

1. Mengonsumsi makanan bergizi
2. Berolahraga dengan rutin

3. Mengelola stres dengan baik
4. Beristirahat yang cukup
5. Mengonsumsi suplemen penunjang daya tahan tubuh.

Kecukupan zat gizi terutama vitamin dan mineral sangat diperlukan dalam mempertahankan sistem kekebalan tubuh yang optimal. Karena sebagian besar vitamin dan seluruh mineral tidak dapat disintesa oleh tubuh, maka konsumsi makanan yang beragam dan seimbang sangat diperlukan utamanya sumber vitamin mineral seperti buah, sayuran dan pangan hewani. Beberapa vitamin dan mineral mempunyai peran sebagai antioksidan yang sangat mempengaruhi kualitas hidup manusia diantaranya adalah vitamin A, vitamin E, vitamin C, selenium, zat besi dan zinc. Zat gizi ini diperlukan dalam sistem pertahanan tubuh karena perannya sebagai zat gizi antioksidan.

Setelah membaca statistik data pemerintahan kabupaten Bondowoso penulis melakukan wawancara dengan bapak Sunardi, S.Sos. selaku kepala desa Karanganyar kecamatan Tegalampel kabupaten Bondowoso. Wawancara dilaksanakan di rumah beliau pada hari Selasa 12 Mei 2020 pukul 09.15 WIB. Dalam wawancara tersebut penulis bertanya banyak hal terkait pencegahan dan antusias masyarakat dalam menghadapi masa pandemi. Di desa Karanganyar tergolong desa yang aman. Karena saat ini warga desa tersebut tidak ada yang termasuk kategori orang dalam pengawasan (ODP), pasien dalam pantauan (PDP) dan pasien positif covid-19. Namun perangkat desa dan dinas kesehatan kabupaten Bondowoso serta warga desa Karanganyar melakukan berbagai pencegahan seperti penyemprotan disinfektan pendataan masyarakat yang datang dari luar kota, pengadaan tempat cuci tangan, menggunakan masker ketika keluar rumah dan pengadaan social distancing.

Dalam wawancara tersebut penulis juga bertanya terkait antusias warga terhadap pencegahan diri dalam menjaga daya tahan tubuh. Bapak Sunardi, S. Sos. menyatakan bahwa masyarakat melakukan upaya dalam menjaga daya tahan tubuh seperti olahraga, istirahat yang cukup dan makan makanan bergizi. Namun masyarakat desa Karanganyar belum sepenuhnya mengetahui makanan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh terutama dalam buah dan sayur serta kandungan dan cara mengkonsumsinya yang baik dan sehat. Sehingga

pengenalan tentang hal tersebut sangat dibutuhkan oleh masyarakat desa Karanganyar untuk menambah pengetahuan dan sebagai sarana dalam meningkatkan daya tahan tubuh masyarakat.

Penulis juga mewawancarai masyarakat sekitar terkait buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya. Dari hasil wawancara tersebut mayoritas masyarakat belum sepenuhnya mengetahui dan memahami tentang buah-buahan dan sayuran yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh, terutama kadar dan cara mengkonsumsinya.

Berdasarkan identifikasi tersebut, penulis ingin berkontribusi kepada masyarakat dalam membentuk daya tahan tubuh kuat di masa pandemi corona bahkan saat kondisi kembali normal melalui pengenalan aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya. Pengenalan tersebut dikemas dengan penyuluhan online dan diunggah di Youtube. Hal ini disebabkan karena penyuluhan yang dilakukan dengan mengumpulkan masyarakat desa Karanganyar tidak memungkinkan dan sudah diatur dalam peraturan pemerintah menteri kesehatan RI no 9 tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk memutus mata rantai penyebaran virus corona.

Sebelum melakukan penyuluhan online penulis mencari berbagai referensi terkait aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya. Penulis juga mewawancarai dr. Eko Endang Ernawati selaku dokter yang berdomisili di desa Karanganyar kecamatan Tegalampel. Dalam wawancara tersebut beliau menjelaskan secara detail tentang sistem daya tahan tubuh, aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya.

Setelah mendapatkan materi penyuluhan dari berbagai referensi penulis membuat naskah program penyuluhan online untuk mempermudah penulis dalam melakukan penyuluhan. Penulis meminta bantuan kepada teman untuk memekam penyuluhan. Proses perekaman dilakukan dengan seadanya, yaitu dengan menggunakan smartphone android.

Penjelasan aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya disajikan dengan audio penulis namun visualnya menggunakan beberapa foto buah dan sayur. Hal ini dilakukan agar video tersebut tidak monoton dan mendeskripsikan buah dan sayur yang dimaksud. Sehingga sebelum proses pengeditan video, penulis mendownload beberapa buah dan sayur.

Dalam mengedit video, penulis menggunakan aplikasi kine master. Penulis memilih kine master karena performanya yang terbilang cukup baik dengan ukuran berkas yang ringan, hanya 25 MB dan kerjanya juga tidak terlalu memberatkan di smartphone. Pengambilan gambar dilakukan dengan smartphone yang sekaligus diedit juga di smartphone. Hal ini menjadikan pekerjaan menjadi praktis. Proses editing video dengan menambahkan teks, memotong video, menambahkan narasi serta musik latar.

Setelah proses pengeditan video selesai, penulis mengunggah video penyuluhan online tersebut di channel penulis tepat pada tanggal 18 Mei 2020. Penulis juga menambahkan tag agar orang lain dapat menemukan video tersebut dengan mudah. Video tersebut berjudul “aneka buah dan sayur yang meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya”. Video tersebut dapat ditemukan di link berikut : <https://youtu.be/swFIFspoi-Q>

Dalam proses penyebaran video, penulis mendatangi bapak Sunardi, S.sos. selaku kepala desa Karanganyar untuk meminta bantuan agar link video penyuluhan online yang dibuat oleh penulis dibagikan kepada masyarakat desa Karanganyar. Sehingga video tersebut dapat dinikmati dan ditonton oleh masyarakat di hp masing-masing. Hal ini bertujuan untuk menambah pengetahuan masyarakat sebagaimana yang dipaparkan oleh bapak kepala desa pada saat wawancara sebelumnya.

Penulis juga membagikan link video penyuluhan online kepada kerabat, tetangga, teman dan pemuda desa Karanganyar melalui grup WhatsApp. Penulis juga menyebarkan video tersebut dengan mempostingnya di Instagram, Facebook dan WhatsApp serta membagikannya di berbagai grup yang ada di telegram. Hal ini dilakukan agar masyarakat luar desa Karanganyar juga dapat menikmati hasil karya mahasiswa Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) 2020.

Materi yang disajikan di dalam video tersebut juga bersifat pengetahuan umum sebagai pencegahan diri agar terhindar dari covid-19.

Setelah mengunggah video penyuluhan online, penulis membuat video dokumentar yang berupa behind the scene dari proses penyuluhan video online. Video tersebut memuat kegiatan yang dilakukan oleh penulis saat pelaksanaan PKM berlangsung sebagai bukti visual atas pelaksanaan PKM. Video tersebut diunggah di Youtube dan berikut adalah link videonya https://youtu.be/MiwFSC3_wzk.

B. Faktor Pendukung Dan Penghambat Pelaksanaan Program PKM

1. Faktor pendukung

Beberapa faktor pendukung pelaksanaan penyuluhan online terkait pengenalan aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya yang dilaksanakan di desa Karanganyar kecamatan Tegalampel sebagai berikut :

a. Perangkat desa yang responsif

Perangkat desa di desa Karanganyar sangat responsif terhadap program yang dibuat oleh penulis. Sebab pengetahuan tentang pengenalan aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya sangat dibutuhkan oleh masyarakat desa Karanganyar untuk menjaga daya tahan tubuh dalam mencegah agar terhindar dari berbagai virus dan bakteri seperti virus corona yang sedang melanda saat ini.

b. Penyuluhan online merupakan program yang efektif

Di masa pandemi virus corona, pemerintah kesehatan RI mengeluarkan peraturan tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk memutus mata rantai penyebaran virus tersebut. Sehingga penyuluhan online merupakan solusi terbaik dalam mengenalkan sebuah pengetahuan kepada masyarakat. Penyuluhan online tersebut bisa dinikmati kapan saja dan dimana saja. Sehingga tidak menuntut masyarakat untuk menonton video penyuluhan online dikala mereka sibuk.

c. Durasi penyuluhan yang singkat

Video penyuluhan yang dibuat oleh penulis berdurasi 10 menit. Hal ini dilakukan agar masyarakat mendapatkan pengetahuan secara praktis dengan paparan materi yang detail tanpa membutuhkan waktu lama sehingga masyarakat bisa menonton video sampai selesai.

d. Program dapat dinikmati oleh seluruh masyarakat Indonesia

Video penyuluhan online tidak hanya dapat dinikmati oleh masyarakat desa Karanganyar saja. Namun video tersebut dapat dinikmati oleh seluruh masyarakat Indonesia. Sehingga program PKM yang dibuat oleh penulis dapat memberikan banyak manfaat sebagai usaha diri dalam menjaga daya tahan tubuh agar terhindar dari berbagai virus dan bakteri seperti virus corona.

e. Program dapat direalisasi dengan mudah oleh masyarakat

Ada berbagai aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh manusia, namun penulis menjelaskan beberapa buah dan sayur yang ada disekitar masyarakat. Hal ini dilakukan agar memudahkan masyarakat untuk mendapatkan buah dan sayur tersebut dengan harga terjangkau. Sehingga masyarakat dengan mudah dapat meningkatkan daya tahan tubuhnya.

f. Pemanfaatan video penyuluhan sebagai sumber referensi

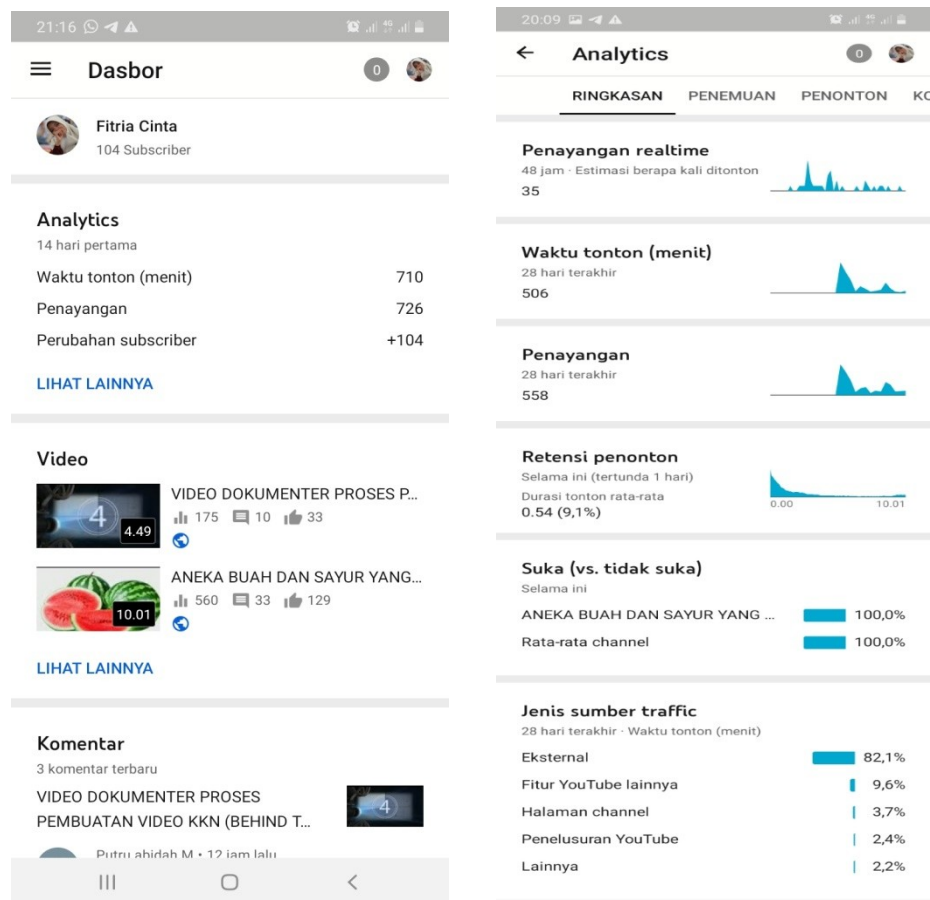
Materi yang disajikan di dalam video penyuluhan online dikutip dari berbagai sumber, seperti buku, jurnal, berita, hasil wawancara dengan dokter dan sebagainya. Materi tersebut dapat dinikmati sepanjang masa (tidak hanya berlaku pada masa pandemi covid-19 saja). Karena setiap tubuh manusia membutuhkan daya tahan tubuh kuat agar tidak terserang berbagai virus dan bakteri jahat. Sehingga materi yang dikemas dengan video penyuluhan online tersebut dapat dijadikan referensi dan sumber pengetahuan dalam proses pembelajaran.

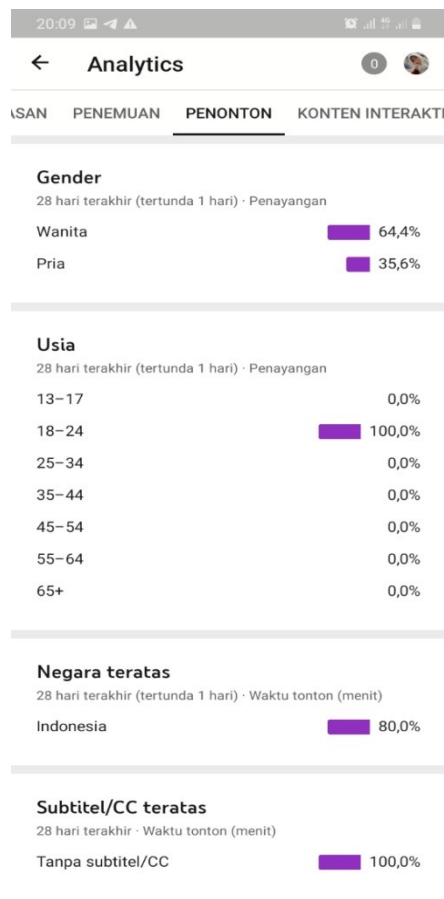
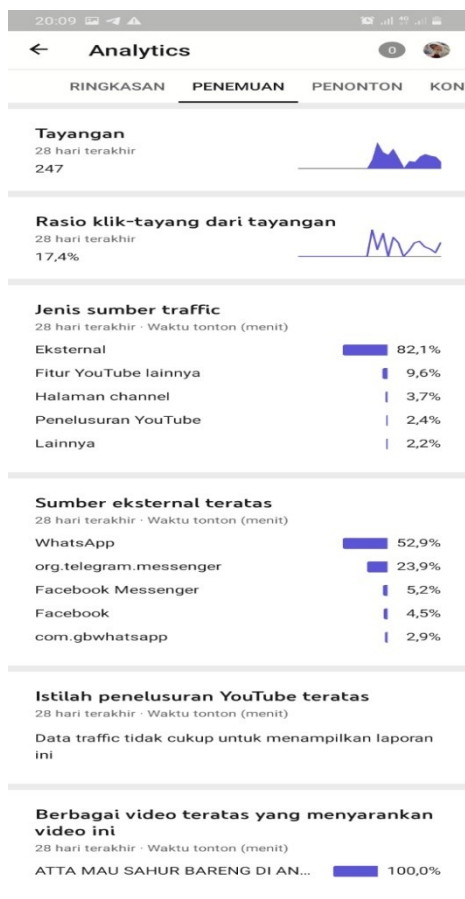
g. Video penyuluhan online dapat dianalisis dengan mudah

Video penyuluhan online yang diunggah di Youtube dapat dianalisis dengan mudah. Ada beberapa cara untuk menganalisis video tersebut diantaranya dengan melihat jumlah viewers, like dan komentar

yang tertera di youtube. Sejak tanggal 31 Mei 2020 tercatat jumlah viewers sebanyak 551, jumlah like 129 dan jumlah komentar sebanyak 33. Dalam beberapa komentar tersebut berisi komentar positif dan ucapan terima kasih viewers atas kepuasannya dalam menonton video yang dibuat oleh penulis.

Penulis juga melakukan analisis video tersebut dengan goggle analytics atau dengan aplikasi youtube studio. Penulis menganalisis video tersebut dengan aplikasi youtube studio, karena di dalam aplikasi tersebut terdapat fitur analytics. Fitur analytics merupakan fitur yang dapat membantu para konten kreator untuk memantau perkembangan saluran Youtube. Dengan fitur analytics, para konten creator akan tahu berapa kali video ditonton, durasi waktu menonton dan beberapa perkembangan lain dari salurannya. Berikut hasil analisis video dengan fitur analytics :





Analisis diatas tercatat bahwa (a) dalam kurun waktu 48 jam video tersebut telah ditonton sebanyak 35 kali, (b) Durasi tonton sejak video diunggah selama 506 menit dan ditayang sebanyak 558 kali, (c) durasi tonton rata 0,54 (9,1%), (d) sumber traffic terbesar dari eksternal dengan rincian WhattApp (52,9 %), org, telegram dan messenger (23,9%), Facebook Massanger (5,2%), Facebook (4,5%) dan com.gbwhatapp (2,9%). (e) dilihat dari gender viewers, video tersebut telah ditonton oleh wanita dengan persentase 64,4 %, pria 35,6 %. Sedangkan jika dilihat dari usia, video tersebut ditonton oleh viewers dengan rata-rata usia 18-14 tahun. Dan persentase viewers 80,0 % adalah warga negara Indosia.

Berdasarkan analisis diatas dapat disimpulkan bahwa video penyuluhan online yang dibuat oleh penulis sangat dinikmati oleh viewers terutama di kalangan usia dewasa awal (18-24 tahun). Hal ini disebabkan pada usia tersebut manusia membangun sistem pribadi yang eksplisit dan memiliki kesadaran yang tinggi.

2. Faktor penghambat

a. Keragaman gawai/gadget yang diakses

Masyarakat desa Karanganyar kecamatan Tegalampel sangat bervariasi dan beraneka ragam. Sebagian dari masyarakat tidak memiliki smartphone android untuk mengakses internet. Hal ini disebabkan oleh faktor ekonomi dan persepsi masyarakat yang belum sepenuhnya beralih (move on) terhadap kecanggihannya teknologi. Sehingga video penyuluhan online hanya dinikmati oleh masyarakat yang mempunyai smartphone android saja.

b. Persepsi orang tua dan lansia terhadap internet masih tabu

Sebagian masyarakat masih beranggapan bahwa internet banyak menimbulkan kemudharatan (bahaya) bagi pengguna internet. Sehingga sebagian mereka hanya memanfaatkan smartphone android untuk menelfon dan mengirim pesan saja.

c. Biaya operasional akses

Sebagian masyarakat desa Karanganyar tidak menikmati video penyuluhan online disebabkan biaya operasional akses yang banyak menghabiskan data paket internet. Sehingga video tersebut hanya dinikmati oleh masyarakat yang memiliki kesadaran dalam mencari ilmu pengetahuan.

C. Rencana Tahapan Selanjutnya.

Setelah semua target dari program-program yang dibuat tercapai, maka peserta PKM tematik covid-19 akan melaksanakan kegiatan selanjutnya yaitu evaluasi program untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan program yang sudah terlaksana sebelumnya. Apakah sudah terealisasi dengan baik di desa Karanganyar kecamatan Tegalampel. Kegiatan ini dilakukan untuk mengukur hasil yang sudah dicapai karena dalam sebuah kegiatan tanpa ada evaluasi tidak akan pernah tau sejauh mana keberhasilan program yang sudah dilakukan.

Penulis juga mendapat respon dari bapak Sunardi, S.Sos selaku bapak kepala desa Karanganyar Kecamatan Tegalampel kabupaten Bondowoso terkait

rencana tahapan selanjutnya yang akan dilakukan terhadap program yang dibuat oleh penulis. Video penyuluhan online tersebut akan diinput ke situs desa Karanganyar, sehingga pengunjung situs dapat melihat video tersebut sebagai bentuk hasil karya masyarakat desa Karanganyar. Selain itu materi yang terkandung di dalam video tersebut akan akan dikaji ulang oleh pihak kesehatan yang akan dikemas dengan acara seminar pada saat kondisi kembali normal. Hal ini disebabkan karena materi tersebut sangat penting untuk dikaji dalam meningkatkan sistem daya tahn tubuh masyarakat dan mewujudkan masyarakat desa yang sehat.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari pelaksanaan PKM yaitu

1. Virus corona merupakan virus yang sangat berbahaya bagi manusia. Sehingga masyarakat perlu menjaga diri dan antusias diri terhadap virus tersebut.
2. Mengonsumsi buah dan sayur dapat mencegah tubuh agar terhindar berbagai virus dan bakteri seperti virus corona. Sehingga pengetahuan terkait buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya sangat penting untuk dikaji.
3. Penyuluhan online merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan sebagai pengenalan kepada masyarakat di masa pandemi untuk mengantisipasi terjadinya PSBB.

B. Saran

1. Perangkat desa perlu menginformasikan tentang Covid-19, terus mengajak masyarakat untuk antisipasi diri dalam pencegahan virus dengan menyebar luaskan video yang telah kami buat agar dapat dipahami semua masyarakat.
2. Masyarakat desa Karanganyar perlu mengikuti perkembangan zaman agar tidak ketinggalan informasi dan pengetahuan
3. Masyarakat desa Karanganyar khususnya kalangan orang tua atau lansia perlu mengubah persepsi terhadap internet, bahwa tidak selamanya internet berdampak negatif bagi penggunaannya. Karena dampak internet tergantung selektifan pengguna internet dalam membuka situs.

DAFTAR PUSTAKA

Badan pusat statistik kabupaten bondowoso.kabupaten bondowoso dalam angka bondowoso regency in figure 2020. 2020. BPS kabupaten bondowoso. Bondowoso.

<https://m.liputan6.com/bola/read/4218452/5-alasan-virus-corona-covid-19-berbahaya-tetap-waspada>, diakses pada 1 April 2020 pukul 14.00.

Perhimpunan Profesional Kesehatan Muslim Indonesia. 2020. *Bunga Rampai Covid-19 : Buku Kesehatan Mandiri Untuk Sahabat #Dirumahaja*. PD Propenulis. Depok.

Siswanto, Budisetyawati, Fitrah Ernawati. 2013. Peran Beberapa Zat Gizi Mikro Dalam Sistem Imunitas. Gizi Indon, 36(1):57-64.

Walsyukurniat Zendrato. 2020. Gerakan Mencegah Daripada Mengobati Terhadap Pandemi Covid-19. Vol.8 No.2. 242-248.

LAMPIRAN

FOTO-FOTO KEGIATAN



Wawancara dengan
bapak Sunardi B, S.Pd.
(Kepala desa Karanganyar)



Wawancara dengan
Dr. Eko Endang Ernawati
(Dokter konsultan keseharan)



Proses pembuatan video
penyuluhan online

Proses pengeditan video
penyuluhan online



Proses pengunggahan video penyuluhan online di Youtube



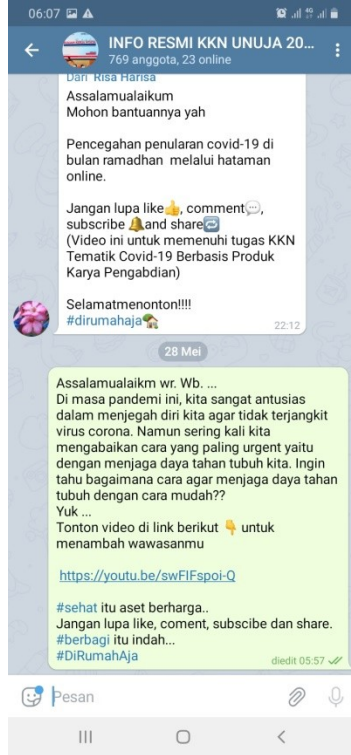
Penyebaran link video penyuluhan online melalui kepala desa



Penyebaran link video penyuluhan online kepada pemuda desa



Penyebaran link video penyuluhan online melalui grup WA



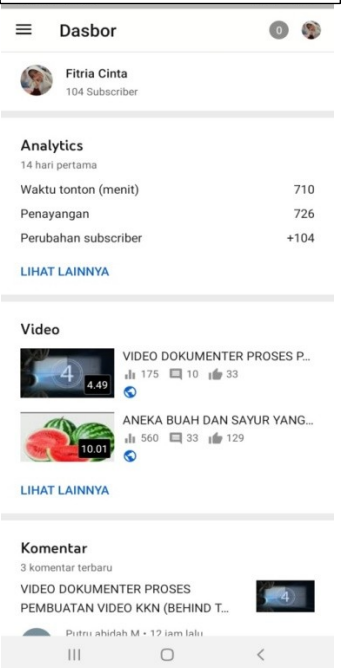
Penyebaran link video penyuluhan online melalui grup Telegram



Penyebaran link video penyuluhan online melalui Instagram



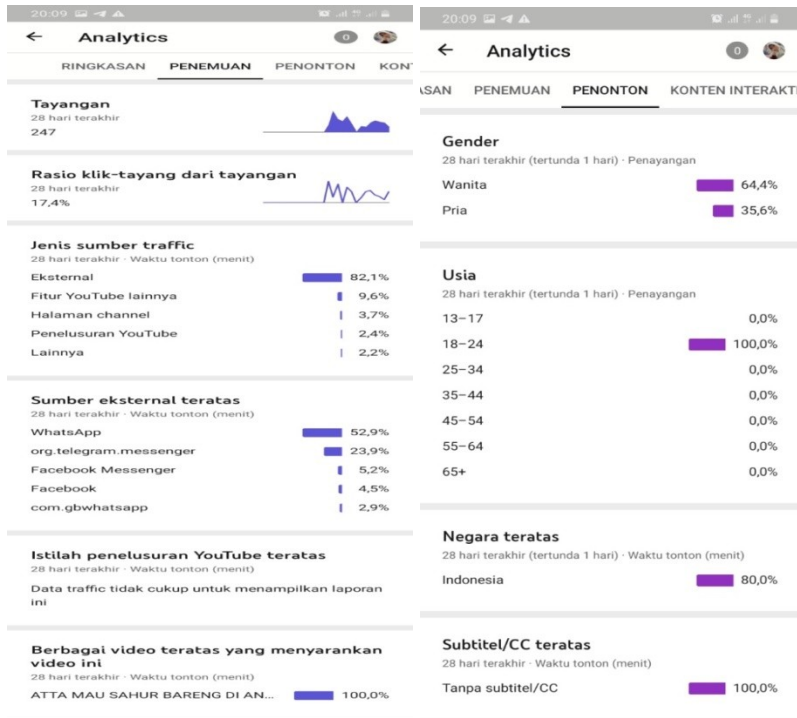
Penyebaran link video penyuluhan online melalui grup WA



Dasbor analytics menggunakan Youtube Studio



Ringkasan analytics dalam Youtube Studio



Analytics video berdasarkan penemuan dalam Youtube Studio

Analytics video berdasarkan penonton dalam Youtube Studio

Lampiran

LEMBAR REVIEWER
LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT TEMATIK (PKM)
COVID-19
BERBASIS PRODUK KARYA
UNIVERSITAS NURUL JADID
TAHUN 2020

Judul PKM : Pengenalan aneka buah dan sayur yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh serta kadar dan cara mengkonsumsinya

Lokasi : desa Karanganyar kecamatan Tegalampel kabupaten Bondowoso

Nama Mahasiswa : Fitria Cinta

Prodi : Pedidikan Bahasa Arab

DPL / Reviewer : Muallim Wijaya, M.Pd.I

NO	URAIAN	ACUAN REVIEWER	CATATAN REVIEWER
1	Masalah yang ditangani	Judul	Judul sudah cukup jelas dan spesifik
		Latar belakang	Coba analisis apa permasalahan anda (bentuk pertanyaan)? Sehingga anda

			betul2 paham ke masalah anda. Perkuat secara teori dan fakta baik dari berbagai perapektif (agama, ekonomi, sosial dan kesehatan) secara singkat. Masalah betul2 dimunculkan.
		Program yang akan dilaksanakan	Apakah program yang dilaksanakan sudah sesuai dengan permasalahan, timeline dll.
		Tujuan program	Apakah sudah sesuai tujuan dan masalah?
2	Metode Pelaksanaan	Tahapan-tahapan kegiatan	Perjelas tahap?siklus dan diskusikan secara jelas
		Timeline kegiatan	Dari kapan ke kapan pengabdian anda ? implementasinya sesuai dengan timeline
		Manfaat program	Bagaimana caranya manfaat program betul2 terasa oleh masyarakat
		Kelayakan mitra	Bina komunikasi yang baik dengan mitra dan pihak2 yang dilibatkan dalam pengabdian anda
3	Hasil dan Pembahasan	Kesesuaian proses kegiatan dengan metode pelaksanaan	Perhatikan metode apa saja yang digunakan untuk menggali data, misal observasi kapan saja dilakukan/tanggal? Wawancara (kisi2 wawancaranya dilampirkan)? Atau dikomentasi?
		Keseuaian faktor pendukung dan penghambat dalam dalam pencapaian target kegiatan	Munculkan faktor pendukung dan penghambat? Dan apa solusi untuk penghambat permasalahan?
		Rencana tahapan selanjutnya: kelayakan kegiatan untuk ditindaklanjuti dan rekomendasi luaran	Perhatikan kemanfaatan program bagi masyarakat dan keberlanjutannya untuk jangka panjang
4	Penutup	Kesesuain kesimpulan dengan permasalahan	Sesuaikan temuan/hasil penelitian dengan masalah di latar belakang?

		Relevansi daftar pustaka	Daftar pustaka ditambah lagi min 5 baik dari jurnal, buku dll
--	--	--------------------------	---

Paiton 30 Mei 2020
DPL (Reviewer)

(Muallim Wijaya, M.Pd. I)