

Pemberian Informasi Obat Multivitamin Pada Kegiatan Vaksinasi COVID-19 di Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang

Ikha Rahardiantini^{*1}, Lili Sartika²

^{1,2}Program Studi Diploma Keperawatan, Stikes Hang Tuah Tanjungpinang, Indonesia

*e-mail: ikhaafriidho@gmail.com¹, lilisartika.again@gmail.com²

Abstrak

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit akibat infeksi virus saluran pernapasan menular yang disebabkan oleh virus baru bernama Severe Acute Respiratory Syndrome-Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Gejala COVID-19 antara lain demam, batuk, kelelahan, sesak napas dan hilangnya indera penciuman serta diare. Fungsi sistem imun merupakan bagian penting dan perlu dijaga agar daya tahan tubuh tetap kuat dan optimal. Sistem imun yang kuat sangat penting bagi pertahanan tubuh dalam mencegah berbagai penyakit menular, terutama di masa pandemi COVID-19. Infeksi Coronavirus (2019-nCoV) belum memiliki obat antivirus target yang efektif. Pengobatan suportif masih menjadi pengobatan utama saat ini untuk pasien COVID-19. Salah satunya pemberian multivitamin yang mengandung vitamin C, D, dan Seng oral maupun intravena dapat mengurangi peningkatan risiko komplikasi, mengurangi tingkat keparahan, mengatasi gejala, dan meningkatkan imunitas tubuh. Metode pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk mengatasi masalah masyarakat menghadapi pandemi virus Covid-19 adalah melalui sosialisasi tentang penerapan protokol kesehatan dan pembagian vitamin C, D, dan Seng bagi para peserta vaksin di Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang untuk meningkatkan imunitas tubuh sehingga dapat meminimalisir penularan virus COVID-19 serta memutus mata rantai penularannya. Masyarakat sangat antusias dan menyambut baik kegiatan tersebut dan mengharapkan untuk bisa dilakukan kegiatan serupa secara berkelanjutan mengingat masa pandemi belum bisa dipastikan kapan berakhir.

Kata kunci: COVID-19, Imunitas, Multivitamin, Pencegahan penularan.

Abstract

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) is a disease caused by an infectious respiratory viral infection caused by a new virus called Severe Acute Respiratory Syndrome-Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Symptoms of COVID-19 include fever, cough, fatigue, shortness of breath and loss of sense of smell and diarrhea. The function of the immune system is an important part and needs to be maintained so that the immune system remains strong and optimal. A strong immune system is very important for the body's defense in preventing various infectious diseases, especially during the COVID-19 pandemic. Coronavirus infection (2019-nCoV) does not yet have an effective target antiviral drug. Supportive treatment is still the mainstay of current treatment for COVID-19 patients. One of them is giving a multivitamin containing vitamins C, D, and zinc orally or intravenously can reduce the increased risk of complications, reduce severity, manage symptoms, and increase body immunity. This community service method is carried out to overcome community problems facing the Covid-19 virus pandemic, namely through socialization about the application of health protocols and the distribution of vitamins C, D, and zinc for vaccine participants at the Tanjungpinang Ministry of Health Poltekkes to increase body immunity so as to minimize the transmission of the COVID-19 virus. 19 and break the chain of transmission. The community is very enthusiastic and welcomes the activity and hopes that similar activities can be carried out on an ongoing basis considering that the pandemic period cannot be ascertained when it will end.

Keywords: COVID-19, Immunity, Multivitamins, Prevention of transmission.

1. PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)* sebagai penyakit pandemi yang berarti virus mematikan tersebut menyebar tidak terkontrol di sebagian besar negara di dunia. Gejala COVID-19 antara lain demam, batuk, kelelahan, dan sesak napas sehingga menyebabkan gangguan pernapasan. Virus ini dapat menyebar dengan menghirup droplet di udara. Virus ini juga dapat menyebar dengan menyentuh orang yang terinfeksi. Adanya COVID-19 mempengaruhi kehidupan sosial individu karena banyak sekolah, perguruan tinggi, universitas, restoran, kafe, dan sebagainya telah ditutup [1].

Pasien yang teridentifikasi COVID-19 memiliki gejala pada saluran pernapasan, seperti demam $>38^{\circ}\text{C}$, batuk, pilek, sakit tenggorokan dan disertai dengan riwayat bepergian ke daerah dengan transmisi lokal atau riwayat kontak dengan kasus suspek atau kasus konfirmasi COVID-19 [2] Pasien COVID-19 dengan infeksi ringan umumnya hanya disarankan isolasi di rumah dan menggunakan obat yang dijual bebas untuk meredakan gejala [3] Pada pasien dengan infeksi berat, disarankan untuk dirawat inap dan terkadang diperlukan tindakan intubasi dan ventilasi mekanik apabila terjadi gagal napas atau *acute respiratory distress syndrome*.

Pada dasarnya, tubuh manusia memiliki sistem imun untuk melawan virus dan bakteri penyebab penyakit. Namun, ada hal-hal yang dapat melemahkan sistem imun atau daya tahan tubuh seseorang, antara lain penuaan, kurang gizi, penyakit, bahkan obat-obatan tertentu. Oleh karena itu, fungsi sistem imun perlu senantiasa dijaga agar daya tahan tubuh kuat. Sistem imun yang kuat sangat penting bagi tubuh mencegah berbagai penyakit, terutama di masa pandemi COVID-19 [4] Mengonsumsi makanan kaya vitamin dan mineral dapat membantu kita untuk tetap sehat melawan virus dan bakteri pembawa penyakit. Sayangnya, sebagian orang masih belum mengonsumsi buah-buahan dan sayuran secara maksimal untuk menjaga diri tetap sehat. Makanan sehat menyediakan banyak zat termasuk vitamin dan mineral untuk membuat kita sehat dan terhindar dari berbagai penyakit. Sistem kekebalan tubuh yang sehat bergantung pada diet sehat yang seimbang [5].

Untuk mencegah infeksi virus Corona, juga dapat mengonsumsi suplemen yang dapat memperkuat daya tahan tubuh. Kandungan vitamin dan mineral dalam suplemen, seperti vitamin C (sodium ascorbate), vitamin B3 (nicotinamide), vitamin B5 (dexpantenol), vitamin B6 (pyridoxine hcl), vitamin E (alpha tocopheryl), zinc picolinate, dan sodium selenite, dapat meningkatkan kinerja sistem imun dalam melawan infeksi yang disebabkan oleh virus maupun bakteri, termasuk infeksi virus Corona. Di sisi lain, vitamin B3, B5, dan B6 dapat memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak akibat sakit. Selain memperkuat daya tahan tubuh dengan beragam cara di atas, juga perlu menerapkan pola hidup sehat lainnya, seperti berhenti merokok, mengurangi minum minuman beralkohol, tidak melakukan hubungan seks yang berisiko, serta minum air putih yang cukup [5].

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara sosialisasi penggunaan obat multivitamin di saat pandemi COVID-19 bersamaan dengan kegiatan vaksinasi kepada masyarakat di Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang dilakukan melalui beberapa tahap yaitu:

a. Tahap I (Observasi Lapangan)

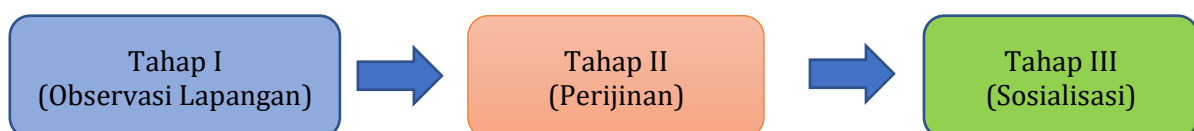
Tim pengabdian masyarakat melaksanakan observasi lapangan yaitu di Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang sebagai tempat pelaksanaan kegiatan.

b. Tahap II (Perijinan)

Tim pengabdian masyarakat meminta ijin pelaksanaan kegiatan sosialisasi penggunaan obat multivitamin di saat pandemi COVID-19 bersamaan dengan kegiatan vaksinasi di Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang.

c. Tahap III (Sosialisasi)

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 22 Juli 2021 pada pukul 08.00 WIB. Tim pengabdian masyarakat memberikan sosialisasi mengenai penggunaan obat multivitamin secara tatap muka kepada peserta vaksin namun tetap menggunakan protokol Kesehatan. Selanjutnya dilakukan tanya jawab oleh peserta vaksin seputar penggunaan obat multivitamin di saat pandemi.



Gambar 1. Alur Kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Severe acute respiratory syndrome coronavirus-2 (SARS-COV-2) atau COVID-19 secara cepat menjadi sebuah pandemi global dan telah menginfeksi jutaan orang di seluruh dunia. SARS-CoV-2 adalah infeksi virus baru yang pertama kali dilaporkan di Kota Wuhan, Tiongkok Tengah dan telah menyebar ke dua kota domestik serta ke beberapa Negara [6]. Pada tanggal 11 Februari 2020, World Health Organization memberi nama virus baru tersebut yaitu COVID-19 dan mengumumkan bahwa COVID-19 merupakan penyakit infeksi pandemik yang sudah melanda seluruh dunia.

Beberapa upaya pencegahan dan kontrol infeksi perlu diterapkan yaitu penggunaan *hand hygiene*, penggunaan alat pelindung diri untuk mencegah kontak langsung dengan pasien (darah, cairan tubuh, sekret termasuk sekret pernapasan, dan kulit yang luka), manajemen limbah medis, pembersihan dan desinfektan peralatan serta pembersihan lingkungan.

Saat ini terdapat pengobatan simptomatik yang dipakai untuk COVID-19 diantaranya human immunoglobulin, interferon, chloroquine, hydroxychloroquine, osetalmivir, remdesivir, arbidol, lopinavir-ritonavir, methylprednisolone, dan pemberian multivitamin. Multivitamin memang tidak dapat dijadikan terapi dalam mengatasi infeksi virus ini, tetapi asupan multivitamin dapat membantu memperkuat sistem imun agar tidak mudah terinfeksi virus.

Kandungan dalam multivitamin adalah kombinasi beberapa vitamin diantaranya vitamin B kompleks, vitamin C, vitamin D, vitamin E dan Zink. Fungsi dan kegunaan dari kombinasi vitamin tersebut adalah vitamin B kompleks membantu mengontrol dan menjaga kadar homosistein dalam darah. Vitamin C memiliki aktivitas antioksidan dan dapat mengurangi stress oksidatif dan peradangan oksidatif. Selain itu vitamin C mempunyai efek meningkatkan sintesis vasopressor, fungsi sel kekebalan tubuh dan fungsi endovaskular serta memberikan modifikasi imunologis epigenetik. Vitamin D bekerja untuk mencegah terjadinya badai sitokin maupun badai bradykinin dan mempercepat pemulihan serta meningkatkan produksi cathelicidin, komponen mikrobisidal dari sistem kekebalan tubuh. Vitamin E yang berfungsi sebagai antioksidan juga mampu memelihara sistem kekebalan tubuh dan melindungi dari radikal bebas. Zink berfungsi untuk membantu sistem kekebalan tubuh melawan bakteri dan virus yang menyebabkan penyakit. Tubuh juga membutuhkan zinc untuk membuat protein dan DNA, materi genetik di semua sel, serta penting untuk menjaga fungsi indera perasa dan penciuman. Selain itu zinc memiliki aktivitas antivirus dengan cara menghambat polymerase virus RNA sehingga menghambat replikasi secara *in vitro*.

Namun, perlu diperhatikan kembali untuk dosis dan efek samping yang dapat ditimbulkan untuk penggunaan multivitamin dalam jangka panjang. Memenuhi kebutuhan nutrisi lewat pola makan sehat dan bergizi seimbang serta penerapan protokol kesehatan 3 M yaitu memakai masker, mencuci tangan dan selalu menjaga jarak adalah yang paling ideal dan harus diutamakan.

Dari hasil kegiatan Pengabdian Masyarakat yaitu dengan memberikan informasi penggunaan obat multivitamin diharapkan masyarakat menambah pengetahuannya dan dapat menerapkannya dengan baik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini disejalankan dengan kegiatan vaksinasi yang dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang.

Berikut foto yang berhasil didokumentasikan pada saat kegiatan berlangsung:



Gambar 2. Pengecekan identitas dan screening pada peserta vaksinasi



Gambar 3. Pengukuran tekanan darah dan suhu pada peserta vaksinasi



Gambar 4. Pemberian sosialisasi penggunaan multivitamin pada peserta vaksinasi



Gambar 5. Pemberian brosur dan multivitamin



Gambar 6. Kegiatan pengabdian masyarakat oleh Tim Dosen Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

4. KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai penggunaan multivitamin di saat pandemi COVID-19 di Poltekes Kemenkes Tanjungpinang: (a) Kesadaran masyarakat untuk melaksanakan vaksin masih sangat kurang, hal ini terlihat masih adanya masyarakat melaksanakan vaksin dikarenakan syarat kebutuhan untuk melakukan perjalanan diharuskan telah divaksin. (b) Pentingnya pemahaman penggunaan multivitamin yang benar terutama di saat pandemi COVID-19 ini. Sebagai tindak lanjut kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan kepada tenaga kesehatan pemerintahan setempat untuk lebih aktif lagi dalam melakukan kegiatan sosialisasi dan dukungan terhadap masyarakat untuk mengutamakan vaksin dan penggunaan multivitamin di saat pandemi COVID-19 serta selalu menerapkan protokol Kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada institusi yang telah memberi dukungan dana terhadap kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] M. Chen, X. Zhou, J. Dong, J. Qu, F. Y. Gong, and Han, "Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study," *The Lancet*, vol. 395, no. 10223, pp. 507-513, 2020.
- [2] W. B. Grant, H. Lahore, S. L. McDonnell, "Evidence that vitamin D supplementation could reduce risk of influenza and COVID-19 infections and deaths," *Nutrients*, vol. 12, no. 4, p. 988, 2020.
- [3] M. G. Kashiouris, M. L'heureux, C. A. Cable, B. J. Fisher, S. W. Leichtle, A. A. Fowler, "The emerging role of vitamin C as a treatment for sepsis," *Nutrients*, vol. 12, no. 2, pp. 1-16, 2020.
- [4] K. K. Adams, W. L. Baker, D. M. Sobieraj, "Myth busters: dietary supplements and COVID-19," *Ann Pharmacother*, vol. 54, no. 8, pp. 820-6, 2020.
- [5] G. B. Laporte, T. Nakanishi, V. Mooser, *et al.*, "Vitamin D and Covid-19 Susceptibility and Severity: a Mendelian Randomization Study," *medRxiv*, 2020. doi: 10.1101/2020.09.08.20190975
- [6] V. C. C. Cheng, S. C. Wong S-C, K. Y. Yuen, "Estimating coronavirus disease 2019 infection risk in health care workers," *JAMA Netw Open*, vol. 3, no. 5, 2020. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2020.9687