BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Corona virus (*COVID-19*) adalah suatu kelompok virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Sebagian besar orang yang terinfeksi virus *COVID-19* akan mengalami penyakit pernapasan ringan hingga sedang dan sembuh tanpa memerlukan perawatan khusus. Tanda dan gejala umum infeksi *COVID-19* antara lain gejala gangguan pernapasan akut, seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari (Kementrian Kesehatan, 2020).

COVID-19 saat ini menjadi permasalahan dunia yang serius dengan jumlah kasusnya yang selalu mengalami peningkatan setiap harinya. Indonesia termasuk dalam daftar negara yang telah memiliki kasus *COVID-19* sejak 2 Maret 2020 (Siagan, 2020). Berdasarkan laporan dari World O Meters (2021), total kasus *COVID-19* di 215 negara per Sabtu, 13 Maret 2021 mencapai sebanyak 119.728.651 orang. Jumlah kasus *COVID-19* di Indonesia per Sabtu, 13 Maret 2021, berdasarkan laporan dari Satgas Penanganan *COVID-19* (2021), menunjukkan bahwa kasus yang terkonfirmasi *COVID-19* sebanyak 1.414.741 orang, suspek yang masih dipantau sebanyak 61.103 orang. Menurut kelompok umur, jumlah kasus positif *COVID-19* tertinggi pada rentang umur 31-45 tahun sebesar 29,6%. Sementara itu, jumlah kasus kematian *COVID-19* tertinggi pada rentang umur lebih dari 60 tahun sebesar 48,9%.

Jumlah kasus positif *COVID-19* di Jawa Barat per Sabtu, 13 Maret 2021 berada diperingkat kedua tertinggi, yaitu sebanyak 228.277 orang (Covid19.go.id, 2021). Berdasarkan data dari Satgas COVID-19 Karawang, jumlah positif kasus *COVID-19* di Kabupaten Karawang sebanyak 15.264 orang. Sementara itu menurut wilayah kecamatan, kasus *COVID-19* di wilayah Kecamatan Klari sebanyak 593 orang per Sabtu, 13 Maret 2021. Kelompok usia tertinggi positif *COVID-19*, yaitu pada usia 20-29 tahun sebanyak 4.390 orang. Kasus kontak erat yang dikarantina mandiri di Kecamatan Klari tertinggi dari kecamatan lain, yaitu sebanyak 965 orang per 10 Maret 2021.

Upaya pencegahan *COVID-19* adalah dengan meningkatkan imunitas. Imunitas tubuh yang kuat menjadi salah satu benteng menghadapi virus *COVID-19* (Furkan, et. al, 2021). Tingginya sistem imunitas pada tubuh pada seseorang, risiko untuk terpapar virus *COVID-19* akan semakin rendah. Jika sistem imun melemah, kemampuan untuk melindungi tubuh juga berkurang sehingga akan mudah terpapar virus *COVID-19* dan berkembang dalam tubuh (Khasbudiarti, et. al, 2020).

Konsumsi makanan dengan gizi seimbang dan aman dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan menurunkan risiko penyakit kronis dan penyakit infeksi. Terutama pada masa pandemi *COVID-19*, pemenuhan kebutuhan pangan dan menjaga pola makan dengan gizi seimbang menjadi hal yang sangat penting (Kementrian Kesehatan, 2020). Telah terbukti bahwa meningkatnya sistem imunitas oleh zat gizi esensial, seperti zat gizi makronutrien (protein dan

lemak) dan mikronutrien (vitamin dan mineral) yang berperan dalam melawan virus (Ahsan, et. al, 2020).

Masa remaja termasuk masa fundamental di mana terjadi pertumbuhan dan perkembangan pesat yang penting bagi kehidupan di usia selanjutnya. Pada masa remaja terjadi pacu tumbuh organ fisik dan reproduksi (Fikawati et. al, 2020). Proses pertumbuhan dan perkembangan yang baik sangat memerlukan kontribusi zat gizi seimbang, terutama di masa pandemi dalam meningkatkan imunitas. Menurut Depkes RI (dalam Sanusi, et. al, 2020), klasifikasi umur remaja awal pada 12-16 tahun. Kebutuhan tertinggi protein pada remaja putri terjadi pada usia 11-14 tahun dan remaja putra pada usia 15-18 tahun (Mayasari, et. al, 2021. Berdasarkan penelitian Citrakesumasari (2019), siswa SMA Negeri 15 Makassar memiliki masalah, yaitu pola makan yang masih jauh dari Pedoman Gizi Seimbang. Penyebaran virus *COVID-19* semakin muncul di kalangan usia remaja yang umumnya adalah orang tanpa gejala (OTG). Remaja yang terinfeksi tidak bergejala atau hanya gejala ringan. Tentu, kondisi itu membuat mereka tanpa sadar menularkan virus pada orang lain dan dapat meningkatkan risiko penyebaran kepada orang yang paling rentan, orang tua, dan orang sakit dalam perawatan jangka panjang (Indriani, 2020).

Pengetahuan gizi dapat memengaruhi asupan seseorang melalui pemilihan makanan bergizi yang dikonsumsinya agar dapat mencapai status gizi yang baik. Seseorang yang semakin tinggi pengetahuan gizinya, diharapkan akan semakin memperhatikan konsumsi makanannya dari segi kualitas dan jenis (Sediaoetoma dalam Selaindoong, et. al, 2020).

Berdasarkan penelitian Mulyani, et al. (2020), mengenai gambaran pengetahuan subjek sebelum dilakukannya kegiatan edukasi bahwa sebagian besar subjek masih belum memahami informasi yang disampaikan terkait gizi dan imunitas. Berdasarkan studi pendahuluan bahwa 2 dari 3 siswa kelas X SMAN 1 Klari memiliki pengetahuan yang masih kurang tentang gizi seimbang peningkat imunitas dan dari 11 siswa hanya 3 siswa yang pernah mendapat materi gizi seimbang.

Peningkatan pengetahuan mengenai gizi diperlukannya edukasi disertai media. Pemilihan media yang tepat akan membantu keberhasilan proses edukasi, sebaliknya penggunaan media yang tidak tepat akan menyulitkan komunikan. Jenis-jenis media yang dapat digunakan, antara lain media cetak, media elektronik, dan media papan. Adapun media cetak, seperti *booklet*, *leaflet*, buku *pop-up*, *flyer*, *flip chart*, dan poster. Media elektronik, seperti televisi, radio, dan video *compact*, serta media papan (*billboard*), (Notoatmodjo dalam Laksminingsih, 2016).

Media *booklet* merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan yang berbentuk buku kecil berisi tulisan atau gambar maupun keduanya. Banyak keunggulan dari media tersebut, yaitu seseorang dapat menyesuaikan diri belajar mandiri, pengguna dapat melihat isinya pada saat santai, informasi dapat dibagi dengan keluarga dan teman, mengurangi kebutuhan mencatat, serta dapat dibuat secara sederhana dengan biaya relatif murah, awet, daya tampung lebih luas, dan dapat diarahkan pada segmen tertentu (Laksminingsih, 2016). Menurut Mardikanto (dalam Damanik, 2019),

bahwa *booklet* adalah media cetak atau cetakan yang berisi gambar atau tulisan (lebih dominan) yang bentuknya buku kecil setebal 10-25 halaman, dan paling banyak 50 halaman.

Pendidikan kesehatan dengan media *booklet* lebih efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan dibandingkan dengan menggunakan media *leaflet* (Artini dalam Ndapaole, 2020). Materi yang tertulis dalam *booklet* akan lebih lengkap sehingga sasaran edukasi akan lebih memahami isi yang ada dalam *booklet* (Farudin dalam Simanjuntak, 2019). Namun, terdapat kelemahan pada media *booklet*, yaitu diperlukan keterampilan dan kemauan untuk membacanya, terlebih pada masyarakat yang memiliki kebiasaan membaca rendah (Nola, 2020). Ketersediaan media edukasi pada kalangan remaja masih terbatas, membuat peneliti tertarik untuk memodifikasi media *booklet* menjadi *spiral notebook* dengan tambahan lembar catatan dan spiral agar lebih mudah dibuka ke halaman berikutnya, serta kondisi fisiknya lebih tahan lama. Media ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang sehingga dapat memelihara maupun meningkatkan imunitas guna menekan angka kasus *COVID-19* di Kecamatan Klari, Kabupaten Karawang.

Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan "Pengembangan Media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021."

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana Pengembangan Media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021 Tahun 2021?
2. Bagaimana Kelayakan Media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021 Tahun 2021?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah menghasilkan media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Mengembangan media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021.

b. Untuk mengetahui kelayakan media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yang baik yang bersifat teoritis dan praktis:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah alternatif Media Promosi Kesehatan NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* pada Siswa Kelas X SMAN 1 Klari Tahun 2021.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Siswa

1. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai Media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* Tahun 2021.
2. Menambah variasi media edukasi dengan media NUTSPINBOOK *(Nutrition Spiral Notebook)* sebagai Edukasi Gizi Seimbang Peningkat Imunitas Upaya Pencegahan *COVID-19* Tahun 2021.

b. Manfaat bagi Institusi

Hasil penelitian ini untuk menambah sumber informasi dan daftar keilmuan atau kepustakaan dan sebagai media pembelajaran bagi penelitian sejenis.

c. Manfaat bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk pembelajaran dan dikembangkan sebagai bahan penelitian selanjutnya di bidang promosi kesehatan.