

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Corona Virus Disease 2019 atau COVID-19 merupakan penyakit infeksi baru yang memiliki kemampuan penularan yang tinggi, sehingga transmisi penyakit berlangsung dengan cepat. Pada bulan Maret tahun 2020, World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa COVID-19 sebagai pandemi. Awal kemunculan COVID-19 diduga merupakan penyakit pneumonia dengan gejala serupa sakit flu pada umumnya. Namun berbeda dengan pneumonia, virus corona dapat berkembang dengan cepat dan mengakibatkan infeksi lebih parah yang menyebabkan gagal organ dan kematian (1). Sampai dengan tanggal 2 November 2020, dilaporkan total kasus konfirmasi sebanyak 45,942,902 kasus dengan jumlah kematian sebanyak 1.192.644 (CFR 2,6%) dari 217 negara terjangkit. Di Indonesia sendiri, sampai dengan tanggal yang sama yaitu 2 November 2020, dilaporkan total kasus terkonfirmasi sebanyak 412.784 kasus dengan jumlah kematian sebanyak 13.943 (CFR 3,4%), sedangkan di Provinsi Jawa Barat dilaporkan total kasus konfirmasi sebanyak 36.924 kasus dengan jumlah kematian 732 (CFR 1,9%) (2). Menanggapi situasi penyebaran COVID-19 yang sangat cepat, pemerintah Indonesia telah menyatakan status Tanggap Darurat pada tanggal 31 Maret 2020 melalui Kepres No. 11 tahun 2020 (3).

Pandemi COVID-19 menyebabkan banyak perubahan dalam kehidupan sehari – hari. Salah satunya adalah perubahan pola makan individu. Perubahan pola makan tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu adanya pembatasan aktivitas di luar rumah yang diterapkan selama pandemi COVID-19, kesulitan akses untuk mendapatkan makanan, terjadinya penurunan ketersediaan bahan

makanan di pasaran dan terbatasnya waktu operasional tempat – tempat menjual bahan makanan (4) (5). Kondisi tersebut apabila tidak diantisipasi maka akan menimbulkan dampak negatif diantaranya naiknya harga bahan pangan, meningkatnya angka kemiskinan sehingga akan menyebabkan kerawanan pangan dan gizi (6). Kerawanan pangan yang tidak ditangani dengan segera akan memberikan dampak diantaranya penurunan tingkat kesehatan, kelaparan, gizi buruk sampai kematian (7).

Perubahan pola makan selama pandemi COVID-19 dapat mengarah pada kondisi yang lebih baik maupun sebaliknya. Salah satu dampak perubahan pola makan kearah yang lebih baik yaitu berkembangnya pola makan sehat yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Hal tersebut berhubungan dengan tingginya konsumsi makanan bergizi yang dapat memenuhi kebutuhan gizi seseorang, sehingga tubuh menjadi lebih siap untuk menghadapi penyakit. Contoh pola makanan yang baik sesuai gizi seimbang untuk meningkatkan kekebalan tubuh dimasa pandemi COVID-19 diantaranya dengan memperbanyak konsumsi buah dan sayuran yang banyak mengandung vitamin A, C, E, B6, zink, asam folat, zat besi dan selenium (8).

Vitamin A, C dan E merupakan sumber antioksidan yang dapat memperkuat daya tahan tubuh. Antioksidan berfungsi sebagai pertahan preventif tubuh melawan zat oksidan dan merupakan sistem pertahan untuk melawan radikal bebas sehingga mengkonsumsi makanan yang mengandung antioksidan dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan menghambat timbulnya penyakit (9). Vitamin B6, zat besi (Fe) dan zink penting untuk mempertahankan kekebalan tubuh dan dapat mempercepat proses penyembuhan. Asam folat berfungsi membantu pembentukan sel darah merah dan mempertahankan kesehatan sistem pencernaan, sedangkan selenium merupakan antioksidan yang akan bekerja sama dengan vitamin E untuk mencegah kerusakan membran sel, sehingga jika tubuh kekurangan selenium maka dapat berakibat pada meningkatkan resiko penyakit kardiovaskuler (10).

Beberapa penelitian yang menunjukkan adanya perubahan dalam pola makan masyarakat, baik yang berubah ke arah lebih baik atau sebaliknya selama pandemi ini, diantaranya yaitu terdapat peningkatan jumlah responden yang mengonsumsi makanan sehat selama pandemi COVID-19 dari 22,3% menjadi 29,5% ($p < 0,001$) di Saudi Arabia. Sebanyak 85,6% responden diketahui memakan makanan yang dibuat di rumah setiap hari dibandingkan dengan sebelumnya yaitu sebesar 35,6% ($p < 0,001$). Konsumsi buah dan sayuran juga meningkat masing – masing sebesar 33,2% dan 39,5%. Penelitian yang dilakukan di Zimbabwe juga menunjukkan terdapat pertambahan konsumsi sayuran berdaun hijau sebesar 33,7%. Penelitian lain di Italia juga menyatakan selama pandemi COVID-19 terjadi peningkatan konsumsi makanan rumahan selama *lockdown* dan sebanyak 37,4% responden lebih banyak makan makanan sehat (5). Sebanyak 21,2% responden mengalami peningkatan konsumsi buah – buahan dan sayuran, sedangkan konsumsi makanan cepat saji mengalami penurunan hampir 50% pada penelitian lain di Italia (11). Penelitian yang dilakukan di Chile juga menunjukkan sebanyak 69,1% responden memakan sayuran 1 – 2 porsi perhari dan 53,3% mengonsumsi buah–buahan 1 – 3 porsi perhari (12).

Selain terjadi perubahan pola makan menjadi lebih baik, terjadi pula perubahan pola makan kearah yang sebaliknya selama pandemi COVID-19, seperti meningkatnya konsumsi makanan tinggi lemak, tinggi natrium dan tinggi karbohidrat dan gula (8). Pada penelitian yang sama di Italia menunjukkan sebanyak 49,6% responden mengalami peningkatan frekuensi menyantap makanan tinggi gula seperti coklat, es krim dan makanan manis lainnya dan sebanyak 23,5% mengalami peningkatan frekuensi konsumsi camilan tinggi garam (11). Sebanyak 59,9% responden di Chile selama pandemi ini mengalami peningkatan konsumsi makanan yang digoreng 1 -2 kali setiap minggu (12). Penelitian lain di Spanyol menunjukkan sebanyak 73% responden tetap mengonsumsi makanan yang digoreng sekitar 1 -3 kali sehari selama pandemi COVID-19 (13). Penelitian di Saudi Arabia juga menunjukkan sebanyak 21% responden

mengalami peningkatan frekuensi konsumsi makanan tinggi karbohidrat dan sebanyak 13% responden mengalami peningkatan frekuensi konsumsi makanan tinggi lemak (5). Perubahan pola makan yang mengarah pada konsumsi makanan yang kurang baik ini dapat meningkatkan resiko terkena penyakit tidak menular (8). Hal tersebut perlu menjadi perhatian mengingat beberapa studi menyatakan bahwa penyakit tidak menular seperti penyakit metabolik dan kardiovaskular merupakan faktor risiko komplikasi yang dapat memperparah penyakit COVID-19 (14).

Pola makan seseorang juga dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka kualitas sumber daya manusia akan semakin baik, karena orang yang berpendidikan tinggi lebih mudah menerima dan memahami informasi (15) sehingga orang yang berpendidikan tinggi lebih mampu menentukan sikap yang tepat dalam pemilihan makanan dibandingkan dengan seseorang dengan tingkat pendidikannya rendah (16). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep mengkonsumsi makanan yang sehat dapat menjadi keliru bagi beberapa individu tergantung pada latar belakang pendidikan individu itu sendiri. Sebanyak 48,4% ($p < 0,001$) responden di Saudi Arabia yang memiliki latar belakang dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung untuk mengkonsumsi makanan sehat selama pandemi COVID-19 (5). Penelitian lain di Nusa Tenggara Timur menyatakan bahwa responden dengan latar belakang pendidikan tinggi cenderung untuk mengkonsumsi makanan sehat selama pandemi COVID-19 (57% responden). Orang-orang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah dalam mengimplementasikan pengetahuan-dan perilakunya khususnya dalam hal kesehatan dan gizi. Dengan demikian, tingkat pendidikan erat kaitannya dengan sikap dan tindakan dalam menangani masalah kesehatan (17).

Akan tetapi, seseorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal saja, akan tetapi dapat diperoleh juga melalui pendidikan non-formal, sehingga walaupun seseorang tidak memiliki pendidikan yang tinggi, namun dapat secara cepat dan tanggap

dalam mengakses informasi, maka pengetahuan seseorang tersebut akan meningkat. Salah satu contohnya yaitu pengetahuan akan gizi juga dapat diperoleh melalui pendidikan non-formal. Pengetahuan gizi tersebut disinyalir dapat mempengaruhi konsumsi seseorang, cara pemilihan bahan makanannya (16). Seseorang yang tidak mempunyai cukup pengetahuan gizi, cenderung akan memilih makanan yang paling menarik menurut panca indra dan tidak memilih makanan berdasarkan nilai gizinya. Sebaliknya, orang-orang dengan banyak pengetahuan gizinya, maka pengetahuannya tersebut akan digunakan untuk memilih ataupun menentukan makanan yang akan dikonsumsi (18).

Jumlah penduduk Indonesia yang berada pada usia produktif pada tahun 2045 yaitu sebesar 70%, sedangkan sisanya 30% merupakan penduduk usia tidak produktif. Untuk mewujudkan tujuan Generasi Emas 2045, usia dewasa muda menjadi fokus intervensi di berbagai bidang, salah satunya dibidang kesehatan. Hal tersebut bertujuan agar dimasa mendatang kelompok usia ini dapat menjadi SDM yang berkualitas, sehingga mampu membawa Indonesia menjadi negara maju yang dapat bersaing dengan negara lainnya (19).

Pada usia dewasa muda, kegiatan fisik relatif tinggi dan terjadi perubahan metabolisme sesuai pertambahan umur. Pada usia ini, rentan terjadi asupan makanan berlebih, perubahan gaya hidup, kurangnya waktu untuk berolahraga, dan tingkat stress yang tinggi akibat tekanan pekerjaan yang mengakibatkan pola makan berubah. Selain itu, pada usia ini pertumbuhan juga telah berhenti, sehingga zat gizi yang adalah yang sesuai untuk menjaga agar tubuh terhindar dari berbagai penyakit degeneratif yang lebih cepat datang dan berdampak pada penurunan produktivitas kerja (20). Usia dewasa muda ini merupakan salah satu kelompok usia yang berkontribusi besar pada persentase jumlah kasus COVID-19 terkonfirmasi, yakni sebesar 24,29% (2). Di masa pandemi COVID-19 kelompok usia dewasa muda ini masih harus beraktivitas dan bekerja di luar rumah, sehingga kelompok usia ini memerlukan asupan makan yang baik sebagai bentuk pencegahan tertular virus COVID-19.

Sampai tanggal 2 November 2020, Provinsi Jawa Barat menduduki peringkat ketiga tertinggi daerah dengan jumlah kasus terkonfirmasi COVID-19. Kota Bandung sendiri menduduki peringkat ke lima dengan jumlah kasus terkonfirmasi COVID-19 tertinggi di Jawa Barat (2). Meski pun menduduki peringkat ke lima, kota Bandung menduduki peringkat pertama yang memiliki tingkat kematian tertinggi di Jawa Barat dengan CFR 3,64%, sehingga menjadikan kota Bandung sebagai zona merah (21).

Kelurahan Cigending merupakan salah satu dari lima Kelurahan di Kecamatan Ujungberung Kota Bandung. Dengan luas wilayah 0,932 km², Kelurahan Cigending berada di ± 700 meter dpl (di atas permukaan laut). Jumlah Rukun Warga (RW) di Kelurahan ini sebanyak 11 dan Rukun Tetangga (RT) 66 (22). Jumlah penduduk Kelurahan Cigending yaitu sebanyak 16.522 orang dengan jumlah penduduk usia produktif sebanyak 7554 orang (23). Dari 30 total kecamatan di Kota Bandung, Kecamatan Ujungberung menduduki peringkat delapan kasus terkonfirmasi COVID-19 tertinggi di kota Bandung dengan total 28 kasus aktif dalam perawatan dari 69 kasus terkonfirmasi (21).

Penelitian terkait perubahan pola makan akibat pandemi COVID-19 ini belum banyak dilakukan di Indonesia, mengingat cukup besar dampaknya pada status kesehatan masyarakat dan menjaga pola makan baik merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah tertularnya virus COVID-19. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat pendidikan, pengetahuan gizi dan pola makan selama masa pandemi COVID-19.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tingkat pendidikan, pengetahuan gizi dan pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pendidikan, pengetahuan gizi dan pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19.

Tujuan Khusus

- a. Mengetahui hubungan tingkat pendidikan dan pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19.
- b. Mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19.

1.4. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini terbatas hanya untuk mengetahui hubungan tingkat pendidikan, pengetahuan gizi dan pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19 dan hubungannya dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi.

1.5.2. Bagi Sampel

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pola makan selama pandemi COVID-19 dan hubungannya dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi sehingga sampel dapat lebih bijak dalam memilih makanan.

1.5.3. Bagi Jurusan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan kepastakaan dan informasi mengenai pola makan pada usia produktif di masa pandemi COVID-19 dan hubungannya dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi.

