

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pandemi *Coronavirus Disease* (COVID-19) merupakan pandemi akibat infeksi virus saluran pernapasan bernama *severe acute respiratory syndrome coronavirus-2* (SARS-CoV-2) yang berlangsung pada tahun 2019 hingga 2022. Pandemi ini mengakibatkan banyak perubahan pada kehidupan sehari-hari. Apabila manusia terinfeksi mengakibatkan dampak jangka panjang termasuk kelelahan, sesak nafas, batuk, nyeri sendi, dan nyeri dada,¹ Penyakit ini menjadi sangat mematikan apabila terjadi komplikasi pneumonia dan *acute respiratory distress syndrome*.² Oleh karena itu, menjaga pola makan yang sehat selama pandemi COVID-19 sangat penting untuk menaikkan sistem kekebalan tubuh yang baik. Makan makanan bergizi sering dianggap penting oleh masyarakat,³ namun penerapan pola makan seimbang pada masyarakat Indonesia belum optimal karena berbagai masalah yang berhubungan dengan pola makan, pola hidup bersih dan sehat, serta penyakit akibat gizi atau pola makan.⁴

Berdasarkan data dari *Gavi*, terdapat 237 negara yang melaporkan kasus COVID-19, dengan total kasus secara global yaitu 262.866.050 dan total kasus kematian sebanyak 5.224.519. Indonesia dilaporkan sebanyak 4.256.998 total kasus COVID-19, dengan total kasus kematian sebanyak 143.850. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada 6 Desember 2021, data terkonfirmasi kasus COVID-19 Nasional yakni sebanyak 4.257.815 kasus positif, yang terdiri dari 5.642 kasus aktif, 4.108.297 laporan sembuh, dan 143. 876 kasus meninggal dunia. Berdasarkan data Pemantauan COVID-19 DKI Jakarta, kasus terkonfirmasi COVID-19 Jakarta sebesar 864.192 kasus positif, yang terdiri dari 850.281 kasus sembuh dan 13.581 kasus meninggal dunia.

Beberapa vaksin untuk mencegah penyakit ini telah dibuat dalam upaya penanggulangan pandemi COVID-19.⁵ Walaupun demikian, masyarakat yang telah melakukan vaksinasi tetap harus melakukan protokol kesehatan. Tindakan

pengecehan yang mungkin dilakukan termasuk mencuci tangan, menutup mulut saat batuk, dan menjaga jarak dari orang lain. Sementara itu, kebijakan kesehatan yang diterapkan membatasi kegiatan warga, karantina masyarakat, dan menutup beberapa fasilitas umum, termasuk kantor dan sekolah.⁶ Selain itu, pemerintah menghimbau kepada masyarakat untuk memperbanyak makan makanan bergizi untuk menaikkan imun. Mengonsumsi makanan bergizi didefinisikan sebagai mengonsumsi makanan yang aman, bergizi, beragam dan seimbang.⁷

Beberapa penelitian memperlihatkan bahwa penyebab kurangnya kepedulian terhadap konsumsi makanan bergizi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan individu, sikap dan perilaku. Penelitian Farha dkk (2021) menyatakan bahwa Sebagian besar mahasiswa semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi baik dalam menerapkan anjuran umum diet seimbang sebesar 84,7%, sedangkan kategori baik yaitu sebesar 9,3% dan responden yang masih kurang sebesar 6%.⁸ Alisha dkk (2021) juga menyatakan bahwa Di masa pandemi COVID-19, beberapa mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran (FK Unsri dan FK Muhammadiyah) di Palembang masih melakukan aktivitas fisik dan pola makan yang berkurang yang tidak memenuhi anjuran pedoman pola makan seimbang.⁹ Asupan makanan yang tidak mencukupi menyebabkan seseorang kurang dalam memenuhi kebutuhan tubuhnya. Kekurangan gizi dikaitkan dengan risiko terjadinya penyakit kronik pada usia dewasa, yaitu stroke, obesitas, penyakit jantung, atau penyakit tidak menular (PTM) lainnya.¹⁰ Berdasarkan penelitian diatas secara tidak langsung menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku akan mempengaruhi tingkah laku makan makanan bergizi.

Upaya promotif di bidang gizi terus berkembang pada tahun 1990-an untuk peningkatan pengetahuan dan perilaku gizi melalui pendidikan dan penyuluhan gizi seimbang. Pesan-pesan penyuluhan selain mengenai pencegahan dan cara menanggulangi masalah gizi kurang dan gizi buruk, juga mulai menekankan pada pentingnya pola makan seimbang untuk mencegah timbulnya penyakit degeneratif mengingat transisi gizi yang mulai terjadi.¹¹

Pandemi COVID-19 merupakan salah satu isu kesehatan yang penting untuk diperhatikan. Berbagai cara dapat dilakukan, salah satu caranya dengan meningkatkan imunitas tubuh melalui konsumsi makanan bergizi. Tingkat pengetahuan gizi seseorang mempengaruhi sikap dan perilaku pada penentuan makanan yang akan mempengaruhi status gizinya. Dengan demikian, jika tingkat pengetahuan seseorang semakin tinggi, maka akan semakin baik status gizi (Khomsan et al 2007). Maka penting memulai *lifestyle* sehat sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis menaruh perhatian ingin melakukan penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Gizi Seimbang pada Mahasiswa FK UKI Angkatan 2020 di Masa Pandemi COVID-19.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis menetapkan rumusan masalah penelitian sebagai berikut: “Bagaimana Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Gizi Seimbang pada Mahasiswa FK UKI Angkatan 2020 di Masa Pandemi COVID-19?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan tindakan gizi seimbang pada mahasiswa FK UKI angkatan 2020 di masa pandemi COVID-19

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengetahuan mahasiswa FK UKI angkatan 2020 tentang gizi seimbang.
2. Mengetahui sikap mahasiswa FK UKI angkatan 2020 terhadap gizi seimbang pada masa pandemi COVID-19.

3. Mengetahui tindakan mahasiswa FK UKI angkatan 2020 terhadap gizi seimbang pada masa pandemi COVID-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini dapat membagikan pemahaman terhadap pentingnya gizi seimbang.
2. Bagi institusi, hasil penelitian ini dapat memberi saran bagi pihak fakultas dan universitas agar menciptakan mahasiswa yang hidup sehat dengan menerapkan gizi seimbang.
3. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menjadi upaya untuk menambah penguasaan keilmuan, terutama dalam bidang gizi.

