

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Virus corona yang dikenal sebagai Covid-19 pertama kali muncul dan menyebar ke manusia berasal dari kota Wuhan, China pada akhir Desember 2019 dan merebak di berbagai negara sehingga WHO mendeklarasikannya sebagai pandemi global (The New York Times). Hingga saat ini sebanyak 204 juta kasus konfirmasi di seluruh dunia dan 4,31 juta orang meninggal dunia (WHO, 2021) . Serangan virus ini telah menyebar dengan cepat hampir ke seluruh dunia termasuk Indonesia. Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan melaporkan Covid-19 muncul di Indonesia pada hari Senin tanggal 02 Maret 2020. Pemerintah memberikan perhatian serius dan khusus terhadap penyakit ini dikarenakan orang yang terkonfirmasi Covid-19 berpotensi besar mengalami perburukan klinis sehingga meningkatkan risiko kematian (Kemenkes RI, 2020) .

Coronavirus disease-19 atau Covid-19 disebabkan oleh sindrom pernapasan akut Coronavirus 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 atau SARS-CoV-2). Penyakit ini termasuk kedalam penyakit yang mudah menular melalui droplet orang yang batuk, udara dan juga permukaan yang telah terkontaminasi virus Covid-19. Virus ini merupakan keluarga besar Coronavirus yang juga dapat menyerang hewan. Ketika virus tersebut menyerang manusia, Coronavirus biasanya menyebabkan penyakit Infeksi saluran pernafasan, seperti flu, MERS (Middle East Respiratory

Syndrome), dan SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome). Melihat situasi dan kondisi pandemi yang berkembang di Indonesia maka melalui keputusan Presiden No. 12 tahun 2020 pemerintah Indonesia menetapkan pandemi Covid-19 sebagai Bencana Nasional. Sejak resmi dikonfirmasi oleh pemerintah sampai tanggal 10 Juni 2020, Covid-19 di Indonesia telah menginfeksi 34.316 orang dengan jumlah 12.129 kasus sembuh dan 1.959 kasus meninggal (WHO, 2020) .

Sampai saat ini kasus Covid-19 terbanyak di Amerika Serikat dengan jumlah kasus 36,1 juta kasus, kemudian India menjadi urutan kedua kasus terbanyak Covid-19 yakni 32 juta kasus. Sedangkan kasus terkonfirmasi positif Covid-19 di wilayah Asia tenggara tertinggi diduduki Indonesia. Penyakit ini telah menginfeksi sekitar lebih dari 3,1 juta penduduk Indonesia dengan kematian mencapai lebih dari 110 ribu kasus (WHO, 2021) . Data terbaru kasus yang terkonfirmasi positif Covid-19 yang dilaporkan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tanggal 9 Agustus 2021 terkonfirmasi secara kumulatif sebanyak 419.356 kasus. Jumlah tersebut terbilang tinggi dan menduduki peringkat kedua di Indonesia setelah Jakarta (Dinkes Jateng, 2021) .

Provinsi Jawa Tengah memiliki kasus terkonfirmasi Covid-19 sebanyak 26.415 kasus aktif, 1.428 orang terkonfirmasi positif Covid-19 dan dirawat di RS atau isolasi mandiri. Pada bulan Januari 2021 angka kasus aktif Covid-19 di Kabupaten Semarang mencapai 16,5 %. Jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 diperoleh informasi sebanyak 30.349 kasus,

diantaranya sebanyak 19 kasus suspek Covid-19, 519 orang dirawat di RS atau isolasi mandiri, 13.229 orang dinyatakan sembuh, 253 orang meninggal dan sebanyak 2.284 orang suspek Covid-19. Dilaporkan terdapat lima kecamatan di Kabupaten Semarang yang masuk dalam zona merah penyebaran Covid-19, salah satunya adalah Kecamatan Ungaran Barat (Dinkes Jateng, 2021) .

Kenaikan jumlah cluster positif baru sebagian besar dari kasus rumah tangga. Terdapat 3.257 kasus terkonfirmasi Covid-19. Sebanyak 2 orang suspek, 150 orang kumulatif Covid-19, 121 orang isolasi mandiri, 2965 terkonfirmasi sembuh dan 27 orang meninggal terkonfirmasi Covid-19 (Dinkes Kab.Semarang, 2021) . Sebagian besar orang yang terkonfirmasi Covid-19 adalah mereka yang memiliki imunitas rendah. Faktor penyebab langsung adalah masalah gizi, baik masalah gizi lebih atau masalah gizi kurang adalah ketidakseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan tubuh serta adanya penyakit infeksi. Untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih, perlu dipahami dan dipraktekkan pola hidup sehat melalui pola makan yang seimbang berdasarkan prinsip gizi. Penerapan prinsip gizi seimbang dapat meningkatkan status gizi dan mencapai status gizi yang optimal. Pencegahan masalah gizi tersebut memerlukan sosialisasi pedoman gizi seimbang yang dapat digunakan sebagai pedoman pola makan, olah raga, hidup bersih, dan pemantauan berat badan secara teratur untuk menjaga berat badan normal (Kemenkes, 2014) . Pemerintah melakukan berbagai upaya dalam memerangi Covid-19 salah satunya dengan melakukan vaksinasi.

Namun, selain melalui vaksin perlu berbagai cara pencegahan yang harus dilakukan oleh masyarakat agar tidak terpapar Covid-19. Meningkatkan daya tahan tubuh dan mempertahankan pola makan gizi seimbang yang sehat sangat penting dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Meningkatkan sistem kekebalan tubuh merupakan kekuatan pertahanan tubuh melawan bakteri, virus dan organisme penyebab penyakit yang mungkin kita sentuh, konsumsi dan hirup setiap hari (Kemkes, 2020) . Pentingnya sikap waspada harus ditekankan kepada masyarakat untuk mencegah agar tidak terinfeksi virus ini. Pandemi Covid-19 secara tidak langsung juga berdampak terhadap perekonomian masyarakat terutama masyarakat ekonomi menengah ke bawah. Banyaknya masyarakat yang terkena Pemutusan Hubungan Kerja atau PHK mempengaruhi keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan termasuk konsumsi makanan dengan gizi seimbang yang dapat meningkatkan imunitas tubuh (Kemkes, 2020) .

Upaya pemerintah Indonesia dalam menangani wabah Covid-19 salah satunya dengan mengeluarkan “Peraturan Pemerintah Republik Indonesia” Nomor 21 Tahun 2020, yang mengatur tentang pembatasan sosial skala besar (PSBB) dalam rangka percepatan pengolahan penyakit coronavirus pada tahun 2019. Ditambah Pembatasan sosial lainnya seperti karantina, WFH, isolasi, lockdown, dan PPKM termasuk liburan sekolah dan kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, dan pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum. Hal tersebut mempengaruhi keadaan ekonomi masyarakat khususnya di Kecamatan Ungaran Barat, sehingga berdampak pada

kemampuan masyarakat dalam memenuhi kebutuhan pangan sehari-hari. Kunci keberhasilan dalam mengatasi Covid-19 adalah tingkatan daya tahan tubuh terhadap infeksi dengan mengonsumsi nutrisi yang cukup. Untuk pencegahan dan pengendalian potensi penularan Covid-19 salah satunya adalah dengan menerapkan perilaku gizi seimbang selama masa pandemi Covid-19. Penerapan Gizi seimbang (PGS) sangat penting untuk sistem kekebalan tubuh dan menyiapkan pola hidup sehat (Kemkes, 2020)

Kekurangan dan kelebihan gizi berdampak buruk terhadap kesehatan dan kualitas hidup manusia. Kekurangan gizi berhubungan erat dengan lambatnya pertumbuhan tubuh (terutama pada anak), daya tahan tubuh yang rendah sehingga mudah sakit, kurangnya tingkat inteligensi dan produktivitas yang rendah (Waode, 2014) . Maka dari itu, perlu meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi dengan asupan zat gizi yang cukup dan beragam, yaitu zat gizi makro dan mikro berperan dalam meningkatkan imunitas (Gombart, Pierre, & Maggini, 2020) . Menjaga asupan energi dan protein sesuai kebutuhan tubuh sangat penting untuk menjaga berat badan agar status gizi tetap normal sehingga sistem imun tetap terjaga. Selain energi protein, zat gizi makro juga dibutuhkan untuk meningkatkan kekebalan tubuh melawan inflamasi akibat infeksi (Weylandt et al., 2015) .

Berbagai vitamin dan mineral berfungsi untuk meningkatkan imunitas tubuh. Zat gizi dalam makanan, terutama buah-buahan dan sayuran berwarna-warni, umumnya meningkatkan respons imun yang sehat. Diet dan nutrisi selalu mempengaruhi kompetensi sistem kekebalan tubuh dan menentukan

risiko dan tingkat keparahan infeksi. Ada hubungan dua arah antara diet, nutrisi, infeksi dan imunitas (Calder et al., 2020) . Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Waode (2014) bahwa masyarakat dapat terbebas dari Covid-19 dengan meningkatkan imun tubuh. Pendapat itu sejalan dengan penelitian Gasmi (2020) ketika status gizi ditingkatkan, baik melalui modifikasi diet atau suplementasi gizi, sangat penting untuk menentukan perjalanan klinis Covid-19, terutama pada individu yang kekurangan nutrisi. Sikap tersebut dapat terwujud ketika masyarakat mematuhi protokol kesehatan yang dicanangkan oleh pemerintah (Gasmi, 2020) .

Pandemi Covid-19 yang mendorong penerapan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di sejumlah daerah di Indonesia berdampak kemerosotan ekonomi di semua lini warga. Banyak perusahaan tidak sanggup meneruskan produktivitas usaha sehingga harus melakukan Pemutusan Hubungan Kerja (PHK). Banyak dari masyarakat di wilayah Kecamatan Ungaran Barat yang mengalami penurunan pendapatan sehingga secara signifikan mempengaruhi asupan nutrisi dan mengubah status gizi selama masa pandemi (Gasmi, 2020) .

Adanya aturan pemerintah mengakibatkan perubahan pada gaya hidup seperti kurangnya aktifitas fisik, dan perubahan kebiasaan nutrisi yang dapat memicu terjadinya stres dan kecemasan sehingga menyebabkan penambahan berat badan dan pengurangan asupan antioksidan yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kesehatan dan juga status gizi seseorang. Status gizi seseorang

mempengaruhi risiko infeksi dan perjalanan klinis Covid-19. Dengan peran status gizi pada imun seseorang, evaluasi nutrisi individu penting untuk mempersiapkan seseorang pada masa pandemi Covid-19 (Kemkes, 2020). Pengetahuan merupakan faktor yang penting terbentuknya perilaku seseorang karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih kekal daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoadmodjo, 2014) . Dari hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan 22 Responden didapatkan tingkat Pengetahuan Covid-19 di Kecamatan Ungaran Barat sebesar 12 responden (54,54%) memiliki pengetahuan kurang dan gizi kurang sebesar 10 Responden (45,45%). Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Covid-19 Dengan Perilaku Gizi Seimbang Pada Masyarakat Umum Di Kecamatan Ungaran Barat”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, didapatkan rumusan masalah penelitian, Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku gizi seimbang tentang Covid-19 pada masyarakat umum di Kecamatan Ungaran Barat sehingga masyarakat dapat menambah tingkat pengetahuan tentang Covid-19 dan perilaku gizi seimbang secara luas serta meningkatkan mutu kehidupan lebih baik.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang Covid-19 dengan perilaku gizi seimbang pada masyarakat umum di Kecamatan Ungaran Barat.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang Covid-19 pada masyarakat umum di Kecamatan Ungaran Barat.
- b. Mengetahui perilaku gizi seimbang pada masyarakat umum di Kecamatan Ungaran Barat.
- c. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang Covid-19 dengan perilaku gizi seimbang pada masyarakat umum di Kecamatan Ungaran Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dan sumbangan ilmiah bagi penelitian selanjutnya. Di samping itu, penulis juga berharap agar hasil dari penelitian ini mampu mendorong berkembangnya penelitian-penelitian selanjutnya dan memberikan kontribusi kepada dunia kesehatan khususnya di bidang Kesehatan Masyarakat.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan kedepannya dalam pengembangan kemampuan dan menjadi suatu rujukan dalam menangani Covid-19 terutama yang berhubungan dengan perilaku gizi seimbang.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini sebagai informasi kepada masyarakat luas agar lebih memperhatikan kesehatan khususnya dalam upaya penerapan gizi seimbang dan mengendalikan Covid-19.