

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wabah virus corona mengejutkan dunia pada akhir tahun 2019. Kasus pertama ditemukan di Kota Wuhan, Tiongkok pada akhir Desember 2019. Pada mulanya virus tersebut berasal dari pasar hewan dan ikan yang berada Kota Wuhan setelah didapati tiga orang tewas akibat menderita pneumonia. WHO menyatakan bahwa virus tersebut adalah Novel coronavirus (2019-nCov) yang merupakan virus baru penyebab penyakit pernafasan. Novel coronavirus merupakan satu famili dengan virus SARS dan MERS.

Semenjak kemunculannya di kota Wuhan, virus corona telah menjadi pandemi global karena hampir seluruh negara di dunia terpapar virus tersebut. Kemungkinan besar penyebarannya diakibatkan kontak langsung dengan orang yang telah terinfeksi virus tersebut. Virus yang menyebabkan COVID-19 terutama ditransmisikan melalui droplet (percikan air liur) yang dihasilkan saat orang yang terinfeksi batuk, bersin, atau mengembuskan nafas. Droplet ini terlalu berat dan tidak bisa bertahan di udara, sehingga dengan cepat jatuh dan menempel pada lantai atau permukaan lainnya.

Indonesia pertama kali mengkonfirmasi kasus corona virus pada tanggal 2 Mei 2020, setelah terdapat 2 orang WNI tertular dari seorang berwarganegara Jepang yang positif terkena corona. Pada tanggal 9 April, pandemi sudah menyebar ke 34 provinsi dengan DKI Jakarta, Jawa Barat dan Jawa Tengah sebagai provinsi paling terpapar virus corona di Indonesia. Hingga bulan Januari 2021, Indonesia sudah mengkonfirmasi 989 ribu kasus positif dengan total kasus sembuh 799 ribu dan jumlah kasus meninggal 27.835 orang. Sedangkan secara global sudah 223 negara mengkonfirmasi kasus positif COVID-19 dengan total kasus 99,2 juta jiwa (Wikipedia,2021).

Dampak dari pandemi COVID-19 dirasakan diseluruh negara. Akibat dari *lookdown* atau Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), banyak sektor yang terhambat akibat adanya kebijakan tersebut. Akibat pandemi ini mengharuskan adanya adaptasi kebiasaan baru guna memutus rantai persebaran corona virus

seperti menjaga jarak minimal 1 meter, memakai masker, sering mencuci tangan dan menjaga imunitas tubuh agar tidak mudah terpapar COVID-19. Sesuai dengan himabuan Kementrian Kesehatan (2021) cara pencegahan penularan COVID-19 di masyarakat dengan lebih sering mencuci tangan, konsumsi gizi seimbang, melakukan aktivitas fisik dan olahraga, tutup mulut saat bersih dan batuk, istirahat cukup, tidak merokok, tetap dirumah, menjaga jarak aman, melakukan penyemprotan disinfektan secara rutin, dan pengendalian penyakit penyerta seperti diabetes Meletus, hipertensi, kanker.

Pada kebanyakan orang gejala penyakit COVID-19 ditandai dengan gejala seperti batuk, nyeri tenggorokan dan demam. Pada kasus terbaru terdapat gelaja baru seperti nyeri sendi dan hilangnya indera perasa. Dampak terberat dari infeksi kasus tersebut dapat menyebabkan gangguan akut pada fungsi paru-paru, seperti pneumonia. Oleh karena itu upaya preventif sangat perlu dilakukan dengan mengikuti protokol Kesehatan yang telah ditetapkan seperti menjaga jarak aman, memakai masker, sering mencuci tangan, menerapkan PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) dan menjaga inumitas tubuh agar tidak mudah terpapar virus corona. WHO telah merekomendasikan menu gizi seimbang ditengah pandemi COVID-19. Artinya, disetiap menu makanan harus mencakup nutrisi lengkap, baik itu makronutrien seperti karbohidrat, protein, lemak, serta mikronutrien dari vitamin dan mineral. Namun, untuk membuat fondasi daya tahan tubuh yang kuat (building block), kita harus fokus pada asupan protein (WHO, 2020).

Menja pola makan sangat penting di masa pandemi COVID-19. Walaupun tidak ada makanan/ suplemen makanan yang dapat mencegah penularan COVID-19, namun dengan mengubah pola makana dengan mengkonsumsi makanan bergizi seimbang yang sehat dan penerapan PHBS sangaat penting dalam meningkatkan imunitas tubuh sehingga tidak mudah terpapar COVID-19. 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. Namun pada kelompok tertentu seperti lansia memiliki tingkat resiko lebih tinggi karena tingkat imunitas seseorang sangat berpengaruh dalam melawan virus.

Kelompok orang dengan penyakit bawaan juga rentan terinfeksi karena memiliki imunitas yang rendah. Dari latar belakang tersebut peneliti ingin mengetahui upaya yang telah dilakukan oleh masyarakat dalam mencegah penularan penyakit COVID-19.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Pencegahan Penyakit COVID-19 di Masyarakat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui bagaimana gambaran pencegahan penyakit COVID-19 di masyarakat.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, riwayat penyakit, status gizi dalam pencegahan penyakit COVID-19 di masyarakat
- b. Mengidentifikasi kebiasaan mencuci tangan responden sebelum dan sesudah terjadi pandemi COVID-19
- c. Mengidentifikasi penambahan berat badan responden selama pandemi COVID-19
- d. Mengidentifikasi kebiasaan makan responden sebelum dan sesudah terjadi pandemi COVID-19
- e. Mengidentifikasi jumlah konsumsi sayur dalam sehari responden sebelum dan sesudah terjadi pandemi COVID-19
- f. Mengidentifikasi jumlah konsumsi buah dalam sehari responden sebelum dan sesudah terjadi pandemi COVID-19
- g. Mengidentifikasi kebiasaan olahraga responden selama pandemi COVID-19
- h. Mengidentifikasi lama jam tidur dalam sehari responden selama pandemi COVID-19
- i. Mengidentifikasi kebiasaan responden mengkonsumsi tanaman toga/empon-empon selama pandemi COVID-19

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk mengembangkan ilmu gizi khususnya kajian tentang gambaran pencegahan penyakit COVID-19 di masyarakat.

2. Manfaat Praktis

a. Masyarakat

Memberikan gambaran kepada masyarakat khususnya ibu-ibu dan mahasiswa mengenai upaya pencegahan penyakit COVID-19

b. Peneliti

Peneliti dapat menambah pengetahuan dan memperoleh pengalaman bagi diri peneliti dalam melakukan penelitian ini

c. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan masukan bagi peneliti selanjutnya berhubungan dengan pencegahan penyakit COVID-19 di masyarakat

d. Instansi terkait

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi instansi yang terkait dalam bidang kesehatan dan sebagai bahan pertimbangan dalam penanganan masalah gizi dan Kesehatan khususnya dalam upaya pencegahan penyakit COVID-19 di masyarakat.