

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wabah pandemi virus Covid-19 telah tersebar hampir seluruh dunia salah satunya yaitu Indonesia. Jumlah kasus semakin bertambah dan angka kematian juga tergolong tinggi. Virus ini menyerang bagian sistem pernapasan manusia dengan gejala seperti batuk, pilek, dan demam sehingga diperlukan adanya jaga jarak, memakai masker, dan selalu mencuci tangan (Kemenkes RI, 2020). Selain mengganggu kesehatan fisik, virus Covid-19 juga mengganggu kesehatan psikologi disegala usia salah satunya remaja.

Remaja sedang dalam masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa dan mereka mulai berpikir kritis, namun masih terjerumus dalam emosi yang kurang stabil. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikis, dan kognitif yang cepat (Fikawati, Syafiq, and Veratamala, 2020). Terkadang, banyak dari remaja yang harus diperhatikan karena usia tersebut masih dalam pertumbuhan dan perkembangan. Faktor gaya hidup dan kebiasaan dari lingkungan akan mempengaruhi asupan gizi remaja sehingga harus diperhatikan karena seusia mereka memerlukan lebih banyak kebutuhan gizi. Oleh karena itu, kebutuhan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan mikronutrien harus lebih diperhatikan dalam makanan.

Pandemi Covid-19 telah merubah kebiasaan sehari-hari salah satunya kebiasaan makan baru seperti kebiasaan makan sehat. Seharusnya, disituasi seperti ini makanan yang mengandung gizi seimbang sangat dibutuhkan untuk menjaga imun tubuh. Beragam cara untuk mendapatkan makanan salah satunya dengan membeli camilan atau makanan jajanan. Sebagian besar waktu yang dihabiskan di dalam rumah tidak terlepas dari ketersediaan makanan. Peningkatan frekuensi makan jajanan dan keanekaragaman makanan meningkat selama pandemi. Biasanya hal ini meningkat karena adanya rasa bosan. Menurut hasil penelitian Boulos, et al (2012) dalam Noviasy (2020), menonton TV telah dikaitkan dengan frekuensi ngemil, terutama camilan padat energi, makanan cepat saji atau minuman soda.

Makanan adalah suatu kebutuhan dasar untuk pertumbuhan dan perkembangan. Sudah banyak remaja yang mengkonsumsi jajanan dan sudah menjadi hal yang umum atau lumrah. Jajanan dikalangan remaja memang selalu mendapatkan perhatian lebih terlebih pada generasi muda. Tidak sedikit makanan jajanan yang mengandung bahan tambah pangan berbahaya karena hal itu akan mudah menarik perhatian kaum remaja. Makanan jajanan merupakan salah satu sumber keracunan karena biasanya makanan ini merupakan hasil produksi industri makanan rumahan yang kurang dapat menjamin kualitas produk olahannya (Adriani dan Wirjatmadi, 2012).

Makanan jajanan adalah makanan yang disiapkan oleh pedagang kaki lima untuk dijual di tempat umum yang ramai dan dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Makanan jajanan tidak jauh dari istilah *junk food*, *fast food*, dan *street food* (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Jenis jajanan ini biasanya tinggi karbohidrat dan rendah protein serta vitamin. Pada dasarnya, kandungan gizi jajanan yang tidak lengkap tidak dapat menggantikan peran sarapan pagi dan makan siang.

Pada usia remaja sudah menjadi hal umum mempunyai kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan. Banyak remaja yang mengonsumsi makanan jajanan dengan dampak adanya diare atau keracunan akibat dari kebersihan atau bahan tambah pangan yang kurang terjamin. Selain itu, dalam jangka panjang makanan jajanan juga dapat menyebabkan obesitas. Berdasarkan data Riskesdas (2018) prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebanyak 13,6% dan 21,8%. Dalam kebiasaan mengonsumsi jajanan didasari pada latar belakang sosial budaya dan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan, sikap, dan kebiasaan. Pengetahuan selalu berkaitan dengan pendidikan, pendidikan yang memadai dapat menimbulkan pengetahuan yang baik pula. Pengetahuan dapat dilihat dari kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Untuk kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan dapat dipengaruhi dari cara pandang remaja terhadap permasalahan gizi.

Selama masa pandemi, mengharuskan semua orang untuk selalu di rumah. Banyaknya waktu yang dihabiskan di rumah, terlepas dari

ketersediaan atau tidak tersedianya makanan, mengakibatkan seseorang menghabiskan lebih banyak waktu untuk mengolah makanan. Selain itu, lebih banyak waktu yang dihabiskan dalam sehari-hari untuk *sedentary lifestyle* dari pada sebelumnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Saragih (2020) menunjukkan bahwa dari 200 responden mengalami perubahan kebiasaan makan sebanyak 62,5% dan mengalami peningkatan keragaman konsumsi pangan sebanyak 59%. Untuk responden yang mengalami peningkatan frekuensi makan sebanyak 54,5% dan jumlah konsumsi makan yang meningkat sebanyak 51%. Kebiasaan makan yang tetap baik dapat menjamin kesehatan serta status gizi yang normal sehingga risiko menderita penyakit sedikit. Status gizi normal telah terbukti berkaitan dengan sistem imun yang berfungsi optimal, terutama selama pandemi ini.

Setiap remaja memiliki pengetahuan dan cara yang berbeda-beda dengan meninggalkan respon yang beragam sesuai dengan kebiasaan apa yang ditimbulkan. Sehubungan dengan hal itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perubahan kebiasaan makan jajanan remaja sebelum dan selama pandemi.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana perubahan remaja terhadap kebiasaan makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui perubahan remaja terhadap kebiasaan makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui kebiasaan remaja terhadap makan jajanan sebelum masa pandemi.

b. Mengetahui kebiasaan remaja terhadap makan jajanan selama masa pandemi.

c. Mengetahui adakah perubahan kebiasaan makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi.

d. Mengetahui keterkaitan pengetahuan dan sikap remaja dengan kebiasaan makan jajanan selama masa pandemi.

D. Ruang Lingkup

Dalam segi keilmuan, penelitian yang dilakukan merupakan penelitian dalam bidang gizi masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi literatur, memberikan tambahan pengetahuan yang berkenaan dengan makanan jajanan.

b. Bagi pembaca, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai makanan jajanan.

2. Manfaat Praktik

Bagi remaja sebagai gambaran yang dapat dijadikan evaluasi dalam kebiasaan makan jajanan di kehidupan sehari-hari selama pandemi.

F. Keaslian Penelitian

1. Reny Noviasy, Rahmi Susant. 2020. “Perubahan Kebiasaan Makan Mahasiswa Peminatan Gizi Selama Masa Pandemi Covid-19”. Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi perubahan pola konsumsi yang terjadi pada mahasiswa gizi dan melihat hubungannya dengan perubahan status gizi. Sampel penelitian merupakan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Mulawarman yang terdaftar pada peminatan gizi angkatan 2016, 2017, 2018. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner yang disebarakan secara *online* melalui aplikasi *google form*. Hasil penelitian didapatkan pada studi ini yaitu perubahan pola konsumsi yang terjadi selama pandemi Covid-19 pada mahasiswa peminatan gizi yang terdiri dari peningkatan terjadi pada porsi makan, frekuensi memasak di rumah, frekuensi cemilan, frekuensi sayur, dan buah.

Perbedaan dengan peneliti saya terletak pada tujuan penelitian, tujuan peneliti saya yaitu mengetahui perubahan remaja terhadap kebiasaan

makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi, sedangkan tujuan peneliti di atas yaitu mengidentifikasi perubahan pola konsumsi yang terjadi pada mahasiswa gizi dan melihat hubungannya dengan perubahan status gizi. Selain itu terdapat perbedaan sasaran, sasaran saya yaitu remaja di Indonesia, sedangkan peneliti di atas yaitu mahasiswa peminatan gizi Universitas Mulawarman. Untuk kesamaan dengan penelitian saya adalah meneliti tentang kebiasaan makan selama pandemi Covid-19 dan menggunakan kuesioner dalam *google form*.

2. Essy Susanti, Imam Qalyubi. 2020. "Analisis Perilaku Konsumsi Pangan Mahasiswa PGSD UMPR Selama Pandemi Covid-19". Tujuan penelitian untuk mengetahui bagaimana perilaku konsumsi pangan mahasiswa PGSD UMPR pada saat pandemi Covid-19. Sampel penelitian merupakan mahasiswa kampus UMPR. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Hasil penelitian didapatkan pada studi ini yaitu mahasiswa lebih memilih untuk memasak atau mengolah makanan sendiri dibandingkan membeli makanan dari luar karena lebih menjaga kesehatan.

Perbedaan dengan peneliti saya terletak pada tujuan penelitian, tujuan peneliti saya yaitu mengetahui perubahan remaja terhadap kebiasaan makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi, sedangkan tujuan peneliti di atas yaitu mengetahui bagaimana perilaku konsumsi pangan mahasiswa PGSD UMPR pada saat pandemi Covid-19. Untuk

kesamaan dengan penelitian saya adalah meneliti tentang kebiasaan konsumsi pangan selama pandemi Covid-19.

3. Fajar Setyawan, dkk. 2019. “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Gizi dengan Perilaku Makan dari Luar Rumah pada Remaja di Kota Surakarta”. Tujuan penelitian ini untuk melihat hubungan antara pengetahuan, sikap, dengan perilaku makan dari luar rumah pada remaja. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Hasil penelitian didapatkan pada studi ini yaitu sebanyak 61% subjek memiliki tingkat pengetahuan gizi sedang dan 13% subjek tergolong memiliki tingkat pengetahuan gizi tinggi.

Perbedaan dengan peneliti saya terletak pada tujuan penelitian, tujuan penelitian saya yaitu mengetahui perubahan remaja terhadap kebiasaan makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi, sedangkan tujuan peneliti di atas yaitu melihat hubungan antara pengetahuan, sikap, dengan kebiasaan makan dari luar rumah pada remaja. Untuk kesamaan dengan penelitian saya adalah meneliti tentang kebiasaan konsumsi pangan remaja, metode penelitian *cross sectional* dan menggunakan kuesioner.