

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah Pustaka**

##### *1. Coronavirus Disease-19*

Kesehatan sangat penting bagi semua orang. Tanpa kesehatan yang baik, akan sulit bagi setiap orang untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Kesehatan merupakan keadaan sempurna baik fisik, mental, maupun sosial dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat (WHO, 2008). Penyakit dapat timbul dari berbagai sumber salah satunya yaitu virus. Penyakit yang ditimbulkan oleh virus pada umumnya mengandalkan imun atau pertahanan tubuh. Kekuatan sistem imun dalam usia terdapat perbedaan dimana pada usia remaja atau dewasa muda memiliki imun yang lebih kuat dibandingkan dengan usia lanjut.

Penyakit yang ditimbulkan oleh virus dan meluas menjadi sebuah pandemi merupakan masalah serius dalam kesehatan masyarakat. Kasus pandemi terbaru yang menginfeksi pernapasan yang disebabkan oleh CoV adalah Covid-19 yang dinyatakan oleh WHO (2020). Covid-19 merupakan virus berbahaya yang telah menjadi masalah pandemi. Penularan virus ini sangat cepat dan telah menyebar secara global. Penyakit Covid-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona yang baru ditemukan, kebanyakan orang yang terinfeksi virus Covid-19 akan mengalami penyakit pernapasan (WHO, 2021). Secara umum, gejala dari Covid-19 akan muncul dalam

2 hingga 14 hari setelah terpapar dengan adanya sesak napas, demam, batuk, dll. Hal tersebut dapat dicegah atau dihambat dengan selalu menggunakan masker, cuci tangan dengan benar, dan sesering mungkin hindari tempat yang ramai serta selalu mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi.

Kejadian ini tentu saja berdampak pada seluruh kalangan masyarakat. Untuk mengurangi penyebaran Covid-19 pemerintah Indonesia mengeluarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 tentang pembatasan sosial berskala besar, sehingga pembatasan sosial di sekolah maupun di tempat kerja dilakukan dari rumah (Peraturan Pemerintah, 2020). Imbas dari kejadian ini menyebabkan menurunnya kualitas kesehatan. Jika terjadi dalam jangka panjang dapat menyebabkan peningkatan risiko penyakit tidak menular karena kebiasaan menonton televisi, bermain perangkat seluler, dan berbaring yang menyebabkan pengeluaran energi yang sedikit. Bahkan, terdapat peningkatan konsumsi makan jajanan atau cemilan yang dapat berisiko menyebabkan penyakit seperti obesitas, kanker, dll. Perubahan kondisi yang disebabkan oleh pandemi Covid-19 dapat mempengaruhi psikososial dan pola konsumsi remaja (Marwoko, 2019).

## 2. Makanan Jajanan

Makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia. Ada beberapa jenis makanan yaitu makanan segar, makanan olahan, makanan instan, dan makanan sehat. Pada masa pandemi, makanan

sehat sangat dibutuhkan saat ini, tetapi tidak menutup kemungkinan masih sering mengkonsumsi makanan instan atau olahan berupa jajanan. Makanan jajanan menurut Food and Agriculture Organization (FAO) yang dikutip oleh Puspitasari (2013) makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak di tempat produksi, di rumah atau di tempat berjualan. Bentuk dan rasanya pun pasti bervariasi dan sangat memikat perhatian kaum remaja. Variasi rasa, jenis, dan terutama warna yang memikat dan menarik minat anak sekolah untuk membeli makanan jajanan (BPOM, 2008 dalam Aisyah, 2015).

Terdapat beberapa kelompok makanan jajanan, yaitu makanan utama (nasi rames, nasi pecel), makanan camilan (keripik, kue kering), dan minuman (es teler, es dawet). Ada banyak jenis jajanan yang sering dikonsumsi seperti siomay, bakso, mie ayam, dll. Tidak hanya makanan, minuman pun yang biasa dikonsumsi yaitu minuman kemasan teh, minuman sari buah, minuman bersoda, minuman campur, dll. Jika dalam pemilihan makanan jajanan kurang baik maka dapat sewaktu-waktu dapat mengancam kesehatan remaja itu sendiri. Makanan jajanan yang dijual bebas belum tentu memenuhi gizi dan higienis atau bebas dari penyakit serta bahan pengawet. Contoh makanan jajanan yang dapat mengancam kesehatan seperti bakso yang mengandung boraks atau minuman warna mencolok yang mengandung pewarna buatan. Selain

itu, 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.

Makanan jajanan sebenarnya tidak melulu tentang kejelekan. Beberapa ada juga makanan jajanan sehat. Perbedaannya tentu makanan jajanan sehat tidak mengandung bahan tambah pangan yang berbahaya sehingga tidak membahayakan kesehatan seseorang. Oleh sebab itu, jajanan yang sehat seharusnya tersedia baik di rumah, maupun di lingkungan sekolah agar akses anak terhadap jajanan sehat tetap terjamin (BPOM, 2010). Jika begitu, remaja akan mendapatkan kebutuhan gizi yang optimal dari karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin.

### 3. Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Faktor pengetahuan akan timbul dari diri sendiri sehingga setiap remaja memiliki pemikiran yang berbeda-beda. Kaitannya dengan kebiasaan makanan jajan, pengetahuan dapat dikatakan kemampuan seseorang dalam memilih makanan jajan yang didapat berdasarkan pengalaman saat di sekolah, keluarga, atau masyarakat. Pengetahuan ini nantinya berkaitan erat dengan perilaku serta kebiasaan yang dihasilkan. Pengetahuan gizi juga sangat berpengaruh terhadap sikap dan kebiasaan dalam memilih makanan, khususnya dalam

memilih makanan yang tepat, bergizi seimbang, dan memberikan dasar bagi perilaku gizi yang baik dan benar yang menyangkut kebiasaan makan seseorang (Notoatmodjo, 2007).

Secara garis besar pengetahuan dibagi menjadi beberapa tingkatan, yaitu mengetahui diartikan sebagai mengingat materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pemahaman didefinisikan sebagai kemampuan untuk menafsirkan dengan benar objek yang diketahui. Aplikasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam kondisi aktual dan evaluasi adalah kemampuan untuk menilai suatu bahan atau objek. Selain itu, banyak faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seperti pendidikan, informasi atau media massa yang didapat, umur, dan ekonomi. Pengetahuan mengenai makanan jajanan adalah kemampuan dalam memilih makanan sumber zat gizi dan memilih makan jajanan yang sehat. Sebenarnya beberapa masalah gizi saat dewasa dapat diperbaiki ketika masih remaja dengan pemberian pengetahuan tentang kebiasaan makan terkhusus tentang makanan jajanan. Maka, diperlukan edukasi dan informasi gizi kepada remaja tentang makanan jajanan bergizi.

Menurut Sukanto (2000) dalam Febriyanto 2016, faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, yaitu:

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan wadah untuk pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku yang lebih baik.

b. Informasi

Seseorang yang memiliki lebih banyak sumber informasi, maka pengetahuan yang akan diperoleh lebih luas.

c. Budaya

Tindakan seseorang untuk memenuhi kebutuhannya yang selalu melibatkan sikap dan kepercayaan.

d. Pengalaman

Suatu hal yang pernah dialami seseorang dan akan memperluas pengetahuan tentang sesuatu.

Menurut Notoatmodjo (2014), secara garis besar pengetahuan dibagi dalam 6 tingkat, yaitu :

- a. Tahu (*know*) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya.
- b. Memahami (*comprehension*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui.
- c. Aplikasi (*application*) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi yang sebenarnya.
- d. Analisis (*analysis*) diartikan suatu komponen untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masalah-masalah di dalam struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

- e. Sintesis (*synthesis*) merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
- f. Evaluasi (*evaluation*) merupakan kemampuan untuk penilaian terhadap suatu materi atau objek.

#### 4. Sikap

Setiap orang memiliki hubungan erat dengan sikap sebagai ciri khas pribadi masing-masing. Sikap merupakan suatu tindakan atau respon berupa penilaian tertutup terhadap objek tertentu. Sikap belum menunjukkan suatu aktivitas, tetapi menunjukkan kecenderungan untuk bertindak yang berupa kesiapan untuk bereaksi terhadap objek. Menurut Saifudin Azwar (2010) sikap diartikan sebagai suatu reaksi atau respon yang muncul dari seorang individu terhadap objek yang kemudian memunculkan perilaku individu terhadap objek tersebut dengan cara-cara tertentu.

Setiap orang memiliki sikap yang berbeda-beda meskipun dengan objek yang sama karena dipengaruhi oleh beberapa keadaan dari individu itu sendiri, pengalaman, informasi, dan kebutuhan masing-masing. Sikap terbentuk melalui proses sosial yang telah terjadi dimana seseorang mendapatkan informasi dan pengalaman yang berlangsung di dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Menurut Azwar (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap, antara lain:

- a. Pengalaman pribadi, sesuatu yang telah terjadi dan pernah kita alami akan membentuk dan mempengaruhi terhadap stimulus sosial.
- b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting, seseorang akan memiliki sikap yang searah dengan sikap orang yang dianggap penting seperti orang tua, teman dekat, pasangan, dll. Hal ini dilakukan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting.
- c. Pengaruh kebudayaan, tempat dimana seseorang hidup dan tumbuh mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap.
- d. Media massa, merupakan pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mempengaruhi opini seseorang sehingga dapat mempengaruhi dalam pembentukan sikap.
- e. Lembaga Pendidikan, Lembaga ini meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam individu sehingga mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap.
- f. Pengaruh faktor emosional, merupakan suatu bentuk sikap yang didasari oleh emosi sebagai pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

Menurut Notoatmodjo 2012, sikap juga dibagi menjadi berbagai tingkatan, antara lain :

- a. Menerima (*receiving*), diartikan bahwa setiap orang mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan.

- b. Merespon (*responding*), diartikan memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan.
- c. Menghargai (*valuating*), diartikan mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah.
- d. Bertanggung jawab (*responsible*), diartikan apa yang telah dipilih dengan segala risiko.

#### 5. Kebiasaan

Kebiasaan merupakan serangkaian perbuatan seseorang secara berulang-ulang untuk hal yang sama dan berlangsung tanpa proses berfikir lagi (Siagian, 2012). Kebiasaan terbentuk dari beberapa tahap yaitu berfikir, perekaman, pengulangan, penyimpanan, pengulangan, dan kebiasaan. Menurut Siagin (2012) menjelaskan bahwa berfikir berarti seseorang memikirkan sesuatu dan berkonsentrasi. Pada tahap perekaman merupakan tahap saat seseorang berfikir tentang suatu hal dan otak merekamnya. Selanjutnya, tahap pengulangan dimana seseorang ingin bertindak untuk mengulang perilaku serupa dengan rasa yang sama. Saat melakukan pengulangan otak akan menyimpan perilaku tersebut dan menghadirkan setiap kali menghadapi kondisi yang sama. Terakhir yaitu tahap pengulangan, dalam tahap ini seseorang akan mengulang kembali perilaku yang tersimpan kuat di dalam alam bawah sadarnya.

Itulah mengapa setiap remaja memiliki kebiasaan yang berbeda-beda dengan meninggalkan respon yang beragam. Kebiasaan

juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan seseorang. Jika memiliki pengetahuan yang memadai maka kebiasaan yang ditunjukkan juga akan baik.

Menurut Albert Bandura dalam Penelitian Nunu Nurfirdaus (2019) kebiasaan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

- a. Lingkungan, lingkungan akan mempengaruhi dalam beraktivitas yang akhirnya akan membentuk suatu kebiasaan.
- b. Pendidikan, pendidikan yang berlangsung formal maupun informal memiliki peran penting dalam mengembangkan psikososial.
- c. Usia, walaupun usia bukan faktor penentu tetapi usia dapat mempengaruhi kebiasaan seseorang.
- d. Jenis kelamin, kesadaran akan jenis kelamin dapat membantu memahami diri dan menumbuhkan motivasi sesuai dengan keadaan dirinya.
- e. Sikap, sikap merupakan perasaan dan juga pikiran seseorang dalam bertindak laku saat sedang menyukai atau tidak menyukai.
- f. Perilaku, kebiasaan merupakan perilaku yang dilakukan secara berulang-ulang dalam cara yang sama dan terus-menerus tanpa sadar.

## 6. Remaja

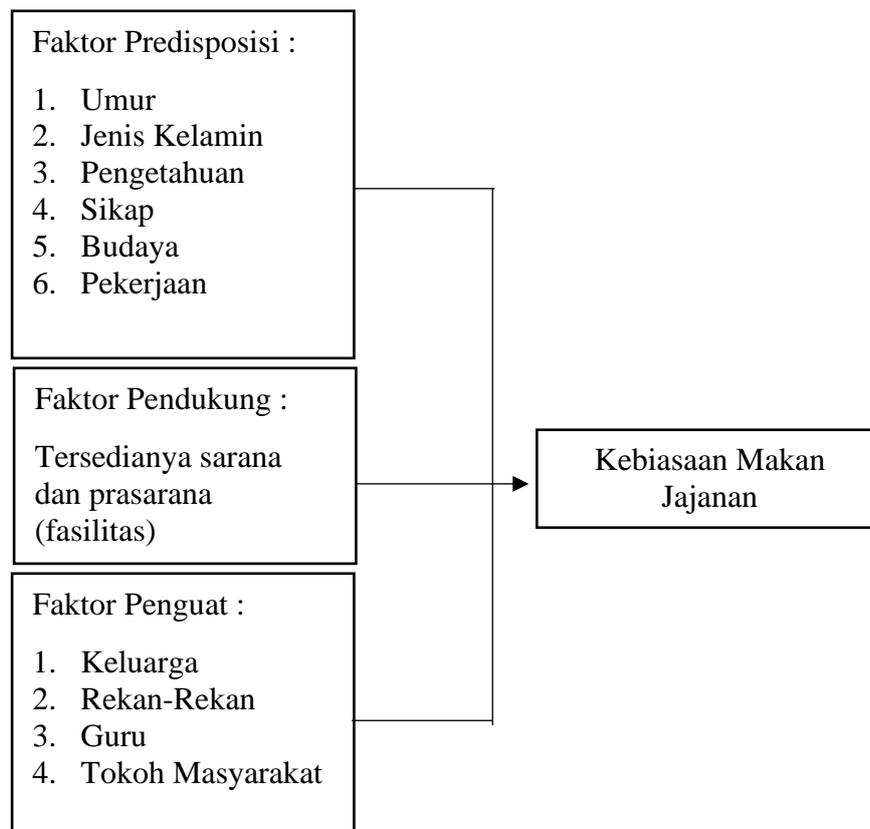
Fase remaja adalah sesuatu hal yang pasti dialami oleh setiap orang. Dalam fase ini akan mengalami banyak perubahan seperti

perubahan fisik, perilaku, hingga emosional. Remaja merupakan masa transisi atau peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Usia remaja dibagi menjadi 3 batasan yaitu remaja awal (*early adolescence*) usia 12 – 14 tahun, remaja tengah (*middle adolescence*) usia 15 – 17 tahun, dan remaja akhir (*late adolescence*) usia 18 – 21 tahun (Hurlock, 2011). Usia remaja tentunya masih membutuhkan lebih banyak pengetahuan dan adaptasi. Masa remaja cenderung mudah dipengaruhi oleh lingkungan dan cenderung memiliki rasa penarasan yang tinggi. Hal tersebut didukung oleh perkembangan teknologi yang semakin pesat diantaranya instagram, twitter, shopeefood, grab, dll yang memudahkan mereka untuk mendapat informasi dan membeli sesuatu tanpa harus berpergian salah satunya makanan. Remaja terkadang kurang selektif dalam memilih makanan, sehingga hanya tertarik oleh karena adanya informasi media masa maupun pola konsumsi budaya barat (Susanti, 2015). Remaja seringkali memiliki kebiasaan makan yang beragam tak terkecuali suka mengkonsumsi jajanan.

Masa remaja sangat membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi karena di masa itu merupakan masa peralihan dengan adanya pertumbuhan dan perkembangan fisik. Perubahan lingkungan dan gaya hidup, akan mempengaruhi asupan maupun kebutuhan gizi. Oleh karena itu, kebutuhan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan mikronutrien harus lebih diperhatikan dalam makanan. Banyak remaja tidak mementingkan antara asupan energi yang dikeluarkan dengan asupan

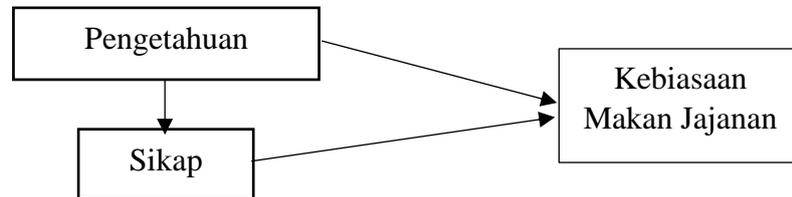
energi yang masuk, hal ini akan mengakibatkan permasalahan gizi seperti penambahan berat badan atau sebaliknya jika energi terlalu banyak keluar akan mengakibatkan kekurangan gizi (Mardalena, 2017).

## B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori  
Sumber: Lawrence Green dalam Notoatmodjo 2014

### C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

### D. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana kebiasaan remaja terhadap makan jajanan sebelum masa pandemi?
2. Bagaimana kebiasaan remaja terhadap makan jajanan selama masa pandemi?
3. Adakah perubahan kebiasaan makan jajanan sebelum dan selama masa pandemi?
4. Bagaimana keterkaitan pengetahuan dan sikap remaja dengan kebiasaan makan jajanan selama masa pandemi?