

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pandemi infeksi virus corona 2019 (COVID-19) adalah masalah yang sedang dihadapi di lebih dari 200 negara di dunia. Indonesia juga terkena dampak buruk dari COVID-19 di mana tingkat kematiannya mencapai 8.9% pada akhir Maret 2020. Menularnya Covid-19 membuat dunia menjadi resah, termasuk di Indonesia. Covid-19 merupakan jenis virus yang baru sehingga banyak pihak yang tidak tahu dan tidak mengerti cara penanggulangan virus tersebut. Seiring mewabahnya virus Corona atau Covid-19 ke ratusan negara, Pemerintah Republik Indonesia menerbitkan protokol kesehatan. Protokol tersebut akan dilaksanakan di seluruh Indonesia oleh pemerintah dengan dipandu secara terpusat oleh Kementerian Kesehatan RI. World Health Organization (WHO, 2020) menjelaskan bahwa Coronaviruses (Cov) adalah virus yang menginfeksi sistem pernapasan. Infeksi virus ini disebut COVID-19.

Virus Corona menyebabkan penyakit flu biasa sampai penyakit yang lebih parah seperti Sindrom Pernafasan Timur Tengah (MERS-CoV) dan Sindrom Pernafasan Akut Parah (SARS-CoV). Virus Corona adalah zoonotic yang artinya ditularkan antara hewan dan manusia. Perkembangan kasus COVID-19 di Wuhan berawal pada tanggal 30 Desember 2019 dimana Wuhan Municipal Health Committee mengeluarkan pernyataan “urgent notice on the treatment of pneumonia of unknown cause”. Menularnya Covid-19 membuat dunia menjadi resah, termasuk di Indonesia. Covid-19 merupakan jenis virus yang baru sehingga banyak pihak yang tidak tahu dan tidak mengerti cara penanggulangan virus tersebut. Seiring mewabahnya virus Corona atau Covid-19 ke ratusan negara, Pemerintah Republik Indonesia menerbitkan protokol kesehatan. Protokol tersebut akan dilaksanakan di seluruh Indonesia oleh pemerintah dengan dipandu secara terpusat oleh Kementerian Kesehatan RI.

Umumnya orang Indonesia menjadikan beras sebagai sumber utama kalori, ini diprediksi pola makan kurang ideal yang akan menimbulkan resiko pada kesehatan dan ketahanan pangan. Pengolahan sereal merupakan salah satu langkah strategis dalam menyediakan bahan pangan pendukung program diversifikasi pangan. Sereal seperti

sorghum, jewawut dan ketan hitam merupakan komoditi potensial, bukan saja sebagai sumber karbohidrat tetapi juga sebagai sumber antioksidan, senyawa bioaktif dan serat yang penting bagi kesehatan. Hal tersebut mengakibatkan kemungkinan besar masyarakat mengkonsumsi sereal tanpa mengetahui kandungan senyawa yang bermanfaat bagi tubuh.

Saat ini penelitian yang menunjukkan peran dan manfaat sereal terhadap pencegahan penyebaran coronavirus masih sangatlah sedikit (Yunus dan Rezki, 2020). Didasarkan dari coronavirus masih merupakan virus baru dan masih banyak peneliti yang mencoba meneliti obat-obatan medis sebagai obat dari coronavirus ini. Dari persoalan tersebut menjadikan peneliti ingin mengetahui hubungan antara pengetahuan masyarakat dengan perilaku dari masyarakat tersebut terhadap kandungan antioksidan yang terdapat pada sereal yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dikala pandemi coronavirus berlangsung. Penelitian tersebut dapat dilakukan dengan survei secara online dengan responden masyarakat yang memiliki usia produktif dan memiliki media sosial serta aktif di dalamnya.

Pengetahuan ini terfokuskan oleh hubungan antara pengetahuan masyarakat yang berusia produktif terhadap pangan fungsional sereal di kala pandemi coronavirus berlangsung. Kandungan sereal nantinya dapat meningkatkan daya tahan tubuh seseorang terlebih dikala pandemi seperti ini sangat membutuhkan bahan pangan fungsional yang membantu menjaga, meningkatkan dan mempertahankan imun seseorang agar tetap sehat.

1.2. Tinjauan Pustaka

1.2.1. Sistem Imunitas Tubuh Manusia

Imunitas tubuh merupakan resistensi tubuh terhadap penyakit terutama penyakit infeksi. Secara umum, imunitas merupakan respon tubuh terhadap bahan asing baik secara molekuler maupun seluler yang mekanismenya terbagi menjadi innate immunity dan adaptive immunity (menurut Prasetyo dalam Mayasari, 2019). Sistem imun ini merupakan sistem imun yang memang sudah ada dalam tubuh.

Kekebalan tubuh bersifat dinamis, dapat naik turun. Usia, nutrisi, vitamin, mineral, hormon, olahraga dan emosi mempengaruhi imunitas tubuh. Kuatnya anti bodi menandakan seseorang tersebut semakin dewasa. Tetapi, dengan bertambahnya usia bisa juga antibodi melemah. Melakukan pola hidup sehat dapat menjaga dan memperbaiki sistem imun tubuh. Hal ini berarti sehat dengan mengkonsumsi makanan bernutrisi dan berolahraga.

1.2.2. Serealia

Serealia merupakan anggota dari suku padi-padian yang disebut sebagai serealia sejati. Anggota yang paling dikenal antara lain adalah padi, jagung, gandum, dan sorgum. Selain itu, ada beberapa serealia di luar keluarga padi-padian yang disebut serealia semu, yaitu buckwheat, seed amaranth, dan kinoa. Walaupun menghasilkan karbohidrat, tanaman seperti sagu, ketela pohon, ubi jalar, atau kentang tidak digolongkan sebagai serealia karena yang dipanen bukan bulir atau bijinya. Pemenuhan kebutuhan serealia dan gizi suatu wilayah ditentukan oleh jumlah dan pertumbuhan penduduk, ketersediaan produksi pangan dari sektor pertanian, perikanan, peternakan serta perkebunan sebagai sumber pangan dan gizi (Afzal et al, 2020). Umumnya orang Indonesia menjadikan beras sebagai sumber utama kalori, ini diprediksi pola makan kurang ideal yang akan menimbulkan resiko pada kesehatan dan ketahanan pangan. Pengolahan serealia merupakan salah satu langkah strategis dalam menyediakan bahan pangan pendukung program diversifikasi pangan. Serealia seperti sorghum, jewawut dan ketan hitam merupakan komoditi potensial, bukan saja sebagai sumber karbohidrat tetapi juga sebagai sumber antioksidan, senyawa bioaktif dan serat yang penting bagi kesehatan. Pengaruh penyosohan pada komoditi serealia sorghum, jewawut dan ketan hitam memperoleh produk yang disukai masyarakat Indonesia. Selain itu diharapkan akan didapatkan data dan informasi ilmiah mengenai khasiat serealia sumber karbohidrat berupa antioksidan dan imunomodulatornya (Mambrasar et al., 2010).

Pangan fungsional adalah bahan pangan yang mengandung komponen bioaktif yang memberikan efek fisiologis multifungsi bagi tubuh, antara lain memperkuat daya tahan tubuh, mengatur ritme kondisi fisik, memperlambat penuaan, dan membantu mencegah penyakit. Komponen bioaktif tersebut adalah senyawa yang mempunyai fungsi

fisiologis tertentu di luar zat gizi dasar. Serat termasuk zat nongizi yang efektif mengurangi penyebaran virus serta menjaga kolesterol dan gula darah agar tetap normal. Substitusi serat banyak digunakan dalam produk sereal yang menjadi menu favorit di Barat. Selain oligosakarida, sereal sering ditambah bahan-bahan kaya serat lainnya. Menurut Werdhasari (2014) peran dari antioksidan diperlukan untuk mencegah terjadinya stres oksidatif, yang berperan penting dalam etiologi terjadinya berbagai penyakit degeneratif. Stres oksidatif berperan penting dalam patofisiologi terjadinya proses menua dan berbagai penyakit degeneratif, seperti kanker, diabetes mellitus dan komplikasinya, serta aterosklerosis yang mendasari penyakit jantung, pembuluh darah dan stroke. sehingga banyaknya mengkonsumsi sereal dapat meminimalisir terjangkitnya penyakit dan juga virus Covid-19.

Pada beberapa jenis sereal terkandung berbagai macam senyawa yang sangat bermanfaat bagi tubuh, senyawa tersebut antara lain serat pangan yang dibutuhkan tubuh, asam lemak esensial, isoflavon, mineral (Ca, Mg, K, Na, P, Ca dan Fe), antosianin, betakaroten (provitamin A), komposisi asam amino esensial, dan lainnya.. Dari senyawa senyawa yang terdapat pada sereal dapat berfungsi sebagai antioksidan, antibakteri, anti inflamasi, meningkatkan daya tahan tubuh dan masih banyak lagi manfaat yang ditimbulkan ketika mengkonsumsi sereal (Suarni dan Yasin, 2011).

1.2.3. Perilaku Konsumsi Sereal masyarakat Indonesia

Pola makan orang Indonesia, khususnya kaum urban dan suburban, cenderung berlebihan lemak, garam, dan karbohidrat, tetapi rendah serat, vitamin dan mineral, seperti pada makanan cepat saji. Makanan tersebut mengandung kolesterol, asam lemak jenuh, garam, bahan tambahan makanan dan kandungan serat rendah yang dipastikan menjadi salah satu kelemahan dari menu makanan cepat saji. Sebagian masyarakat masih rela sistem pencernaannya diisi oleh berbagai jenis makanan yang tak sehat. Sementara itu, makanan tradisional Indonesia justru sering kurang diminati. Zat fitokimia pada tanaman dapat dimasukkan ke dalam produk pangan hewani secara alami, agar pangan menjadi lebih sehat.

Menurut (Suarni dan Yasin, 2011), Keberadaan serat makanan dalam menu sehari-hari terbukti dapat menjaga dan meningkatkan fungsi saluran cerna dan menjaga kesehatan tubuh, terutama untuk menghindari berbagai penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes melitus, dan penyakit kardiovaskuler. Komponen serat pangan yang larut berhubungan dengan daya penurunan kadar kolesterol dan pengontrolan gula darah, sedang komponen yang tidak larut air berperan dalam mempercepat laju pengeluaran kotoran (feses), sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit kanker usus besar. Oleh karena itu masyarakat Indonesia harus lebih paham akan pentingnya pola konsumsi sereal dalam kehidupan sehari-hari guna mencegah tertularnya penyakit yang mengakibatkan bertambahnya angka kematian di Indonesia.

Banyaknya opini mengenai sereal muncul dan mudahnya diterima dikalangan masyarakat karena kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai kandungan dan manfaat yang ditimbulkan dari mengkonsumsi sereal. Selain itu mengkonsumsi sereal akan semakin diminati konsumen, terutama bagi yang mementingkan pangan sehat, dengan harga terjangkau bagi semua kalangan. Tanggapan masyarakat sudah mulai berubah terhadap sereal yang tidak lagi dianggap kurang bergengsi, karena ternyata memiliki gizi yang beragam dan tinggi. Sekarang telah terjadi pergeseran filosofi makan, seiring dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat.

1.2.4. Masyarakat Usia Produktif

Masyarakat memiliki bermacam golongan, penggolongan usia masyarakat dibagi menjadi kedalam 3 jenis golongan, yaitu golongan usia belum produktif, usia produktif dan juga usia non produktif. Usia produktif merupakan golongan masyarakat yang berumur dibawah 15 tahun dimana biasa disebut sebagai masyarakat yang belum mampu untuk menghasilkan barang maupun jasa. Kemudian masyarakat usia produktif yaitu dimana masyarakat yang memiliki umur 15-64 tahun dan sudah dianggap mampu menghasilkan barang maupun jasa atau biasa juga disebut golongan yang sudah bekerja memiliki penghasilan. Yang terakhir merupakan golongan masyarakat non produktif, yaitu dimana masyarakat golongan ini memiliki umur diatas 64 tahun dan sudah tidak mampu lagi menghasilkan barang maupun jasa. (Sukmaningrum dan Imron, 2017).

Golongan usia masyarakat produktif juga dianggap sebagai masyarakat yang ikut ambil andil dalam ketenagakerjaan dan dianggap mampu dalam proses ketenagakerjaan. Yang dimana hal tersebut mendorong opini bahwa masyarakat usia produktif dianggap dapat menopang kehidupan masyarakat usia belum produktif dan juga yang sudah non produktif. Untuk usia produktif itu sendiri bukan hanya masyarakat yang memiliki usia 20 tahun keatas maupun kebawah yang telah menempuh pendidikan saja melainkan juga yang sedang menempuh pendidikan sambil bekerja atau membuka usaha sendiri disebut sebagai usia produktif.

1.2.5. Pengetahuan dan Perilaku

Pengetahuan merupakan dasar kehidupan yang perlu dimiliki setiap orang. Hal tersebut diakibatkan karena pengetahuan merupakan informasi yang dapat digunakan seseorang dalam bidang tertentu. Pengetahuan nantinya juga akan menunjang kehidupan dari orang tersebut. Pengetahuan konsumen nantinya akan mempengaruhi keputusan pembelian dari konsumen tersebut. Pengetahuan mengenai produk serta manfaat dari produk yang nanti akhirnya dapat mempengaruhi keputusan dari konsumen tersebut. Selain itu perilaku seseorang juga dapat menentukan bagaimana diri dari seseorang. Budaya, sosial, individu serta psikologis dapat menjadi faktor yang mempengaruhi seseorang.

1.2.6. Metode Memory Recall

Metode kuantitatif yang digunakan untuk penilaian tingkat konsumsi makanan dapat dilakukan dengan salah satunya yaitu metode food recall. Dimana food recall digunakan untuk mengukur jumlah konsumsi makanan setelah satu hari berakhir. Dengan meningkatkan hari pengukuran, perkiraan kuantitatif terhadap kebiasaan asupan makanan dapat diperoleh (Silvia, Marudut and Jus'at, 2011).

1.3. Tujuan

1. Mendeskripsikan pengetahuan tentang COVID-19 dan sereal
2. Mendeskripsikan pola konsumsi masyarakat terhadap sereal sebelum dan selama COVID-19.

3. Mencari hubungan antara tingkat pengetahuan COVID-19 dan sereal terhadap perilaku konsumsi masyarakat sebelum dan selama COVID-19.
4. Melakukan karakterisasi dari responden untuk melihat golongan mana yang lebih peduli.

