

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada Desember 2019 dunia dikabarkan oleh munculnya wabah yang belum diketahui penyebabnya tetapi memiliki gejala yang mirip dengan virus pneumonia seperti demam, batuk kering, dan kelelahan (Wu et al., 2020). Pada tanggal 10 Januari 2020 penyebab dari virus telah berhasil untuk diidentifikasi dan diketahui kode genetiknya yaitu bernama *Coronavirus Disease 2019* atau dapat disingkat menjadi Covid-19 merupakan virus corona pada 2019 sehingga menimbulkan ketakutan pada seluruh masyarakat karena virus yang mematikan dan belum ada obat maupun vaksin yang tersedia, termasuknya adalah negara Indonesia yang kasus pertamanya dikonfirmasi pada 2 Maret 2020 (Handayani et al., 2020). Pemerintah mulai mengedukasi mengenai virus ini dan cara pencegahan terpaparnya seperti Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan kampanye 4M yaitu memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, dan menghindari kerumunan (Narpati et al., 2021).

Virus ini sangat berdampak salah satunya pada sektor ekonomi seperti penurunan pendapatan, terbatasnya aktivitas hingga perizinan untuk beroperasi secara luring sangat terbatas dan menjalani protokol kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah yang bertujuan untuk mencegah penyebaran virus semakin meluas (Hartono & Rahadi, 2021). Perusahaan yang sangat terbatas mengenai izin tetapi berusaha maksimal untuk mencapai tujuan dari perusahaan sehingga untuk mengatasi masalah tersebut dengan membagi aktivitas kerja karyawannya menjadi bekerja dari rumah (*Work From Home*), bekerja dari kantor (*Work From Office*), dan adapun perusahaan yang menetapkan karyawannya menjadi kombinasi antara bekerja dari rumah dan bekerja dari kantor secara bergantian (Hartono & Rahadi, 2021).

Pemilihan makanan dalam kondisi pandemi perlu mendapatkan perhatian lebih untuk menjaga kesehatan dan mencegah dari terpaparnya Covid-19 (Susanti & Qalyubi, 2020). Pada penelitian yang dilakukan oleh Ree et al. (2008) dalam Aulia & Yuliati (2018) dapat diketahui bahwa 70% orang lebih memperhatikan pengaturan berat badan sehingga kurang memperhatikan pemilihan makanan yang terkait dengan kesehatan. Selama kondisi pandemi pemilihan makanan yang sehat dan higienis menjadi pilihan yang baik dalam memilih makanan dan minuman untuk menjaga kesehatan serta dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan terhindar dari penularan Covid-19.

Penerapan *Work From Home (WFH)* pada pekerja memilih makanan beku atau *frozen food* serta makanan siap saji lainnya menjadi pilihan bagi seseorang yang ingin praktis dan mudah untuk waktu yang terbatas karena waktu kerja yang padat serta adanya pembatasan sosial berskala besar (PSBB), selain itu ada juga pekerja yang memilih produk segar maupun produk olahan mengingat pemilihan makanan disesuaikan dengan kebutuhannya (Prakoso, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari & Muniroh (2017) menunjukkan bahwa ketika pekerja sedang berada di rumah lebih mengonsumsi makanan yang beragam dibandingkan pekerja sedang berada di tempat kerja sehingga dapat berpengaruh terhadap performa kerja. Kemudian dipertegas kembali oleh penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2017) menunjukkan bahwa sebanyak 46,7% pekerja mengonsumsi jenis makanan kurang baik, hal ini disebabkan karena pemilihan makanan kurang beragam sehingga belum mencukupi kebutuhan gizinya.

Pemenuhan kebutuhan gizi selama bekerja merupakan salah satu dari bentuk terjalannya syarat keselamatan dan kesehatan kerja. (Ariati, 2013). Karyadi dan Muhilal dalam Adi et al. (2013) menyatakan bahwa kebutuhan gizi diperlukan secukupnya, apabila lebih maupun kurang dari angka kecukupan gizi yang diperlukan dapat berdampak buruk untuk kesehatan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tamimi & Rimbawan (2015) menyatakan bahwa sebagian besar pekerja yang bekerja

di kantor ataupun bekerja di lapang mempunyai tingkat kecukupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat yang masih kurang dari kebutuhannya. Apabila angka kecukupan gizi yang kurang dan terjadi terus menerus pada tenaga kerja dapat mengakibatkan pekerja tidak dapat melaksanakan tugasnya dengan baik (Langgar & Setyawati, 2014).

Berdasarkan uraian pada latar belakang, kondisi pandemi Covid-19 sangat berdampak pada sektor ekonomi sehingga banyak kegiatan yang sangat dibatasi, seperti perusahaan banyak yang membuat kebijakan untuk karyawannya dengan membagi karyawannya menjadi bekerja dari rumah, bekerja dari kantor, maupun kombinasi antara keduanya. Pemilihan makanan di kondisi pandemi juga menjadi perhatian bagi penulis karena perlunya perhatian lebih untuk menjaga kualitas serta kebersihan dari makanan tersebut. Terutama pada pekerja, pemilihan makanan harus beragam untuk mencukupi kebutuhan gizinya sehingga dapat melaksanakan tugasnya dengan baik.

Berdasarkan uraian pada paragraf diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Perbedaan Pemilihan Makanan, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro Berdasarkan Kelompok Pekerja Dimasa Pandemi.”

1.2. Identifikasi Masalah

Dalam kondisi pandemi Covid-19 pemerintah mulai mengedukasi mengenai virus ini dan cara pencegahan terpaparnya seperti Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan kampanye 4M yaitu memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, dan menghindari kerumunan (Narpati et al., 2021). Virus ini sangat berdampak salah satunya pada sektor ekonomi seperti penurunan pendapatan, terbatasnya aktivitas hingga perizinan untuk beroperasi (Hartono & Rahadi, 2021).

Kondisi pandemi Covid-19 sangat berdampak bagi pekerja, seperti pemilihan makan, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro. Pemilihan makanan oleh pekerja di masa pandemi menjadi kurang baik, hal ini disebabkan karena pemilihan makanan kurang beragam sehingga belum

mencukupi kebutuhan gizinya. Berdasarkan latar belakang maka timbullah suatu masalah yaitu: karyawan yang kurang memperhatikan pemilihan makanan kondisi pandemi membuat seseorang lebih perhatian terhadap pemilihan makanannya.

1.3. Pembatasan Masalah

Untuk menegaskan penulisan dan memperoleh data, penulis menetapkan batasan masalah penelitian dengan meneliti karyawan mengenai pemilihan makanan, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro berdasarkan kelompok pekerja *Work From Office*, *Work From Home*, dan kombinasi keduanya dimasa pandemi.

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

Bagaimana perbedaan pemilihan makanan, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro berdasarkan kelompok pekerja dimasa pandemi?

1.5. Tujuan Penelitian

1.5.1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan pemilihan makanan, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro berdasarkan kelompok pekerja dimasa pandemi.

1.5.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia jenis kelamin, dan masa kerja.
- b. Mengidentifikasi pemilihan makanan responden,
- c. Mengidentifikasi tingkat kecukupan energi responden dari total makanan serta minuman yang telah dikonsumsi,
- d. Mengidentifikasi tingkat kecukupan zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) responden dari total makanan serta minuman yang telah dikonsumsi,

- e. Menganalisis perbedaan pemilihan makanan berdasarkan kelompok pekerja dimasa pandemi,
- f. Menganalisis perbedaan tingkat kecukupan energi berdasarkan kelompok pekerja dimasa pandemi,
- g. Menganalisis perbedaan tingkat kecukupan zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) berdasarkan kelompok pekerja dimasa pandemi.

1.6. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian, dapat diketahui perbedaan pemilihan makan, dan tingkat kecukupan gizi pada kelompok karyawan dimasa pandemi.

b. Manfaat Bagi Fakultas Gizi Esa Unggul

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi serta dapat menjadi sumber inspirasi kepada peneliti lain untuk penelitian lebih lanjut terutama yang berhubungan dengan pemilihan makanan, dan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro pada kelompok karyawan dimasa pandemi.

c. Manfaat Bagi Pekerja

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi mengenai pemilihan makanan, dan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro pada kelompok karyawan dimasa pandemi sehingga hasilnya nanti dapat menjadi suatu informasi untuk terus ditingkatkan kembali dan dapat meningkatkan produktivitas kerja menjadi lebih baik.

1.7. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1. 1 Keterbaruan Atau Keaslian Penelitian

No.	Nama	Tahun	Judul	Jenis Penelitian	Hasil
1.	Souze et al.	2020	Relationships between Motivations for Food Choices and Consumption of Food Groups: A Prospective Cross-Sectional Survey in Manufacturing Workers in Brazil	Cross Sectional	Hasil menunjukkan bahwa Daya tarik sensorik dikaitkan secara positif dengan konsumsi bumbu instant ($p=0,022$), serta menunjukkan korelasi positif dalam konsumsi daging putih ($p=0,065$) dan korelasi negatif dalam hidangan pasta ($p<0,001$)
2.	Reka Oktavia	2019	Perbedaan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik pada Pekerja Dalam dan Luar Ruangan di Kecamatan Neglasari	Cross Sectional	Terdapat perbedaan antara status gizi ($p=0.001$), asupan energi ($p=0.001$), asupan protein ($p=0.005$), asupan lemak ($p=0.001$), asupan karbohidrat ($p=0.038$) dan aktivitas fisik ($p=0.001$) pada pekerja dalam dan luar ruangan.
3.	Zeza Aziza, Fillah Fithra Dieny	2015	Perbedaan Aktivitas Fisik Intensitas Berat, Asupan Zat Gizi Makro, Persentase Lemak Tubuh, dan Lingkar Perut Antara Pekerja Bagian	Cross Sectional	Terdapat perbedaan pada aktivitas fisik intensitas berat ($p=0.000$), asupan energi ($p=0.015$), dan asupan lemak ($p=0.030$) antara pekerja administrasi dan pekerja produksi.

			Produksi dan Administrasi PT. Pupuk Kujang Cikampek		Tidak terdapat perbedaan persentase lemak tubuh ($p=0.676$), lingkaran perut ($p=0.417$), asupan protein ($p=0.057$), dan karbohidrat ($p=0.074$) pada pekerja administrasi dan pekerja produksi.
4.	Tamimi & Rimbawan	2015	Tingkat Kecukupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, Dan Kebugaran Kardiorespiratori Pegawai Pt. Indocement Bogor	Cross Sectional	Tidak terdapat perbedaan antara tingkat kecukupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat antara pegawai kantor dan pegawai lapangan ($p>0.05$). Terdapat perbedaan antara kebiasaan olahraga dan aktivitas fisik pada pegawai kantor dan pegawai lapangan ($p\leq 0.05$)

Kondisi pandemi Covid-19 merupakan masalah baru pada sektor ekonomi dan berdampak pula kepada karyawan. Pada tabel 1.1 para peneliti membahas mengenai perbedaan shift kerja dan bagian dalam pekerjaannya. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mencari perbedaan dengan penelitian terdahulu sehingga menunjang penelitian ini menjadi lebih baik. Perbedaan dengan variabel penelitian sebelumnya antara lain :

a) Variabel Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti ingin menganalisis mengenai pemilihan makanan berdasarkan pekerja dimasa pandemi Covid-19

b) Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti memilih karyawan yang bekerja secara *Work From Home* (WFH), *Work From Office* (WFO), dan kombinasi antara keduanya.