

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tingginya Usia Harapan Hidup merupakan salah satu indikator keberhasilan pencapaian pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan.⁽¹⁾

Artinya dengan meningkatnya usia harapan hidup berarti meningkat juga jumlah lansia. Lansia adalah orang-orang yang telah mencapai tahapan akhir kedewasaan dari siklus hidup manusia.⁽²⁾ Menurut WHO dan Undang-Undang No. 13 tahun 1998 ialah penduduk dengan usia diatas 60 tahun. Batas usia menurut WHO usia pertengahan yaitu usia 45-60 tahun, lanjut usia 60-74 tahun , lanjut usia tua 75-90 tahun, dan usia sangat tua diatas 90 tahun.⁽³⁻⁵⁾

Data dari WHO memprediksi adanya peningkatan jumlah lansia, sepanjang tahun 2015- 2050 proporsi usia 60 tahun keatas diprediksi meningkat dari 12% menjadi 22 %.⁽⁶⁾ Populasi lansia usia 60 tahun 2050 diprediksi menjadi 2 miliar naik dari 900 juta jiwa pada tahun 2015.⁽⁷⁾ Berdasarkan data statistik penduduk lansia tahun 2019 yaitu sebanyak 9,60 % atau sekitar 25,64 juta orang. Berdasarkan proyeksi penduduk data Badan Pusat Statistik memprediksi Indonesia akan memasuki “Aged Society” dan bisa menjadi “Super Aged Society” yaitu penduduk lansia mencapai 63,3 juta jiwa (19,9%) pada tahun 2045.⁽⁸⁾ Berdasarkan data BPS tahun 2018 penduduk lansia Sumatera Barat terdapat 510.100 lansia.⁽⁹⁾ Data BPS Kota Padang tahun 2017 menunjukkan jumlah lansia sebanyak 10.764 penduduk lansia.⁽¹⁰⁾

Saat ini dunia digemparkan dengan adanya virus yang bernama Corona Virus atau yang lebih dikenal dengan COVID-19. Virus ini merupakan virus yang berasal dari keluarga virus MARS yang menyerang sistem pernafasan. COVID 19

pertama kali ditemukan di Provinsi Wuhan China bernama SAR-CoV2.^(11, 12) WHO menetapkan wabah ini sebagai kegawat daruratan tanggal 30 Januari 2020 dan pandemi pada tanggal 11 Maret 2020 karena telah menyebar ke seluruh dunia.⁽¹³⁾ Virus ini ditularkan melalui kontak langsung dengan penderita yang positif melalui cairan tubuh seperti ketika bersin. Orang yang positif COVID-19 memiliki gejala batuk kering, bersin bersin, demam diatas 38°C, dan merasa sulit bernafas. Sampai saat ini belum ditemukan vaksin untuk mencegah COVID-19 ini.^(13, 14)

Perkembangan kasus COVID-19 di Dunia per tanggal 12 Agustus 2020 sebanyak 20.162.474 kasus dan 737.417 kematian. Kasus COVID-19 pertama di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020, kemudian pada 27 Maret 2020 terkonfirmasi 893 kasus dan 78 kematian.^(15, 16) Jumlah kasus di Indonesia per tanggal 12 Agustus 2020 yaitu 128.776 kasus, 1.693 penambahan kasus, dan 5.824 total kematian. Kasus terbanyak di Provinsi DKI Jakarta sebanyak 27.153 kasus.⁽¹⁵⁻¹⁷⁾ Jumlah terkonfirmasi kasus COVID-19 di Sumatera Barat pada tanggal 12 Agustus 2020 yaitu terdapat 1528 kasus positif dan 45 kasus kematian. Untuk kota padang pertanggal 12 Agustus 2020 tercatat tambahan kasus positif 21 orang. Karena jumlah kasus positif banyak di Kota Padang, maka ditetapkan sebagai zona merah COVID-19.⁽¹⁸⁾

Berdasarkan pernyataan dari WHO, kelompok yang rentan dan berisiko tertular COVID-19 diantaranya adalah lansia, orang dengan riwayat penyakit, tenaga medis, anak-anak dan orang yang berkontak langsung dengan orang yang positif COVID-19. Kondisi orangtua dengan berbagai penyakit kronis seperti penyakit Hipertensi, Diabetes, dan Kardiovaskuler akan lebih rentan dan

menambah risiko kematian. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan lansia cenderung mengalami penyakit degeneratif, seperti hipertensi, penyakit sendi, masalah gizi, diabetes mellitus, penyakit stroke, dan sebagainya. Pasien COVID-19 ada yang menunjukkan gejala dan ada pula yang tidak menunjukkan gejala. Risiko COVID-19 meningkatkan seiring bertambahnya usia. Oleh sebab itu lansia adalah orang yang paling rentan terhadap virus COVID-19 perlu dilakukan pencegahan agar tidak tertular.^(13, 14, 19, 20)

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh WHO angka kematian 95% berasal dari kelompok lansia usia diatas 60 tahun. Lebih dari 50% yang mengalami gejala berat berasal dari usia 80 tahun keatas.⁽²¹⁾ Kasus COVID-19 di Amerika Serikat 35 % berasal dari usia 65 tahun keatas. CDC mencatat, pada tanggal 16 Maret 2020 di Amerika Serikat sekitar 6% berasal dari usi 85 tahun keatas, 25% usia 65-84 tahun, 18% berusia 55-64 tahun.⁽²²⁾ Data menunjukkan terdapat lebih dari 35% kasus COVID meninggal dunia di Italia dikarenakan penyakit diabetes.⁽²⁰⁾ Gugus lawan COVID menyatakan bahwa 40 % kasus kematian berasal dari usia 60 tahun keatas. Analisis data COVID-19 di Indonesia per tanggal 15 November 2020 sebanyak 6.447 lansia usia 60 tahun meninggal dunia atau sebesar 13,84 % dari jumlah kasus kematian, lebih dari 50% merupakan pasien laki-laki.⁽²⁰⁾

Pemerintah RI telah mengeluarkan peraturan pencegahan COVID-19 pada tanggal 15 Maret 2020. Upaya yang dilakukan yaitu penerapan Sosial Distancing, penetapan zona merah COVID-19, isolasi di rumah 14 hari bagi orang yang bepergian dari zona merah COVID-19, berada di dalam rumah, Lockdown dan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala besar). Penerapan hidup bersih dan sehat

dengan cara mencuci tangan dengan menggunakan sabun, menggunakan APD jika keluar rumah, menjaga asupan makan, tidak keluar rumah dan tidak stress. Upaya ini harus dipatuhi setiap orang agar tidak tertular COVID-19, khususnya kelompok rentan.^(13, 15, 16)

Dalam meningkatkan sistem imun lansia dianjurkan meningkatkan konsumsi makanan seimbang seperti sumber karbohidrat, protein, dan memperbanyak konsumsi buah dan sayur. Pangan yang sangat penting yaitu pangan yang mengandung antioksidan, serat tinggi, probiotik dan prebiotik. Konsumsi serat pangan untuk menurunkan resiko penyakit kardiovaskuler, menangkal racun, meningkatkan volume feses, dan menstimulasi pertumbuhan mikroba baik.⁽²³⁾ Meningkatkan daya tahan tubuh dengan mengonsumsi vitamin yang berasal dari buah dan sayur juga mengonsumsi suplemen. Vitamin C untuk meningkatkan daya tahan tubuh berasal dari jeruk, stroberi, bayam, paprika merah, brokoli dan jambu biji. Vitamin A sebagai anti oksidan untuk menangkal radikal bebas dan meningkatkan kekebalan tubuh seperti pada wortel, labu kuning, dan ubi.⁽²⁴⁾ Konsumsi buah dan sayur harus ditingkatkan pada lansia untuk menangkal berbagai faktor infeksi dan juga mencegah lansia agar tidak mudah tertular COVID-19. Konsumsi buah dan sayur berdasarkan pedoman gizi seimbang sangat perlu diketahui yaitu dengan mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 4-5 porsi perhari. Selama pandemi konsumsi buah dan sayur untuk meningkatkan ketahanan fisik terhadap apa saja yang dapat menyebabkan lansia tertular COVID-19.^(13, 25-27)

Akan tetapi permasalahan konsumsi penduduk Indonesia masih sangat rendah. Berdasarkan hasil survei konsumsi buah dan sayur data BPS tahun 2016,

menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur penduduk Indonesia 173 gr/hari, dengan konsumsi buah 67 gr/hari dan sayur 106/hari. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, masyarakat Indonesia usia 5 tahun keatas 95,5 % masih bermasalah dalam konsumsi buah dan sayur.^(28, 29) Berdasarkan hasil survei lanjutan konsumsi buah dan sayur Indonesia pada tahun 2016 didapatkan konsumsi sayur penduduk Indonesia sekitar 70 gr/ hari dan konsumsi buah 38,8 gr/ hari total 108,8 gr/ hari. Kelompok usia 55> yang mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 94,7 %. Konsumsi buah dan sayur berdasarkan kelompok usia 55> tahun sebanyak 117,6 gr/ hari. Sedangkan konsumsi buah dan sayur kelompok usia 55> tahun per hari sebanyak 204,6 gr/hari.⁽³⁰⁾ Buletin Konsumsi Pangan tahun 2019 menunjukkan konsumsi buah penduduk indonesia sebanyak 51,55 kkal/kapita/hari dan konsumsi sayur sebanyak 37,95 kkal/perkapita/hari.⁽³¹⁾ Menurut data FAO 2020 konsumsi buah penduduk indonesia hanya 32,44 kg/tahun, anjuran 73 kg/tahun (200 gram/hari). Konsumsi sayur 43,12/tahun, anjuran 91,25 kg/tahun (250 gram/hari). Angka ini masih rendah sesuai anjuran gizi seimbang sekitar 400 gr/ hari.⁽³²⁾

Penelitian Di Renzo (2020) menunjukkan bahwa 58,7% penduduk Italia mengonsumsi buah dan 93,7% penduduk Italia mengonsumsi sayur. 15% penduduk lebih menyukai buah dan sayur berasal dari petani organik. Belanja di petani organik, pasar lokal, atau pengantaran barang dikaitkan dengan kebiasaan mendaur ulang sisa makanan (OR:1,468, p <0,001). Penurunan konsumsi buah dan sayur di Italia karena kesulitan dalam mengakses pangan terutama penduduk Bagian Utara dan tengah dibandingkan dengan Selatan dan Kepulauan (OR,2,109, p<0,001;OR:1,735,p<0,001).⁽³³⁾ Berdasarkan penelitian Song (2020) di Wuhan China, lansia berusia 60-69 tahun mengonsumsi sayur

setiap hari sebanyak 83,7%, usia 70-79 tahun sebanyak 75% dan usia 80 tahun keatas sebanyak 89,3%. Penurunan konsumsi sayur selama pandemi COVID-19 sebanyak 30,6% pada usia 60-69 tahun, 40% pada usia 70-79 tahun dan 28,6% pada usia 80 tahun keatas.⁽³⁴⁾ Sedangkan konsumsi buah penduduk lansia Wuhan yang mengonsumsi buah setiap hari sebanyak 32,7% pada usia 60-69 tahun, 22,5% usia 70-79 tahun, dan 32,1% pada usia 80 tahun keatas. Penurunan konsumsi buah selama pandem sebanyak 51% pada usia 60-69 tahun, 0% pada usia 70-79 tahun, 40,4% pada usia 80 tahun keatas.⁽³⁴⁾ Lansia yang mempunyai penyakit kronis mengonsumsi sayur sebanyak 18,6%, dan mengonsumsi buah sebanyak 71,2%.⁽³⁴⁾

Penelitian mengenai gambaran sikap dan gaya hidup sehat masyarakat selama pandemi COVID-19 menunjukkan bahwa masyarakat usia dewasa dalam mengonsumsi buah dan sayur 14,3% tidak pernah, 18,9% jarang, 21,1% kadang-kadang, dan 33,2% selalu.⁽³⁵⁾ Penelitian lain menunjukkan konsumsi buah dan sayur masyarakat pada saat pandemi sebanyak 39,27% mengonsumsi setiap hari, 10,47% jarang, dan 50,26% kadang-kadang.⁽³⁶⁾ Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 23 Februari 2021 pada 7 orang lansia, sebanyak 6 orang mengonsumsi buah dan sayur setiap hari, dan 1 orang mengonsumsi 5x per minggu.

Saat pandemi COVID-19 untuk mendapatkan produk pangan yang di konsumsi untuk semua orang sangat sulit. Faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan selama pandemi diantara akses pangan, pengetahuan, pendapatan, media iklan, ketersediaan buah dan sayur yang mempengaruhi konsumsi pangan khususnya buah dan sayur.^(37,38) Akses untuk pangan di beberapa daerah juga sulit

dikarenakan kebijakan lockdown pemerintah. Pendapatan masyarakat pada saat pandemi cenderung menurun dikarenakan masyarakat kesulitan bekerja dan pemerosotan dalam usaha.⁽³⁹⁾

Selama COVID-19 pemerintah tidak henti hentinya mempromosikan tentang pengetahuan tentang COVID-19. Pengetahuan tersebut diantaranya mengenai perilaku hidup bersih dan sehat selama pandemi. Pemerintah juga menjelaskan tentang bagaimana pola konsumsi makanan selama pandemi. Konsumsi buah dan sayur harus ditingkatkan selama pandemi untuk meningkatkan imunitas tubuh. Imunitas tubuh berasal dari vitamin dan mineral contoh vitamin A, C, dan E yang terkandung dalam buah dan sayur.⁽¹³⁾

Posyandu lansia merupakan salah satu upaya pemerintah dalam upaya meningkatkan kualitas hidup lansia. Kesejahteraan lansia di usia senja ditingkatkan untuk kebahagiaan menikmati hidup di usia tua. Banyak kegiatan yang dilakukan di Posyandu Lansia diantaranya pemeriksaan kesehatan dan kegiatan produktif lainnya. Selama adanya pandemi COVID-19 semua kegiatan dihentikan untuk menjaga jarak menghindari penularan COVID-19.

Oleh sebab itu perlunya diketahui faktor apa saja yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada lansia selama masa pandemi di Kota Padang tahun 2021.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan dari penjabaran tersebut didapatkan rumusan masalah yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi Buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu lansia di Kota Padang tahun 2021.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
2. Diketahui hubungan akses pangan terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
3. Diketahui hubungan penyakit penyerta terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
4. Diketahui hubungan kesehatan gigi terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
5. Diketahui hubungan pengetahuan terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
6. Diketahui hubungan pendidikan terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.

7. Diketahui hubungan pendapatan terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
8. Diketahui hubungan ketersediaan buah dan sayur terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Lansia di Kota Padang tahun 2021.
9. Diketahui dukungan keluarga terhadap konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19 di 3 Posyandu Kota Padang tahun 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

1. Untuk menambah literatur mengenai faktor-faktor konsumsi buah dan sayur pada lansia selama COVID-19
2. Untuk menambah literatur mengenai gambaran konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19

1.4.2 Bagi Masyarakat

1. Bagi Lansia untuk meningkatkan kesadaran mengenai konsumsi buah dan sayur COVID-19
2. Bagi pemerintah untuk meningkatkan produksi dan distribusi produk pangan khususnya buah dan sayur.

1.4.3 Bagi Peneliti

1. Menambah referensi bagi penelitian yang ingin melanjutkan
2. Menambah informasi terkait faktor-faktor konsumsi buah dan sayur pada lansia.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah lansia yang tergabung dalam 3 Posyandu Lansia di Kota Padang dengan teknik *Purposive Sampling*. Variabel independen faktor-faktor konsumsi buah dan sayur lansia, variabel dependen yaitu konsumsi buah dan sayur lansia. Data yang diperoleh yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur dan gambaran konsumsi buah dan sayur pada lansia selama pandemi COVID-19. Penelitian ini dengan cara wawancara ke rumah masing-masing lansia dengan protokol kesehatan COVID-19.

