



Hubungan Status Gizi Masyarakat dengan Kesiapan Beradaptasi dengan COVID-19

The Relationship between Public Nutrition Status and Readiness to Adapt to COVID-19

Pricilia Dewi Sulistyawati¹, Desmawati^{*2}

^{1,2} Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has hit all countries in the world, including Indonesia. Various shapes of prevention such as maintenance of nutritional status is an important thing that needs attention. This study aims to see the relationship between the nutritional status of the community and readiness to adapt to COVID-19. This study uses a sectional, which was carried out to the community in a RW in the Pamulang area, Banten in December 2021-March 2022 with a sample of 231 people who were selected according to the inclusion criteria. The dependent variable of this study is readiness to adapt to COVID-19, while the independent variable of this study is the nutritional status of the community. Collecting data using a questionnaire that has been tested for validity and reliability with a Cronbach's alpha value of $0.854 > 0.361$ with a total of 30 samples so that it can be declared reliable. Data that obtained in this study were analyzed as univariately using descriptive statistics and bivariate analysis using the Chi-Square test with the results showing that poor nutritional status 34.2% and good nutritional status 65.8%, for respondents who are ready to adapt 78.4 % and not ready to adapt 21.6%. There is a significant relationship between public nutritional status and readiness to adapt to COVID-19 (p value = 0.000 and OR 3.244).

Keywords : Adaptation, COVID-19, nutritional status, readiness,

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 telah melanda seluruh negara di dunia termasuk Indonesia. Berbagai bentuk pencegahan seperti pemeliharaan status gizi menjadi hal penting yang perlu diperhatikan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan status gizi masyarakat dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19. Penelitian ini menggunakan desain crosssectional, yang dilakukan kepada masyarakat di suatu RW wilayah Pamulang, Banten pada bulan Desember 2021-Maret 2022 dengan jumlah sampel 231 orang yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi. Variabel dependen dari penelitian ini yaitu kesiapan beradaptasi dengan COVID-19, sedangkan untuk variabel independen dari penelitian ini adalah status gizi masyarakat. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah di uji validitas dan reabilitas dengan nilai cronbach's alpha sebesar $0,854 > 0,361$ dengan jumlah 30 sampel sehingga dapat dinyatakan reliabel. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis secara univariat menggunakan statistik deskriptif dan analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi kurang 34,2% dan status gizi baik 65,8%, untuk responden yang siap beradaptasi 78,4 % dan tidak siap beradaptasi 21,6 %. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 (p value = 0,000 dan OR 3,244).

Kata Kunci : Adaptasi, COVID-19, kesiapan, status gizi

Correspondence : Desmawati

Email : desmawati@upnvj.ac.id

• Received 6 April 202x • Accepted 23 Mei 2022 • Published 10 Juni 2022

• p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 • DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1208>

Copyright ©2017. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial used, distribution and reproduction in any medium

PENDAHULUAN

Saat ini dunia sedang muncul dengan masalah kesehatan yang baru yaitu, suatu wabah penyakit corona virus disease 2019 (COVID-19) yang awalnya nama virus ini di berikan oleh WHO dengan nama novel corona virus (nCoV19).¹ Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 atau SARS-CoV-2 yaitu pemicu dari penyakit Corona Virus Disease (COVID-19), virus ini ditemukan di dalam sistem tubuh manusia yang pada awalnya berasal dari Wuhan, negara China pada tahun 2019.² COVID-19 ini dengan mudah menularkan virus, penyebaran COVID-19 ini akan menular melalui percikan air liur seseorang yang terinfeksi virus, setelah itu virus dapat mudah melewati dan menginfeksi ke dalam mukosa terbuka pada seseorang yang sehat. Seseorang yang terinfeksi COVID-19 memiliki beberapa gejala yang timbul, namun gejala utamanya antara lain berupa demam, batuk hingga kesulitan bernapas.³

Munculnya pandemi COVID-19 mengakibatkan persoalan kesehatan di negara Indonesia meningkat. Suatu masalah kesehatan yang semakin parah di tengah pandemi ini adalah status gizi kurang baik. Salah satu upaya gaya hidup sehat juga sangat penting dilakukan untuk mengantisipasi tertularnya virus COVID-19 yaitu dengan kebiasaan berolahraga secara rutin, tidak menghisap rokok dan mengonsumsi lauk pauk yang sehat dan juga mengandung gizi seimbang.²

Status gizi diartikan sebagai status kesehatan seseorang yang dipengaruhi oleh asupan dan pemanfaatan zat gizi. Gizi menjadi perhatian utama dalam menjaga sistem kekebalan tubuh individu. Untuk menjaga sel tubuh agar selalu berfungsi optimal, diperlukan gizi yang baik dan terpenuhi.⁴ Dengan adanya status gizi yang baik, individu akan terhindar dari infeksi jenis virus dan berbagai penyakit. Status gizi yang baik tersebut diketahui dengan terwujudnya keseimbangan antara asupan yang dikonsumsi dengan kebutuhan gizi bagi tubuh.⁵

Dengan demikian penerapan gizi seimbang di keadaan pandemi COVID-19 wajib diutamakan untuk membangun kesiapan diri

dalam meningkatkan pengaturan kekebalan tubuh supaya bebas dari infeksi COVID-19. Salah satu usaha untuk meningkatnya status gizi baik yaitu dengan mengonsumsi dan mengevaluasi asupan nutrisi seperti masyarakat harus mulai terbiasa mengonsumsi beraneka ragam hidangan pokok, membatasi makanan yang manis-manis, asin, dan banyak lemak, mempertahankan berat badan ideal dan memperbanyak aktivitas fisik yang cukup, serta memanaskan tubuh di bawah paparan sinar matahari pagi dengan cara berjemur. Selain itu untuk mencapai gizi yang baik untuk tubuh, biasakan menyantap lauk pauk yang mengandung banyak protein tinggi, memperbanyak konsumsi sayur-sayuran juga buah-buahan, karena aneka ragam sayur dan buah banyak mengandung vitamin untuk mengoptimalkan kesehatan tubuh.⁴ Oleh karena itu, penting untuk menjaga asupan gizi, terutama di situasi pandemi COVID19, untuk menciptakan SDM (Sumber Daya Manusia) yang bermutu untuk masa depan.⁶

Dengan demikian, penelitian yang sudah dilakukan ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan pada status gizi masyarakat dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19. Adapun tempat penelitian yang peneliti pilih berlokasi di suatu RW wilayah Pamulang, Banten. Alasan dilakukan penelitian di wilayah tersebut karena Pamulang termasuk area Jabodetabek yang menjadi epicenter COVID-19 saat gelombang 1 dan 2.

METODE

Penelitian yang diteliti ini merupakan jenis analitik kuantitatif dengan desain analitik cross sectional. Lokasi tempat penelitian bertempat di suatu RW wilayah Pamulang, Banten pada bulan Desember 2021-Maret 2022. Populasi dari penelitian ini berusia 15 tahun ke atas dengan jumlah sampel 231 orang yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu sudah pernah terpapar COVID-19 dengan menggunakan metode sampling ialah total sampling.

Teknik pengumpulan pada data dilakukan secara daring serta luring menggunakan kuesioner melalui google form serta file kertas cetak,

dimana jika warga tidak berkenan didatangi maka warga tersebut mengisi link google form, sedangkan untuk pengumpulan data secara luring, peneliti langsung kerumah-rumah warga. Kuesioner yang dipakai dalam penelitian ini sudah dilakukan uji validitas serta reliabilitas dengan jumlah sampel 30. Diperoleh nilai r untuk kuesioner adalah 0,361 dan *Cronbach's Alpha* 0,854 yang berarti kuesioner ini valid serta reliabel. Didalam kuesioner ini berisi data demografi dan pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan perilaku dalam menjaga status gizi selama pandemi COVID-19.

Variabel status gizi diukur dengan skala likert yang mengukur status gizi responden dengan ketentuan penilaian skor yaitu untuk jawaban selalu memperoleh nilai 5, jawaban sering memperoleh nilai 4, jawaban kadang-kadang memperoleh nilai 3, jawaban jarang memperoleh nilai 2, dan jawaban tidak pernah memperoleh nilai 1. Adapun untuk pertanyaannya terdiri dari 14 pertanyaan yaitu; 1) Untuk menjaga berat badan normal, saya akan mengontrol penambahan berat badan secara berkala di masa COVID-19, 2) Agar status gizi saya ideal, saya akan mengonsumsi makanan yang beraneka ragam seperti nasi dan lauk pauk 2 macam atau lebih, 3) Untuk memenuhi kebutuhan zat gizi selama sehari, saya akan makan teratur 3 kali sehari, 4) Saya akan makan sayur paling sedikit 3 kali dalam sehari, 5) Saya akan makan protein hewani (daging, telur, susu, ikan, seafood, dan produk hasil olahannya) maupun protein nabati (kedelai, kacang-kacangan, dan produk hasil olahannya seperti tempe, tahu dan susu kedelai) paling sedikit 2 kali dalam sehari, 6) Agar meningkatkan imun tubuh, saya akan mengonsumsi vitamin, 7) Saya akan mengurangi konsumsi makanan manis, asin dan berlemak, 8) Saya akan minum air putih 30-70 ml/BB dalam sehari (2 - 2 ½ Liter) dalam 24 jam, 9) Sebelum membeli, saya akan membaca label pada kemasan pangan, 10) Saya selalu mencuci tangan sebelum makan minum dan mengerjakan apapun, 11) Saya akan melakukan aktivitas latihan fisik atau olahraga paling sedikit 30 menit perhari, 12) Saya

akan menghindari makan diluar dimasa pandemi COVID-19 untuk mengurangi tingkat kontak dengan orang lain, 13) Saya selalu mencuci sayur lalapan dan buah dengan bersih sebelum di makan, 14) Saya akan berjemur di bawah terik matahari minimal 15 menit dari jam 8-11. Dan untuk variabel dependen peneliti menggunakan lembar observasi untuk mengukur kesiapan masyarakat dalam beradaptasi dengan COVID-19 dengan beberapa pertanyaan terkait pemenuhan fasilitas dalam menjalankan protokol kesehatan di tempat umum maupun tempat ibadah seperti di masjid yaitu sarana cuci tangan, poster edukasi, serta pertanyaan mengenai penurunan jumlah kasus meninggal, kasus positif atau probable, kasus positif yang dirawat dan kenaikan jumlah kasus yang sembuh.

Variabel penelitian ini terdapat variabel independen yaitu status gizi dengan mengkategorikan menjadi dua kategori kurang dan baik dimana data yang diperoleh tidak berdistribusi normal sehingga kategori tinggi \geq median dan kategori rendah $<$ median.⁷ Pada status gizi dengan kategori kurang (skor median $<$ 53) dan baik (skor median \geq 53) dan variabel dependen dari penelitian ini yaitu kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 dikategorikan dalam 2 kategori yaitu kurang siap beradaptasi dengan COVID-19 (skor median $<$ 51) dan siap beradaptasi dengan COVID-19 (skor median \geq 51).

Analisis univariat dan analisis bivariat telah digunakan di dalam penelitian ini. Analisis univariat meliputi dari data demografi seperti jenis kelamin, umur, pendidikan, dan RT yang di uji menggunakan statistik deskriptif. Sedangkan uji chi square digunakan dalam analisis bivariat dengan table 2x2 dengan continuity correction ($\alpha < 0,05$), uji tersebut digunakan untuk mendapati jawaban apakah ada hubungan antara untuk variabel independen dengan variabel dependen dipenelitian yang telah dilaksanakan. Penelitian yang dilakukan ini, telah mendapatkan lulus uji etik dengan nomor 506/XII/2021/KEPK.

HASIL

Untuk menguraikan dari masing-masing variabel seperti variabel bebas serta terikat, diperlukan analisis univariat dengan memakai tabel distribusi frekuensi.

Tabel 1 Diketahui bahwa responden yang lebih banyak di usia 46-55 (27,3%), berjenis kelamin laki-laki (56,7%), berpendidikan sarjana S1/S2/S3 (53,7%) dan sampel terbanyak dari penduduk RT 8 di suatu wilayah Pamulang, Banten sebanyak 59 responden (25,5%).

Tabel 1. Analisa Univariat Karakteristik Responden (n=231)

Variabel	Jumlah	Persentase
Usia		
Remaja Awal (12-16 tahun)	6	2,6 %
Remaja Akhir (17-25 tahun)	58	25,1 %
Dewasa Awal (26-35 tahun)	31	13,4 %
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	54	23,4 %
Lansia Awal (46-55 tahun)	63	27,3 %
Lansia Akhir (56-65 tahun)	16	6,9 %
Manula (>65 tahun)	3	1,3 %
Jenis Kelamin		
Perempuan	100	43,3 %
Laki-Laki	131	56,7 %
Pendidikan		
SMA/SMK	71	30,7 %
D1/D2/D3/D4	36	15,6 %
S1/S2/S3	124	53,7 %
RT		
RT 1	45	19,5 %
RT 2	26	11,3 %
RT 5	12	5,2 %
RT 6	33	14,3 %
RT 7	56	24,2 %
RT 8	59	25,5 %
Total	231	100 %

Berdasarkan data pada tabel 2 menunjukkan bahwa pada variabel status gizi,

responden yang berstatus gizi baik sebanyak 152 (65,8%) sedangkan responden yang berstatus gizi kurang baik yaitu 79 (34,2%). Adapun pada variabel kesiapan beradaptasi dengan COVID-19, responden yang siap beradaptasi dengan COVID-19 yaitu sebanyak 181 (78,4%) sedangkan responden yang kurang siap beradaptasi dengan COVID-19 yaitu 50 (21,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Gizi dan Kesiapan Beradaptasi dengan COVID-19

Variabel	Frekuensi	Persentase
Status Gizi		
Baik ≥ 53	152	65,8 %
Kurang < 53	79	34,2 %
Kesiapan Beradaptasi dengan COVID-19		
Siap ≥ 51	181	78,4 %
Kurang Siap < 51	50	21,6 %

Berdasarkan data pada tabel 3 menunjukkan bahwa sebanyak 130 responden (71,8%) menunjukkan status gizi baik dan siap bersahabat dengan COVID-19, untuk mereka yang menunjukkan status gizi yang baik namun kurang siap beradaptasi dengan COVID-19 sebanyak 22 responden (44,0%). Sedangkan untuk responden yang status gizinya kurang baik dan kurang siap dalam beradaptasi dengan COVID-19 ada 28 responden (56,0%), serta untuk mereka yang status gizinya kurang namun siap beradaptasi dengan COVID-19 ada 51 responden (28,2%). Dari hasil uji statistik didapatkan bahwa hasil untuk p-value ($0,000 < \alpha 0,05$). Dengan demikian, H_0 telah diterima, yang artinya terdapat hubungan yang tersignifikan antara status gizi masyarakat dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19. Dari hasil analisis didapatkan nilai OR = 3,244 yang artinya masyarakat yang memiliki status gizi baik dalam kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 3,2 kali lebih besar dibandingkan masyarakat yang memiliki status gizi kurang baik.

Tabel 3 Analisis Bivariat

Status Gizi	Kesiapan Beradaptasi dengan COVID-19				Total	P-value	OR
	Siap	%	Kurang Siap	%			
Kurang	51	28,2	28	56,0	79	0.000	3,244
Baik	130	71,8	22	44,0	152		
Total	181	100	50	100	231		

PEMBAHASAN

Hubungan Status Gizi Masyarakat dengan Kesiapan Beradaptasi dengan COVID-19.

Dari hasil penelitian hubungan status gizi masyarakat dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 di suatu RW wilayah Pamulang, Banten pada bulan Desember 2021-Maret 2022 didapatkan hasil yang bermakna yaitu adanya hubungan tersignifikan antara status gizi masyarakat dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 hal tersebut dibuktikan dengan hasil untuk $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dimana sebanyak 130 responden (71,8%) menunjukkan status gizi baik dan siap beradaptasi dengan COVID-19.

Hal ini searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri Arinda et al (2021) yang menunjukkan bahwa saat New normal, kesadaran responden seperti membawa bekal sebanyak 43,9% dan membawa alat makan sendiri sebanyak 60,35, responden yang sedikit merokok 6,3%, mengonsumsi suplemen 76,1%, mengonsumsi air putih sudah baik dengan rata-rata konsumsi 8-10 gelas per hari, peningkatan meminum ramuan tradisional sebanyak 25,3%.⁸

Penelitian ini juga searah dengan penelitian yang diteliti oleh Septo Tepriandy dan R. Kintoko Rochadi (2021) yang membuktikan bahwa adanya hubungan diantara pengetahuan dengan status gizi pada remaja di sekolah MAN 1 dan MAN 2 di Kota Medan dengan nilai hasil uji Chi square didapatkan nilai $p=0,007$, dari hasil uji penelitian tersebut, maka dengan pengetahuan yang tinggi akan meningkatkan status gizi remaja.⁹ Selain itu hasil penelitian Selaindoong et al (2020) menyatakan juga hasil pengetahuan gizi yang baik dengan presentase 40% lebih besar,

pengetahuan gizi yang cukup dengan persentase 38,5%, sedangkan untuk tingkat pengetahuan gizi yang kurang dengan persentase 21,5 %, hasil tersebut didapatkan pada mahasiswa di saat situasi keadaan pandemi COVID-19.¹⁰

Faktor terpenting yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang adalah pengetahuannya terhadap status gizi, seperti melakukan beberapa aktivitas fisik atau berolahraga serta mengontrol pola makan. Jika pengetahuan tentang gizinya baik maka akan berdampak pada sikap dan juga perilaku dalam pemilihan makanan.¹¹ Oleh karena itu pendidikan gizi merupakan upaya terpenting untuk menyampaikan pemahaman dan informasi mengenai konsumsi pangan dengan tujuan mengubah kebiasaan konsumsi menjadi lebih baik. Pemahaman mengenai gizi merupakan suatu bentuk variabel yang berhubungan dengan tingkat konsumsi dan pola makan yang baik pada individu.¹²

Untuk mencapai status gizi yang baik bagi individu perlu mengubah aturan makan dengan mengonsumsi makan-makanan bergizi agar dapat meningkatkan kekebalan tubuh yang baik dalam beradaptasi menghadapi pandemi COVID-19. Makan-makanan dalam gizi yang seimbang dan aman, mampu memperkuat sistem kekebalan seseorang dan mengurangi beberapa risiko penyakit kronis serta infeksi.¹³

Pada masa pandemi COVID-19 adaptasi terhadap perubahan yang terjadi sangat lah penting terutama terhadap status gizi, jika tidak diikuti dengan olahraga serta aturan makan yang benar akan membuat terjadinya gangguan berat badan atau obesitas yang mana hal tersebut dapat

memicu permasalahan lainnya yaitu penyakit kardiovaskuler, diabetes, dan lain sebagainya.¹¹

Kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 merupakan salah satu upaya siap menyesuaikan atau beradaptasi diri dari berbagai desakan-desakan, baik dari dalam diri ataupun dari luar lingkungan, sehingga menghasilkan keseimbangan yang baik antara pemenuhan kebutuhan dengan adanya desakan keadaan COVID-19. Penyesuaian yang baik akan terjadi jika seseorang selalu ada dalam keadaan yang seimbang diantara dirinya dengan kondisi di lingkungannya, bahwa tidak ada lagi kebutuhan individu yang tidak terpenuhi.¹⁴ Dengan demikian, dibutuhkan kesiapan untuk menghadapi penyesuaian diri di situasi keadaan pandemi COVID-19, kesiapan tersebut salah satunya dengan cara mengoptimalkan kesehatan imunitas tubuh dengan meningkatkan status gizi yang baik. Karena dengan status gizi yang baik dan sesuai akan bisa memberikan dampak yang positif terhadap kesiapan individu untuk beradaptasi ditengah pandemi COVID-19.¹⁵

Dengan demikian, menurut anggapan peneliti berdasarkan dari beberapa hasil penelitian dan teori-teori tersebut, maka status gizi masyarakat memiliki hubungan yang tersignifikan dengan kesiapan beradaptasi dengan COVID-19, dalam adanya peningkatan dan pengaturan status gizi yang baik pada masyarakat di situasi keadaan pandemi COVID-19 akan mendukung sistem kekebalan tubuh seseorang untuk menyerang virus yang akan masuk kedalam tubuh.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah untuk indikator pengukuran status gizi hanya menggunakan satu indikator saja yaitu perilaku. Sedangkan jika dikaji lebih dalam ada banyak sekali indikator yang bisa diukur untuk status gizi seperti berat badan atau IMT. Keterbatasan lainnya yaitu responden dalam penelitian ini masih kurang kooperatif dimana terdapat beberapa responden yang tidak ingin didatangi secara langsung sehingga harus menggunakan google form, dan dalam penelitian ini hanya fokus pada status gizi saja sedangkan data demografi

seperti jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan perbedaan RT tidak dilakukan analisa lebih lanjut.

SIMPULAN

Dari sebagian besar masyarakat di suatu RW wilayah Pamulang, Banten memiliki status gizi yang baik 152 (65,8%). Untuk variabel kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 responden yang siap beradaptasi dengan COVID-19 yaitu sebanyak 181 (78,4%). Hasil penelitian yang diteliti menunjukkan bahwa terdapat hubungan status gizi dengan kesiapan bersahabat dengan COVID-19 ($p = 0,000$ dan OR 3,244). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa status gizi merupakan salah satu bagian terpenting dari indikator kesiapan beradaptasi dengan COVID-19. Mereka yang memiliki status gizi yang baik adalah mereka yang memilih makanan sehat dan mampu mengelolanya dengan baik, makanan yang sehat akan mewujudkan tubuh yang sehat dan tubuh yang sehat akan memiliki sistem kekebalan tubuh yang kuat, hal tersebut berguna dalam mencegah penularan COVID-19. Oleh sebab itu untuk kesiapan beradaptasi dengan COVID-19 diseluruh pelosok, disarankan masyarakat dapat menjaga kesehatannya dengan tetap mengkonsumsi asupan gizi yang seimbang dan aktivitas fisik dengan berolahraga secara teratur serta dibutuhkan peran aktif puskesmas dalam mengadakan edukasi kesehatan kepada masyarakat mengenai gaya hidup yang sehat seperti memakan-makanan sehat, jenis makanan sehat serta cara pengolahannya guna menciptakan masyarakat dengan status gizi yang baik serta siap beradaptasi dengan COVID-19.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan di dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada ketua RW dan seluruh masyarakat di suatu RW wilayah Pamulang, Banten yang telah memberikan dukungan dan kesempatan yang baik kepada peneliti untuk melakukan sebuah penelitian ini, dan peneliti berterima kasih kepada

seluruh instansi terkait, serta rekan-rekan yang telah memberikan dukungan yang baik sehingga mampu terlaksanakannya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Zhou P, Yang X Lou, Wang XG, Hu B, Zhang L, Zhang W, et al. A pneumonia outbreak associated with a new coronavirus of probable bat origin. *Nature* [Internet]. 2020;579(7798):270–3. Available from: <http://dx.doi.org/10.1038/s41586-020-2012-7>
2. Atmadja TFA, Yunianto AE, Yuliantini E, Haya M, Faridi A, Suryana S. Gambaran Sikap dan Gaya Hidup Sehat Masyarakat Indonesia Selama Pandemi Covid-19. *AcTion Aceh Nutr J*. 2020;5(2):195.
3. Handayani D, Hadi R, Isbaniah F, Burhan E, Agustin H. Penyakit Virus Corona 2019. *J Respirologi Indones*. 2020;40(2):119.
4. Akbar DM, Aidha Z. Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *J Menara Med*. 2020;3(1):15–21.
5. Thamaria N. Bahan Ajar: Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kemenkes RI; 2017.
6. Zahrulianingdyah A. Desain Model Pengembangan Diklat Gizi yang Efektif untuk Masyarakat Marginal. *J Pendidik dan Kebud*. 2013;19(4):499.
7. Santoso S. Statistik Non Parametrik. Jakarta: Alex Media Komputindo; 2001.
8. Fitri Arinda D, Indah Fajar W, Maulina Sari D, Yuliarti. Physical Activities, Health and Nutritional Behaviors in New Normal Period for Employees in Indonesia. *JAKAGI J Pangan Sehat dan Gizi* [Internet]. 2021;1(2):9–19. Available from: <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI>
9. Tepriandy S, Rochadi RK. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Status Gizi Siswa MAN Medan Pada Masa Pandemi COVID-19. *Hub Pengetah dan sikap dengan status gizi siswa MAN Medan pada masa pandemi COVID-19*. 2021;1(1):43–9.
10. Selaindoong SJ, Amisi MD, Kalesaran AFC, Kesehatan F, Universitas M, Ratulangi S, et al. Description of nutrition knowledge of fourth semester students of the Faculty of Public Health, Sam Ratulangi University during the social restrictions in COVID-19 pandemic. *J KESMAS*. 2020;9(6):8–16.
11. Giriwijoyo. Ilmu Kesehatan Olahraga. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya; 2013.
12. Sediaoetama AD. Ilmu gizi: untuk mahasiswa dan profesi di Indonesia. Edisi 7. Jakarta: Dian Rakyat; 2010.
13. KEMENKES. Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi COVID-19. *Artik Kesehatan*. 2020;
14. Ghufron MN, Risnawitaq S R, Kusumaningratri R. Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media; 2017. 50 p.
15. Jumalda AE, Suwarni L, Marlenywati M, Selviana S, Mawardi M. Pola Makan Masyarakat di Kota Pontianak Selama Pandemi Covid-19. *J Kesehat Masy Indones*. 2021;16(1):1.