

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Status Gizi

1. Pengertian status gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh yang disebabkan oleh keseimbangan antara asupan makanan dan penggunaan zat gizi. Status gizi seseorang dinilai dengan memeriksa informasi mengenai riwayat kesehatan dahulu dan sekarang dari beberapa sumber. Skrining gizi, bersama dengan riwayat kesehatan, temuan pemeriksaan fisik, dan hasil laboratorium, dapat digunakan untuk mendeteksi ketidakseimbangan. Penelitian status gizi yang komprehensif dapat dilaksanakan untuk menetapkan tujuan dan menentukan intervensi untuk memperbaiki ketidakseimbangan yang sudah terjadi atau mungkin terjadi. Status gizi juga adalah hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang dimasukkan ke dalam tubuh (nutrien input) dengan kebutuhan tubuh (nutrien output) akan zat gizi tersebut (Supariasa, 2016).

2. Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi wanita dewasa

Berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi wanita dewasa yaitu :

a. Konsumsi makanan

Konsumsi makanan dapat mempengaruhi status gizi karena makanan merupakan sumber utama gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Jika konsumsi makanan tidak seimbang atau tidak mencukupi, maka tubuh tidak akan mendapatkan asupan gizi yang dibutuhkan untuk menjaga kesehatan dan fungsi

tubuh yang optimal. Hal ini dapat menyebabkan kekurangan gizi atau malnutrisi yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Selain itu, jenis makanan yang dikonsumsi juga dapat mempengaruhi status gizi, seperti makanan yang mengandung lemak jenuh dan gula berlebihan dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit terkait gizi lainnya (Mulazimah, 2023).

b. Tingkat kesehatan

Tingkat kesehatan dapat mempengaruhi status gizi karena kesehatan yang buruk dapat mempengaruhi kemampuan tubuh untuk menyerap zat gizi dari makanan yang dikonsumsi. Selain itu, penyakit atau kondisi kesehatan tertentu dapat mempengaruhi nafsu makan seseorang, sehingga asupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak terpenuhi. Hal ini dapat menyebabkan kekurangan gizi atau malnutrisi yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Sebaliknya, seseorang yang sehat dan bebas dari penyakit atau kondisi kesehatan tertentu dapat memiliki kemampuan tubuh yang lebih baik untuk menyerap zat gizi dari makanan yang dikonsumsi, sehingga dapat mempengaruhi status gizi menjadi lebih baik (Mulazimah, 2023).

c. Umur

Umur dapat mempengaruhi status gizi karena pada setiap tahap kehidupan, tubuh membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda-beda. Pada wanita lanjut usia, misalnya, tubuh membutuhkan asupan zat gizi yang lebih banyak untuk menjaga kesehatan tulang dan mencegah osteoporosis. Selain itu, pada wanita usia subur, kebutuhan zat gizi meningkat selama masa kehamilan dan menyusui. Jika kebutuhan zat gizi tidak terpenuhi, maka dapat mempengaruhi status gizi wanita pada tahap kehidupan tersebut. Selain itu, pada wanita lanjut usia, kemampuan

tubuh untuk menyerap nutrisi dari makanan juga dapat menurun, sehingga dapat mempengaruhi status gizi (Mulazimah, 2023).

d. Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi status gizi karena pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan dan kesadaran seseorang tentang pentingnya gizi dan pola makan yang sehat. Seseorang yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan pola makan yang sehat, sehingga dapat mempengaruhi perilaku makan dan asupan zat gizi yang lebih baik. Sebaliknya, seseorang yang memiliki pendidikan yang rendah cenderung memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi dan pola makan yang sehat, sehingga dapat mempengaruhi perilaku makan dan asupan zat gizi yang buruk. Selain itu, pendidikan juga dapat mempengaruhi jenis pekerjaan dan penghasilan, yang juga dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Oleh karena itu, pendidikan yang baik dan pengetahuan yang memadai tentang gizi dan pola makan yang sehat sangat penting untuk menjaga status gizi yang baik (Mulazimah, 2023).

e. Penghasilan

Penghasilan dapat mempengaruhi status gizi karena penghasilan keluarga dapat mempengaruhi akses seseorang terhadap makanan yang sehat dan bergizi. Seseorang dengan penghasilan yang rendah mungkin tidak mampu membeli makanan yang sehat dan bergizi, sehingga asupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak terpenuhi. Sebaliknya, seseorang dengan penghasilan yang lebih tinggi mungkin lebih mampu membeli makanan yang sehat dan bergizi, sehingga dapat mempengaruhi status gizi yang lebih baik. Oleh karena itu, akses terhadap

makanan yang sehat dan bergizi sangat penting untuk menjaga status gizi yang baik, terlepas dari tingkat penghasilan seseorang (Mulazimah, 2023).

3. Kebutuhan gizi wanita dewasa

Menurut WHO usia wanita dewasa dimulai dari 18 hingga 59 tahun. Masa dewasa dibagi menjadi tiga fase, yaitu masa dewasa dini, masa dewasa madya, dan masa dewasa lanjut. Masa dewasa dini dimulai pada usia 18 tahun hingga 40 tahun, saat terjadi perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Masa dewasa dini merupakan periode peyusuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan sosial baru. Masa dewasa madya dimulai pada usia 40 hingga 60 tahun, yakni saat menurunnya kemampuan fisik dan psikologis yang jelas nampak pada setiap orang. Kemudian masa dewasa lanjut dimulai pada usia 60 tahun keatas, saat kemampuan fisik dan psikologis cepat menurun (Hurlock, 2014).

Angka Kecukupan Gizi digunakan untuk perencanaan konsumsi dan penyediaan pangan nasional, penilaian konsumsi pangan secara agregatif (makro) tingkat nasional, serta penetapan komponen gizi dalam perumusan garis kemiskinan dan upah minimum dengan penyesuaian pada tingkat aktifitas. Tingkat Konsumsi Energi merupakan salah satu indikator mutu gizi yang umum digunakan untuk mengukur status gizi.

Tabel 1
 Angka Kecukupan Energi Yang Dianjurkan
 Untuk Orang Indonesia (per orang per hari)

Golongan Umur	Energi (kkal)
Wanita	
16 – 18 tahun	2100
19 – 29 tahun	2250
30 – 49 tahun	2150
50 – 64 tahun	1800

Sumber : Angka Kecukupan Gizi Tahun 2019

4. Penilaian status gizi

Status gizi dapat diketahui melalui pengukuran beberapa parameter, kemudian hasil pengukuran tersebut dibandingkan dengan standar atau rujukan. Peran penilaian status gizi bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya status gizi yang salah. Penilaian status gizi menjadi penting karena dapat menyebabkan terjadinya kesakitan dan kematian terkait dengan status gizi. Oleh karena itu dengan diketahuinya status gizi, dapat dilakukan upaya untuk memperbaiki tingkat kesehatan pada masyarakat (Supriasa, 2016).

Penilaian status gizi terbagi 2 yaitu secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung yaitu antropometri, biokimia, klinis dan biofisik. Sedangkan secara tidak langsung yaitu survey konsumsi makanan, statistik vital, faktor ekologi. Untuk mengukur status gizi seseorang dapat digunakan berbagai cara, salah satunya antropometri.

a. Antropometri

Antropometri secara umum adalah ukuran tubuh manusia, akan tetapi dari sudut pandang gizi antropometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi (Supariasa, 2016).

b. Kelebihan antropometri

- 1) Prosedur sederhana, aman
- 2) Relatif tidak membutuhkan tenaga ahli
- 3) Alat murah, mudah dibawa, tahan lama
- 4) Tepat dan akurat, karena dapat dibakukan
- 5) Dapat mendeteksi atau menggambarkan riwayat gizi di masa lampau
- 6) Dapat mengidentifikasi status buruk, kurang dan baik
- 7) Dapat mengevaluasi perubahan status gizi pada periode tertentu
- 8) Dapat digunakan untuk penapisan kelompok yang rawan terhadap gizi

c. Kelemahan antropometri

- 1) Tidak sensitif yaitu tidak dapat mendeteksi status gizi dalam waktu singkat, tidak dapat membedakan kekurangan zat gizi tertentu.
- 2) Faktor di luar gizi (penyakit, genetik dan penurunan penggunaan energi) dapat menurunkan spesifikasi dan sensitivitas pengukuran antropometri.
- 3) Kesalahan yang terjadi pada saat pengukuran dapat mempengaruhi presisi, akurasi, dan validitas pengukuran.
- 4) Kesalahan terjadi karena latihan petugas yang tidak cukup, kesalahan alat atau kesulitan pengukuran.

d. Parameter antropometri

Parameter adalah ukuran tunggal dari tubuh manusia, antara lain : berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran kepala, lingkaran dada, lingkaran pinggul, dan tebal lemak dibawah kulit. Untuk wanita dewasa parameter yang digunakan adalah umur, berat badan dan tinggi badan.

e. Indeks antropometri

Kombinasi antara beberapa parameter disebut indeks antropometri. Indeks antropometri yang digunakan untuk menentukan status gizi wanita dewasa yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT). Pengukuran IMT hanya membutuhkan dua hal yaitu berat badan dan tinggi badan dengan perhitungan berat badan (kg) dibagi dengan tinggi badan kuadrat (m^2).

Berat badan merupakan pilihan utama karena parameter yang baik, mudah terlihat dalam waktu singkat karena perubahan-perubahan konsumsi makanan dan kesehatan, selain itu memberikan gambaran status gizi sekarang dan jika dilakukan secara periodik memberikan gambaran yang baik tentang pertumbuhan (Supriasa, 2016). Tinggi badan merupakan parameter yang penting bagi keadaan yang telah lalu dan keadaan sekarang, jika umur tidak diketahui dengan tepat dengan menghubungkan berat badan terhadap tinggi badan, faktor umur bisa dikesampingkan (Supriasa, 2016).

Rumus perhitungan IMT yaitu : $IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{[\text{Tinggi badan (m}^2\text{)]}$

Tabel 2

Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT) Untuk Indonesia

	Kategori	IMT
Kurus	Kurus berat	< 17,0
	Kurus	17,0 – 18,4
Normal	Normal	18,5 – 24,9
Gemuk	Gemuk	25,0 – 27,0
	Sangat gemuk	> 27,0

Sumber : Kemenkes RI Tahun 2019

B. Tingkat Stres

1. Pengertian stress

Stres adalah perubahan reaksi tubuh ketika menghadapi ancaman, tekanan, atau situasi yang baru. Ketika menghadapi stres, tubuh akan melepaskan hormon adrenalin dan kortisol. Kondisi ini membuat detak jantung dan tekanan darah akan meningkat, pernapasan menjadi lebih cepat, serta otot menjadi tegang. Stres umum dirasakan setiap orang, baik dewasa maupun anak-anak. Saat mengalami stres, tubuh akan menjadi waspada terhadap tantangan atau bahaya yang mengancam. Tubuh bisa memberikan reaksi positif atau negatif dalam merespon stres. Reaksi positif bisa berupa kemampuan beradaptasi, kewaspadaan yang meningkat, atau motivasi dalam menghadapi tantangan. Sementara reaksi negatif ditandai dengan rasa cemas dan takut, yang dapat disertai dengan berbagai keluhan fisik (Pittara, 2022).

2. Tingkatan stres

Stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu: stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

a. Stres ringan

Pada fase ini, bagian otak yang disebut hipotalamus akan menerima sinyal peringatan, sebelum kemudian melepaskan hormon glukokortikoid yang memicu pelepasan hormon stres, kortisol dan adrenalin. Orang yang mengalami stres pada tahap ini akan mengalami percepatan detak jantung dan peningkatan tekanan darah (Permana, 2020).

b. Stres sedang

Dalam fase ini, tubuh akan terus memproduksi hormon stres karena masalah tidak kunjung selesai. Hal ini kemudian akan membuat seseorang mudah tersinggung serta kesulitan untuk berkonsentrasi (Permana, 2020).

c. Stres berat

Dikenal sebagai fase kelelahan, stres yang terjadi secara terus-menerus membuat energi dalam tubuh habis. Tidak ada lagi benteng yang bisa menghadapi rasa stres. seseorang akan menjadi mudah lelah, merasa gagal, depresi, hingga gelisah (Permana, 2020).

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stress

Menurut Dewi faktor-faktor yang mempengaruhi stres, yaitu (Budianto, 2021) :

a. Faktor pribadi

Faktor yang termasuk dalam faktor personal mencakup intelegensi, motivasi, dan karakteristik pribadi. Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi dapat mencapai keinginan yang diharapkan, namun ketika tujuan yang akan dicapai itu semakin meningkat individu tersebut akan cenderung mengalami stress yang lebih tinggi.

b. Faktor situasi

Situasi berikut dapat mempengaruhi stres, misalnya adanya tuntutan sangat tinggi dan mendesak, peristiwa yang menimbulkan tuntutan tinggi serta pemenuhan tuntutan yang mendesak akan menimbulkan stres. Pemenuhan tuntutan-tuntutan ini mampu memicu timbulnya stres, terlebih apabila jika individu tidak memiliki sumber daya yang cukup untuk memenuhinya.

c. Peralihan kehidupan

Setiap individu menjalani banyak peristiwa kehidupan dari satu kondisi ke kondisi lain dan menimbulkan banyak perubahan tuntutan yang baru. Adanya perubahan ini disebut sebagai peralihan kehidupan, dan hal ini akan selalu dialami individu.

d. Waktu peralihan kehidupan

Peristiwa kehidupan yang diharapkan terjadi, ketidaktepatan waktu dan hanya sekali seumur hidup, terjadinya peristiwa tersebut yang terlalu cepat atau pelan sehingga dapat menjadikan individu mengalami stres.

4. Metode untuk menilai tingkat stress

Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10) yang dibuat oleh Sheldon Cohen pada tahun 1988. Kuesioner ini telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh beberapa peneliti. Perceived Stress Scale-10 adalah self report questionnaire yang terdiri dari 10 pertanyaan dan dapat mengevaluasi tingkat stres satu bulan terakhir dalam kehidupan subjek penelitian. Penilaian atau skoring dengan memberikan nilai 0 untuk jawaban terendah dan 4 untuk jawaban tertinggi. Skor PSS-10 diperoleh dengan menjumlahkan skor

jawaban masing-masing. Jumlah skor dalam PSS-10 adalah 0-40. Interpretasi hasil pengukuran dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini :

Tabel 3
Interpretasi Hasil Pengukuran PSS-10

Kategori	Keterangan	Skoring
Stres ringan	Stres ringan biasanya hanya terjadi dalam beberapa menit atau beberapa jam	Total skor 1-14
Stres sedang	Terjadi lebih lama antara beberapa jam sampai beberapa hari	Total skor 15-26
Stres berat	Terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun	Total skor >26

Sumber : Cohen, 2015

C. Tingkat Konsumsi Energi

1. Pengertian tingkat konsumsi energi

Tingkat konsumsi energi merupakan perbandingan zat gizi yang dikonsumsi oleh seseorang dengan kecukupannya atau rata-rata intake zat gizi kedalam tubuh seseorang per hari dibandingkan dengan kecukupan. Tingkat konsumsi energi dapat digolongkan sebagai berikut :

Tabel 4
Penggolongan Tingkat Kecukupan Energi

Kategori	Persentase
Defisit berat	< 70%
Defisit tingkat sedang	70-79%
Defisit tingkat ringan	80-89%
Normal	90-119%
Lebih	≥ 120%

Sumber : Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi, 2018

2. Faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi energi

Faktor fisiologis dan psikologis yang mempengaruhi tingkat konsumsi energi adalah sebagai berikut: 1) Rasa lapar, merupakan perwujudan kebutuhan untuk makan yang sering ditentukan oleh kebiasaan. 2) Rasa kenyang, merupakan upaya menghentikan proses makan. Namun jika disediakan berbagai jenis makanan, seseorang mungkin masih bisa melanjutkan proses makan tersebut. 3) Nafsu makan, merupakan keinginan terhadap makanan tertentu berdasarkan pengalaman yang dianggap tidak berkaitan dengan kebutuhan gizi. 4) Pantangan makan, merupakan upaya menghindari makanan tertentu berdasarkan pengalaman masa lalu sehingga dapat membatasi pemilihan makanan. 5) Makanan kesukaan, dapat dibentuk karena seringnya kontak dengan makanan tersebut dan juga berkaitan dalam kepekaan rasa. 6) Emosi, sering dikaitkan dengan emosi positif dalam kebiasaan makan sebagai perlakuan untuk menghibur diri dan emosi negatif untuk menolak makanan. 7) Tipe kepribadian, berdasarkan kepekaan pemicu eksternal dan internal yang mempengaruhi asupan makanan yang mungkin berperan penting dalam menentukan keyakinan seseorang dalam mengontrol berat badannya (Barasi, 2014).

3. Metode untuk mengukur Tingkat Konsumsi Energi

a. Food Recall 24 Jam

Pengukuran tingkat konsumsi energi dapat dilakukan dengan metode Food Recall 24 jam. Metode ini merupakan metode pengukuran makan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam 24 jam terakhir. Untuk mendapatkan data yang kuantitatif, maka dilakukan dengan menanyakan secara teliti kepada responden dengan menggunakan URT misalnya

ukuran sendok, piring, gelas, mangkuk dan lain-lain yang biasa digunakan sehari-hari. Recall 24 jam merupakan instrumen yang representatif untuk menilai rata-rata intake pada suatu populasi, sedangkan recall 2x24 jam atau *multiple 24-hr recalls* dapat digunakan untuk meningkatkan nilai korelasi antara asupan zat gizi dengan status gizi dibandingkan dengan dengan *recall* selama 1 hari (Handayani dkk, 2015).

b. Prosedur Penggunaan Food Recall 24 Jam

Responden diminta untuk mengingat kembali semua makanan dan minuman yang sudah dikonsumsi selama 2x24 jam terakhir, responden menggambarkan makanan yang dikonsumsi secara rinci meliputi jumlah, jenis, bentuk mengkonsumsi (mentah/dimasak), cara pengolahannya dll. Responden akan mengestimasi jumlah porsi yang dimakan berdasarkan ukuran rumah tangga (URT) dengan menggunakan bantuan *food model* atau foto dari bahan makanan. Pewawancara akan mengkonversikan porsi yang dikonsumsi ke dalam bentuk gram. Setelah itu, dilakukan analisa terhadap zat gizi dengan merujuk pada *software* nutrisurvey. Piranti lunak (software) NutriSurvey 2007 merupakan salah satu alternative yang digunakan untuk menghitung zat gizi, dan dapat mengurangi kesalahan karena penggunaan kalkulator.

c. Keunggulan dan Kelemahan Metode Food Recall 24 Jam

1. Keunggulan

a) Akurasi data dapat diandalkan. b) Murah, tidak memerlukan biaya tinggi. c) Sederhana, mudah, dan praktis dilaksanakan di masyarakat. d) Waktu pelaksanaan relatif cepat, sehingga mencakup banyak responden. e) Dapat memberikan gambaran nyata yang benar-benar dikonsumsi individu sehingga

dapat dihitung asupan energi dan zat gizi sehari. f) Dapat digunakan bagi orang yang buta huruf maupun yang melek huruf. g) Responden tidak perlu mendapat pelatihan.

2. Kelemahan

a) Tidak dapat menggambarkan asupan makanan sehari – hari bila recall dilakukan hanya satu hari. b) Sangat bergantung pada daya ingat (subjek bisa saja gagal mengingat semua makanan yang dimakan maupun bisa jadi menambahkan makanan yang sebetulnya tidak dimakan. c) Membutuhkan tenaga atau petugas yang terlatih dan terampil dalam menggunakan alat bantu seperti URT dan food model. d) Responden harus diberi penjelasan dan motivasi tentang tujuan pengumpulan data atau penelitian. e) Kurang cocok diterapkan pada responden anak-anak dan lanjut usia. f) Cenderung terjadi kesalahan dalam memperkirakan ukuran porsi yang dikonsumsi.

D. Pandemi COVID-19

1. Pengertian COVID-19

Menurut Kemenkes RI (2020), Coronavirus (CoV) adalah keluarga besar virus yang dapat menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan, sedang sampai berat. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS-CoV ditransmisikan dari kucing luwak (civetcats) ke manusia dan MERS-CoV dari unta ke manusia. Di akhir tahun 2019 telah muncul jenis virus corona baru yakni *coronavirus disease 2019 (Covid-19)*.

Menurut WHO (2020), penyakit coronavirus disease 2019 (*Covid-19*) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona yang baru ditemukan. Kebanyakan orang yang terinfeksi virus *Covid-19* akan mengalami penyakit

pernapasan ringan hingga sedang dan sembuh tanpa memerlukan perawatan khusus. Orang tua dan orang-orang yang memiliki komorbid seperti penyakit kardiovaskular, diabetes, penyakit pernapasan kronis, dan kanker mungkin tertular *Covid-19*. Coronavirus disease 2019 (*Covid-19*) adalah penyakit yang disebabkan oleh turunan coronavirus baru. ‘CO’ diambil dari corona, ‘VI’ virus, dan ‘D’ disease (penyakit). Sebelumnya, penyakit ini disebut ‘2019 novel coronavirus’ atau ‘2019- nCoV.’ Virus *Covid-19* adalah virus baru yang terkait dengan keluarga virus yang sama dengan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) dan beberapa jenis virus flu biasa (UNICEF, 2020)

2. Pandemi *Covid-19* di Indonesia

Pandemi adalah wabah yang berjangkit serempak di mana-mana, meliputi daerah geografis yang luas. Pandemi merupakan epidemi yang menyebar hampir di seluruh negara atau benua, biasanya mengenai banyak orang. Contoh penyakit yang menjadi pandemi adalah *Coronavirus disease 2019 (Covid-19)* (Kemendikbud 2019) .

Pandemi *Covid-19* memberikan dampak yang cukup signifikan dalam penurunan kualitas hidup manusia dalam berbagai aspek, baik fisik, psikologis, maupun lingkungan. Dampak langsung dari pandemi *Covid-19* terjadi di aspek kesehatan. Pada aspek kesehatan, dampak pandemi *Covid-19* adalah tingginya jumlah kasus positif dan kematian akibat *Covid-19*. Sebagai akibatnya, pelayanan kesehatan untuk selain *Covid-19* menjadi terhambat. Selain itu, penurunan layanan kesehatan juga dipengaruhi oleh sikap pengguna layanan kesehatan yang merasa khawatir untuk mengakses layanan kesehatan (Purnamasari, 2021).

3. Dampak pandemi *Covid-19* terhadap perekonomian pedagang

Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) Agustus 2020 menyebut bahwa pertumbuhan ekonomi Indonesia pada kuartal II 2020 minus 5,32 persen. Sebelumnya, pada kuartal I 2020, BPS melaporkan bahwa pertumbuhan ekonomi Indonesia hanya tumbuh sebesar 2,97 persen, turun jauh dari pertumbuhan sebesar 5,02 persen pada periode yang sama 2019 lalu. Kinerja ekonomi yang melemah ini turut pula berdampak pada situasi ketenagakerjaan di Indonesia. Hal ini juga berdampak pada perekonomian pedagang pasar yang mengalami penurunan akibat adanya virus *Covid-19* ini (Azimah dkk, 2020).

Pandemi *Covid-19* membuat kerugian dalam bidang ekonomi maupun sosial. Adanya penerapan PSBB membuat warga yang berjualan di pasar mengalami kerugian, yang dulunya warga bisa menjual dagangannya lebih banyak sebelum pandemic *Covid-19* akan tetapi dengan adanya pandemic ini penjualan semakin menurun dan rugi. Tidak hanya itu, pedagang juga tidak bisa balik modal karena penurunan jumlah pengunjung yang membuat pedagang pasar mengalami penurunan pendapatannya sekitar 50% dari biasanya sebelum adanya pandemi *Covid-19* (Azimah dkk, 2020).

E. Era *New Normal*

1. Pengertian era *New Normal*

New normal adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal namun dengan ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan *Covid-19*. *New normal* adalah langkah percepatan penanganan *Covid-19* dalam bidang kesehatan, sosial, dan ekonomi. Skenario *new normal* dijalankan dengan mempertimbangkan kesiapan daerah dan hasil riset

epidemiologis di wilayah terkait. Prinsip utama dari new normal itu sendiri adalah dapat menyesuaikan dengan pola hidup (Irawati, 2020).

2. Dampak era *new normal* terhadap pedagang

Dengan diterapkannya peraturan *New Normal*, pedagang sudah mulai bisa berjualan dengan menerapkan protokol kesehatan. Strategi yang dapat digunakan untuk keberlanjutan usaha pedagang pasca pandemi *Covid-19* yaitu harus berupaya untuk menciptakan sumber pendapatan baru yang dapat menambah penghasilan di era *new normal*. Salah satu cara yang dapat dilakukan pelaku usaha kecil adalah beradaptasi dengan keadaan, seperti mengalihkan penjualan mereka dari penjualan offline menjadi online, hal tersebut dapat dilakukan lewat website, toko online maupun memanfaatkan fasilitas social media. Dengan begitu diharapkan para konsumen masih dapat mengakses produk atau jasa mereka, dengan demikian diharapkan pendapatan mereka tetap bisa dipertahankan (Meliawati, 2022).