



## Pernyataan Bersama tentang

# Ketahanan Pangan dan Gizi dalam Konteks Pandemi COVID-19 di Indonesia<sup>1</sup>

14 Mei 2020

### Ringkasan Eksekutif

Pemerintah dan berbagai organisasi/institusi di Indonesia berupaya untuk melindungi warga dari *Coronavirus Disease–2019* (COVID-19). Upaya penting yang akan menyelamatkan banyak nyawa ini memerlukan langkah-langkah untuk memperlambat penularan COVID-19. Berbagai langkah tersebut mengakibatkan kesulitan bagi banyak keluarga atau kelompok yang rentan. Secara khusus, pandemi ini berdampak terhadap pendapatan rumah tangga, rantai pasokan pangan, layanan kesehatan, dan kegiatan belajar di sekolah.

Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) di Indonesia, khususnya Kelompok Kerja Ketahanan Pangan dan Gizi, yang terdiri dari FAO, IFAD, UNFPA, WFP, WHO dan UNICEF, mengkhawatirkan dampak pandemi COVID-19 pada status gizi dari mereka yang paling terdampak, terutama mereka yang dari keluarga miskin dan rentan. Pada awal krisis, diperkirakan 2 juta anak balita di Indonesia mengalami *wasting* (gizi kurang), 7 juta anak *stunting* (kerdil) dan 2 juta lainnya kelebihan berat badan<sup>2</sup>, sementara 2.6 juta ibu hamil menderita anemia. Situasi saat ini memperburuk kesulitan yang dihadapi banyak keluarga untuk mengakses pangan sehat yang terjangkau.

Kami mengajak seluruh pemerintah, donor, dan mitra untuk bertindak guna melindungi status gizi keluarga dan individu yang paling rentan di Indonesia, dengan menerapkan langkah-langkah pengendalian pencegahan infeksi yang tepat. Pernyataan Bersama ini dikeluarkan oleh Pimpinan PBB di Indonesia dan dimaksudkan untuk memberikan rekomendasi tentang serangkaian tindakan dan panduan kebijakan yang diprioritaskan untuk mendukung ketahanan pangan dan gizi dalam konteks pandemi COVID-19. Tindakan yang diuraikan dalam pernyataan ini mencakup enam tema: pangan sehat; gizi ibu, bayi dan balita; tatalaksana gizi kurang; suplementasi gizi mikro; pemberian makanan bergizi untuk anak sekolah, dan surveilan gizi. Tindakan-tindakan utama yang diperlukan adalah sebagai berikut:

- 1. Pangan sehat:** Rantai suplai pangan harus terus bergerak dan memastikan ketersediaan pangan bergizi. Pendapatan dan mata pencaharian mereka yang bergantung pada pertanian harus dilindungi. Skema perlindungan sosial dan program di tingkat masyarakat harus membantu memastikan bahwa kelompok yang paling rentan dapat mengakses makanan bergizi. Pesan yang jelas harus dikomunikasikan tentang pentingnya asupan makanan yang sehat dan aman serta membatasi konsumsi makanan yang berkontribusi terhadap kelebihan berat badan dan obesitas.



<sup>1</sup> Diadaptasi dari "FAO, UNICEF, WFP, and WHO Joint statement on nutrition in the context of the COVID-19 pandemic in Asia and The Pacific", 17 April 2020.

<sup>2</sup> Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, Kementerian Kesehatan.

2. **Gizi ibu, bayi dan balita:** Layanan kesehatan harus terus menyediakan layanan gizi penting untuk ibu hamil dan menyusui, bayi baru lahir dan anak-anak yang sakit. Mereka juga harus memberikan dukungan yang tepat bagi ibu menyusui, termasuk ibu dengan COVID-19, dan mengkomunikasikan informasi yang akurat tentang gizi ibu, bayi, dan balita.
3. **Tatalaksana gizi kurang:** Layanan untuk menyelamatkan dan merawat anak-anak yang mengalami gizi kurang dan ibu yang kekurangan gizi harus dipertahankan dan disesuaikan, diantaranya dengan meminimalkan kunjungan langsung untuk perawatan dan lebih banyak memberikan persediaan pangan bergizi di rumah. Tindakan pencegahan gizi kurang diperlukan untuk anak-anak yang rentan dan kelompok populasi lain yang berisiko, termasuk orang berusia lanjut dan orang sakit.
4. **Suplementasi gizi mikro:** Program untuk mencegah dan mengendalikan defisiensi mikronutrien harus dilanjutkan dengan memberikan layanan rutin untuk remaja putri, ibu hamil dan balita. Namun, pemberian suplementasi massal yang direncanakan (misalnya pemberian vitamin A dan obat cacing) harus ditunda dan direncanakan jika keadaan telah memungkinkan.
5. **Pemberian makanan bergizi anak sekolah:** Ketika sekolah ditutup, edukasi tetap harus diberikan kepada guru, orang tua dan anak-anak tentang pentingnya pangan yang aman dan sehat, kebersihan, dan aktivitas fisik untuk anak usia sekolah. Jika memungkinkan, program pemberian makanan bergizi untuk anak sekolah harus dilanjutkan dengan menggunakan alternatif lain, misalnya dengan transfer tunai, distribusi bahan pangan, atau pengiriman makanan ke rumah anak tersebut.
6. **Surveilans gizi:** Kami melihat pentingnya dilakukan upaya pengawasan keamanan pangan dan gizi yang disesuaikan dengan menggunakan ponsel (jarak jauh) atau survei berbasis web untuk memantau fungsionalitas pasar yang menjual bahan pangan, mekanisme pertahanan diri (*coping mechanism*), pola konsumsi pangan, dan kemiskinan multidimensi. Pengambilan data tepat waktu dan pembaruan keamanan pangan dan informasi gizi sangat penting tidak hanya untuk mengidentifikasi populasi yang berisiko tetapi juga untuk memantau dan mengatasi faktor-faktor yang kemungkinan memiliki dampak negatif pada status gizi kelompok yang rentan.

Dokumen ini dibuat berdasarkan pemahaman COVID-19 yang terjadi saat ini dengan memperhatikan pembatasan sosial dan jarak. Dokumen ini akan diperbarui secara berkala ketika muncul bukti atau pemahaman baru yang terus berkembang tentang bagaimana melakukan program yang efektif dalam konteks COVID-19. Penjelasan singkat yang lebih detail tentang masing-masing tema, daftar istilah, dan daftar referensi terdapat dalam bagian selanjutnya.

## Catatan Singkat untuk Pernyataan Bersama PBB tentang Ketahanan Pangan dan Gizi dalam Konteks COVID-19

### AKSES DAN KONSUMSI MAKANAN SEHAT

Pandemi COVID-19 memiliki dampak yang sangat signifikan pada kehidupan keluarga di Indonesia. Sekitar 3 juta orang kehilangan pekerjaan atau mata pencaharian mereka, anak-anak tidak lagi dapat mengakses program pemberian makanan bergizi untuk anak sekolah dan beberapa keluarga berjuang untuk membeli makanan yang biasa mereka konsumsi. Orang-orang harus menghabiskan lebih banyak waktu di rumah dan mungkin akan terjadi perubahan konsumsi makan menjadi kurang beragam, serta meningkatnya konsumsi makanan olahan dan berkurangnya konsumsi makanan bergizi, termasuk buah-buahan dan sayuran segar. Keadaan saat ini dapat memperburuk situasi yang sebelumnya telah dihadapi banyak keluarga dalam mengakses makanan berkualitas yang terjangkau. Sistem dan rantai pasokan pangan saat ini terganggu karena pembatasan sosial.

Mengonsumsi makanan yang seimbang, beragam, bergizi, termasuk biji-bijian, kacang-kacangan, buah-buahan, sayuran, dan sumber pangan hewani merupakan salah satu cara penting untuk meningkatkan kesehatan, gizi, dan menjaga sistem kekebalan tubuh. Untuk mencapai hal ini, sistem pangan memerlukan dukungan dan rantai pasokan harus terus memasok pangan yang cukup, meminimalkan pemborosan makanan dan memastikan semua orang, terutama kelompok yang rentan, dapat mengakses makanan yang cukup dari sisi jumlah dan kualitas, serta aman dan terjangkau. Penting juga untuk menyampaikan pesan yang jelas tentang pentingnya mengonsumsi makanan sehat dan perlunya membatasi makanan yang berkontribusi terhadap kelebihan berat badan dan obesitas serta meningkatkan risiko penyakit tidak menular, masalah gigi, dan kesehatan jangka panjang yang buruk. Rekomendasi tersebut meliputi:

1. Memastikan stabilitas pasokan pangan dengan mendukung petani kecil untuk meningkatkan produktivitas pertanian, mendukung pergerakan rantai pasokan pangan, dan mengurangi kehilangan dan pemborosan pangan melalui penyediaan jaring pengaman peningkatan produktivitas dan mengurangi kerugian setelah panen dan penyimpanan untuk meningkatkan persediaan pangan. Meminimalisir hambatan dan memperkuat jaringan rantai pasar lokal dan domestik sehingga dapat dengan mudah menghubungkan petani/ produsen kecil ke pasar.
2. Mendukung orang-orang yang berada dalam kelompok rentan untuk mengakses makanan bergizi, baik di daerah perkotaan maupun pedesaan. Demikian juga untuk rumah tangga yang tidak mampu membeli makanan bergizi karena kehilangan pekerjaan/ mata pencaharian. Dukungan dapat diberikan melalui perlindungan sosial dan program di masyarakat. Pemberian pangan yang tinggi lemak, garam dan gula, yang masuk dalam bantuan pangan, harus dihindari.
3. Memberikan informasi yang akurat tentang bagaimana tetap mengonsumsi makanan sehat untuk semua lapisan masyarakat, terutama anak-anak, ibu hamil dan menyusui, orang berusia lanjut, dan orang sakit. Informasi tersebut harus dipromosikan dan dikomunikasikan secara luas, dengan fokus pada saluran multi-media<sup>3,4,5</sup>. Mengonsumsi makanan sehat berdasarkan

---

<sup>3</sup> UNICEF messages on healthy eating during the COVID-19 pandemic: <https://www.unicef.org/eap/how-eat-well-while-staying-home>

<sup>4</sup> FAO. Maintaining a healthy diet during the COVID-19 pandemic: <http://www.fao.org/documents/card/en/c/ca8380en>

<sup>5</sup> WFP. Food for thought: 7 tips on keeping a healthy diet in the face of coronavirus: The 'Grows, Gos and Nos' — advice from WFP nutritionists on dos and don'ts of eating in quarantine. <https://insight.wfp.org/food-for-thought-7-tips-on-keeping-a-healthy-diet-in-the-face-of-coronavirus-7fab7f06177>

rekomendasi WHO<sup>6,7</sup> dan pedoman gizi seimbang<sup>8</sup> adalah cara penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kekebalan tubuh serta kesehatan dalam jangka panjang. Makan sehat artinya mengonsumsi makanan bergizi, seimbang, beragam, termasuk biji-bijian, kacang-kacangan, buah-buahan, sayuran, dan pangan hewani. Tidak ada bukti bahwa makanan tertentu atau suplemen makanan memberikan perlindungan terhadap COVID-19, tetapi zat gizi mikro tertentu dapat berkontribusi pada sistem kekebalan tubuh (lihat bagian tentang suplementasi zat gizi mikro di bawah). Selain dengan menghindari makanan yang tinggi garam, gula, dan lemak (tinggi GGL) serta menjaga pola makan yang sehat, mencegah kelebihan berat badan, dan risiko penyakit tidak menular.

4. Tidak ada bukti sampai saat ini virus yang menyebabkan COVID-19 dapat ditularkan melalui makanan atau kemasan makanan. Dengan demikian, aman untuk mengonsumsi makanan pokok sumber karbohidrat, buah-buahan, sayuran, produk susu, kacang-kacangan, daging, ikan, dan telur dengan mempraktikkan langkah-langkah keamanan pangan dan menerapkan prinsip-prinsip kebersihan makanan.
5. Mempromosikan standar kebersihan makanan termasuk mencuci tangan dengan sabun sebelum menyiapkan dan menangani makanan.
6. Mempromosikan dan mengkomunikasikan faktor-faktor dan gaya hidup yang sangat penting untuk menjaga kesehatan dan sistem kekebalan tubuh. Diantaranya yaitu menghindari rokok dan alkohol berlebihan, berolahraga sesering mungkin, mengurangi perilaku tidak aktif, dan cukup tidur<sup>9</sup>.

*Daftar istilah tentang keamanan pangan, makan sehat dan bergizi, serta makanan tinggi GGL terdapat pada Lampiran.*

## GIZI IBU, BAYI DAN BALITA

Bayi, balita, ibu hamil dan ibu menyusui menghadapi risiko yang signifikan terhadap status gizi dan kesehatan mereka karena pembatasan akses ke layanan kesehatan serta akses terhadap makanan bergizi yang terjangkau. Dampak pandemi COVID-19 sangat dirasakan pada pendapatan rumah tangga, akses pasar dan layanan kesehatan. Dukungan gizi yang sesuai dan tepat waktu untuk ibu, bayi dan balita dapat menyelamatkan nyawa, melindungi kesehatan dan perkembangan anak, serta memberi manfaat bagi ibu. Secara khusus, ada kebutuhan mendesak untuk memastikan ibu menerima saran dan dukungan yang akurat tentang menyusui.

1. Pemerintah harus memprioritaskan layanan untuk melindungi, mempromosikan dan mendukung Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA), termasuk pemberian ASI, sebagai komponen penting dari kesehatan dan gizi saat pandemi COVID-19. Tindakan ini perlu diadaptasi sesuai dengan situasi COVID-19 yang berkembang di setiap negara, termasuk Indonesia (lihat ringkasan UNICEF/ GTAM/ GNC terkini tentang PMBA dalam konteks COVID-19<sup>10</sup>).

---

<sup>6</sup> WHO. Food and nutrition tips during self quarantine [www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance/food-and-nutrition-tips-during-self-quarantine](http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance/food-and-nutrition-tips-during-self-quarantine)

<sup>7</sup> WHO. Healthy diet. <https://www.who.int/behealthy/healthy-diet>

<sup>8</sup> FAO. Dietary guidelines [www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/](http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/)

<sup>9</sup> WHO. Take steps for better health <https://www.who.int/behealthy>

<sup>10</sup> UNICEF, Global Nutrition Cluster, Global Technical Assistance Mechanism for Nutrition. Infant & young child feeding in the context of COVID-19. Brief No. 2 (v1, March 30th, 2020) [https://mcusercontent.com/fb1d9aabd6c823bef179830e9/files/ffa9cdc1-17de-4829-9712-16abe85c2808/IYCF\\_Programming\\_in\\_the\\_context\\_of\\_COVID\\_19\\_30\\_March\\_2020.pdf](https://mcusercontent.com/fb1d9aabd6c823bef179830e9/files/ffa9cdc1-17de-4829-9712-16abe85c2808/IYCF_Programming_in_the_context_of_COVID_19_30_March_2020.pdf)

2. Dianjurkan agar ibu terus menyusui, terlepas dari status COVID-19 ibu, sesuai dengan pernyataan WHO<sup>11</sup> tentang coronavirus dan menyusui. Seorang ibu dengan COVID -19 harus didukung untuk menyusui dengan aman, melakukan kontak kulit ke kulit dan rawat gabung dengan bayinya. Ibu juga dapat memberikan ASI dengan aman kepada bayinya. Saran ini didasarkan pada manfaat menyusui yang diketahui dan semakin banyak bukti sampai saat ini yang menunjukkan bahwa virus COVID-19 tidak ada dalam ASI<sup>12</sup>. Risiko utama penularan antara ibu dan anak adalah melalui kontak erat melalui percikan udara pernapasan. Untuk ibu terduga atau positif COVID-19, harus mengikuti protokol rumah sakit dengan meningkatkan praktik kebersihan untuk mencegah penularan saat memberi makan bayi dan anak, termasuk mengenakan masker; sering mencuci tangan; dan secara rutin membersihkan dan melakukan penyemprotan disinfektan pada permukaan dan benda. Ibu/ pengasuh dengan dugaan infeksi COVID-19 tidak boleh dicap buruk.
3. Dalam kasus di mana ibu sangat sakit atau tidak dapat menyusui atau memerah ASI, bayi harus diberi donor ASI jika tersedia melalui skrining dan pasteurisasi, atau dengan memberikan produk pengganti ASI yang sesuai. Fasilitas kesehatan dan staf mereka harus mengajari ibu/ pengasuh cara menyiapkan susu dengan aman dan cara memberikan susu menggunakan cangkir.
4. Kepatuhan penuh terhadap Kode Internasional Pemasaran Pengganti ASI dan resolusi WHA (termasuk WHA 69.9 dan Pedoman WHO yang terkait yang melarang promosi makanan yang tidak tepat untuk bayi dan balita) harus dipertahankan dalam semua konteks. Bantuan susu pengganti ASI, makanan dan peralatan makan, termasuk botol dan dot, tidak boleh diberikan. Bantuan produk susu pengganti ASI oleh produsen telah terbukti menyebabkan peningkatan penggunaan produk susu dan menurunkan angka menyusui. Dalam keadaan di mana penggunaan produk susu pengganti ASI diperlukan, maka pembelian, pendistribusian, serta penggunaannya harus diawasi dengan ketat<sup>13</sup>.
5. Untuk bayi atau balita yang sakit karena dicurigai, diduga, atau dikonfirmasi COVID-19 atau penyakit lainnya, petugas kesehatan harus memberikan saran kepada ibu untuk terus menyusui. Bagi bayi yang berusia enam bulan ke atas, petugas kesehatan juga harus memberikan saran kepada pengasuh untuk memberikan makanan yang bervariasi kepada anak, terutama selama masa pemulihan.
6. Untuk bayi dan balita yang berusia 6-23 bulan, konseling oleh petugas kesehatan kepada pengasuh harus menekankan pentingnya makanan sehat yang bergizi seimbang dan beragam sesuai usia. Selama pemberian makanan pendamping ASI, penting untuk memperhatikan persiapan/ penanganan makanan yang aman.
7. Untuk ibu hamil dan menyusui, layanan gizi seperti pemberian suplementasi zat besi dan asam folat (lihat bagian tentang suplementasi zat gizi mikro di bawah), konseling gizi tentang konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang dan saran menyusui harus dilakukan pada saat pemeriksaan kehamilan, dengan langkah-langkah pengendalian infeksi yang tepat<sup>14</sup>. Untuk ibu

---

<sup>11</sup> WHO. Home care for patients with suspected COVID infection. Interim Guidance, 17 March 2020.

[https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)

<sup>12</sup> Emergency Nutrition Network. Initial literature search results on breastmilk, breastfeeding and pregnancy-related to COVID-19. March 23 2020. <https://www.enonline.net/breastmilkbreastfeedingpregnancycovid19>

<sup>13</sup> ENN/IFE Core Group. Operational Guidance on Infant Feeding in Emergencies (OG-IFE) version 3.0. 2017. <https://www.enonline.net/operationalguidance-v3-2017>

<sup>14</sup> WHO Rational use of personal protective equipment (PPE) for coronavirus disease (COVID-19): interim guidance, 19 March 2020. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331498>

dan anak usia 6-23 bulan, program perlindungan sosial untuk menjaga konsumsi makanan harus menjadi prioritas.

8. Strategi alternatif untuk memberikan konseling dan edukasi tentang pemberian makan, konsumsi, dan gizi untuk ibu, bayi dan balita harus dilaksanakan di mana pembatasan sosial dapat mengganggu rutinitas layanan seperti perawatan kehamilan dan imunisasi/ klinik anak, termasuk konseling dan pemberian saran melalui telepon dan online.

## TATALAKSANA GIZI KURANG DALAM KONTEKS COVID-19

Krisis COVID-19 kemungkinan akan semakin memperburuk kerentanan anak-anak dengan gizi kurang. Terlepas dari tantangan terkait kapasitas dalam fasilitas kesehatan dan pembatasan dalam pergerakan sumberdaya, mempertahankan layanan perawatan untuk ibu dan anak dengan gizi kurang harus diprioritaskan bersamaan dengan perlindungan anak-anak yang rentan dan kelompok populasi lain yang berisiko gizi kurang, termasuk orang yang berusia lanjut dan orang sakit. Pertimbangan untuk pencegahan dan pengelolaan gizi kurang pada anak<sup>15</sup> dan ibu adalah:

1. Perlindungan, promosi dan dukungan pemberian makanan yang sesuai dan aman untuk semua anak yang disusui dan tidak disusui selama dan setelah sakit, dengan standar kebersihan untuk ibu (lihat pedoman di atas).
2. Kepatuhan yang tinggi terhadap tindakan kebersihan dan kesehatan yang direkomendasikan harus diperhatikan di bangsal rawat inap yang memberikan pengobatan untuk anak-anak yang gizi kurang dengan komplikasi medis, misalnya dengan membatasi kontak dengan banyak petugas kesehatan, ruang fisik minimal dua meter di antara tempat tidur dan mengurangi kunjungan anggota keluarga.
3. Mengintensifkan produk atau formula gizi penting (F75/ F100, RUTF, makanan yang dibawa pulang, makanan difortifikasi, Pemberian Makanan Tambahan/ PMT, dll.) Dan memastikan terjaminnya pasokan obat-obatan rutin di tingkat pusat, di fasilitas kesehatan dan di tingkat masyarakat dalam mengantisipasi gangguan rantai pasokan.
4. Mengurangi frekuensi kunjungan lanjutan ke fasilitas layanan kesehatan menjadi sebulan sekali untuk balita gizi buruk tanpa komplikasi dengan meningkatkan ransum yang dapat dibawa pulang dari aspek gizi (jika semua layanan ditangguhkan, pertimbangkan distribusi hingga 8 minggu). Kapan saja memungkinkan, berikan semua perawatan untuk gizi buruk tanpa komplikasi di masyarakat (anak-anak, ibu dan orang tua) melalui kader dan petugas Kesehatan, atau platform berbasis masyarakat lainnya. Langkah-langkah untuk mengurangi keramaian harus diperhatikan saat pelaksanaan.
5. Bila terjadi kerawanan pangan, sangat penting untuk melindungi anak-anak yang rentan, ibu hamil dan menyusui agar tidak mengalami kekurangan gizi dengan meningkatkan distribusi makanan bergizi yang difortifikasi khusus, terutama bagi anak-anak di bawah usia dua tahun untuk melengkapi makanan pendamping yang disediakan di rumah, serta untuk ibu hamil dan menyusui dengan memberikan sistem perlindungan sosial (seperti juga disebutkan di Bagian tentang Akses dan Konsumsi Makanan Sehat).

## PEMBERIAN SUPLEMEN GIZI MIKRO UNTUK IBU HAMIL, IBU MENYUSUI, REMAJA PUTRI, DAN ANAK-ANAK

---

<sup>15</sup> UNICEF, Global Nutrition Cluster, Global Technical Assistance Mechanism for Nutrition. Management of child wasting in the context of COVID-19. Brief No.1 (v1, March 27th, 2020) [https://musercontent.com/fb1d9aabd6c823bef179830e9/files/ed7b4963-8c06-4c19-936b-e2dfc1bfb45c/Wasting\\_Programming\\_COVID19\\_Brief\\_27\\_March\\_For\\_distribution.pdf](https://musercontent.com/fb1d9aabd6c823bef179830e9/files/ed7b4963-8c06-4c19-936b-e2dfc1bfb45c/Wasting_Programming_COVID19_Brief_27_March_For_distribution.pdf)

Zat gizi mikro (vitamin dan mineral) sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, zat gizi mikro juga memiliki peran penting dalam mencegah penyakit dengan meningkatkan sistem imun di dalam tubuh. Pola makan yang sehat (lihat penjelasan sebelumnya/di atas) merupakan sumber yang sangat baik untuk vitamin dan mineral. Namun, penguatan intervensi pemberian suplemen gizi mikro masih sangat dibutuhkan terutama untuk populasi yang beresiko tinggi mengalami defisiensi zat gizi mikro. Defisiensi (kekurangan) zat gizi mikro telah diketahui sebagai masalah kesehatan masyarakat, di antaranya kekurangan yodium, Vitamin A, zat besi dan asam folat. Kekurangan zat gizi mikro adalah ancaman utama bagi kesehatan terutama untuk anak-anak, remaja putri, ibu hamil, ibu menyusui, orang yang lanjut usia, dan orang sakit. Selama masa krisis ini, kelompok yang paling rentan tersebut dapat mengalami kekurangan zat gizi mikro, disebabkan karena kurangnya asupan dan adanya kendala dalam program pemberian suplemen zat gizi mikro untuk ibu hamil, serta Vitamin A dan bubuk multivitamin (*Multiple Micronutrient Powders/MNPs*) untuk anak-anak. Dalam situasi COVID-19, berikut adalah hal-hal yang direkomendasikan:

1. **Melanjutkan Program Pencegahan dan Pengendalian Kekurangan Zat Gizi Mikro sebisa mungkin**, termasuk pemberian suplemen untuk ibu hamil dan menyusui setiap kunjungan selama kehamilan (*Antenatal Care/ANC*) dan setelah melahirkan (*Postnatal Care/PNC*), pemberian tablet tambah darah (TTD) mingguan kepada remaja putri yang didistribusikan di sekolah (jika sekolah tutup, Puskesmas perlu menyediakan TTD atau remaja putri dapat membeli TTD secara mandiri ke apotek), serta Vitamin A dan Bubuk multivitamin (MNPs) ke setiap anak saat imunisasi atau kunjungan ke Posyandu/Puskesmas. Persediaan tambahan suplemen tersebut harus didistribusikan kepada ibu, remaja putri, dan anak-anak untuk mengurangi frekuensi kunjungan, jika dimungkinkan. Keputusan untuk melakukan distribusi suplemen zat gizi mikro tersebut secara rutin tetap harus memperhatikan kebijakan dari pemerintah daerah untuk menjaga jarak aman, kondisi sistem Pelayanan Kesehatan, status daerah dan mengantisipasi status daerah dalam penyebaran virus SARS-CoV-2 (apakah masuk ke dalam klasifikasi tidak ada kasus, penyebaran sporadis, penyebaran menurut klaster, atau penyebaran sudah sedemikian rupa di tengah masyarakat hingga tidak diketahui lagi sumbernya), dan faktor-faktor lain seperti demografi penduduk dan pola mitigasi. Anjuran ini sesuai dengan arahan dari WHO dalam mempertimbangkan pelaksanaan imunisasi rutin<sup>16,17</sup>. Rantai pasokan suplemen zat gizi mikro harus terus tetap terjaga dan sudah termasuk persiapan proses pendistribusian.
2. **Mendukung pengobatan dan perawatan pasien dengan gejala klinis defisiensi zat gizi mikro** ditunjukkan dengan adanya fasilitas pelayanan kesehatan yang masih melanjutkan intervensi di mana saja selama kondisi memungkinkan, hal ini merupakan intervensi yang sangat penting. Contohnya, tetap menyediakan tablet tambah darah/zat besi untuk ibu hamil yang anemia dan kalsium untuk para ibu hamil yang menunjukkan gejala hipertensi.
3. **Menggunakan metode alternatif lain untuk distribusi** juga perlu dipertimbangkan jika pelayanan tetap bisa dilaksanakan dalam keadaan yang aman dengan tetap mempertahankan jarak dan tindakan pencegahan penularan infeksi yang dianjurkan, dilengkapi dengan perlengkapan yang memadai sebagai bagian dari tindakan pencegahan tersebut.
4. **Pelaksanaan kampanye tentang zat gizi mikro secara luas (seperti *Vitamin A Supplementation/VAS* dan obat cacing)** harus dihentikan sementara. Sebagai gantinya,

---

<sup>16</sup> WHO. Guiding principles for immunization activities during the COVID-19 pandemic Interim guidance, 26 March 2020 [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331590/WHO-2019-nCoV-immunization\\_services-2020.1-eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331590/WHO-2019-nCoV-immunization_services-2020.1-eng.pdf)

<sup>17</sup> WHO. COVID-19: Operational guidance for maintaining essential health services during an outbreak. 25 March 2020 <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/maintaining-essential-health-services-and-systems>

distribusi rutin Vitamin A harus tetap terlaksana bersamaan dengan pelayanan kesehatan rutin yang tetap beroperasi (seperti imunisasi rutin, pelayanan gizi buruk, dll).

5. **Pemerintah harus merencanakan kesempatan yang paling dini untuk pemulihan dan intensifikasi distribusi vitamin A secara massal** setelah kondisinya memungkinkan dan Pemerintah pusat disarankan dapat memberi informasi jika kampanye dan distribusi rutin vitamin A sudah dapat dilanjutkan kembali.
6. Saat ini tercatat bahwa **tidak ada bukti efektivitas dari pemberian Vitamin A dosis tinggi terhadap COVID-19** atau mengurangi tingkat keparahan penyakit pada anak-anak dan orang dewasa<sup>18</sup>.

## PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI UNTUK ANAK SEKOLAH

Untuk meminimalkan penyebaran pandemi COVID-19, Pemerintah telah menutup pembelajaran di sekolah untuk sementara, berdampak pada lebih dari 48 juta pelajar di lebih dari 360,000 sekolah dari pendidikan usia dini hingga tinggi, dan tingkat putus sekolah dikhawatirkan akan meningkat karena orang tua kehilangan pekerjaan dan mata pencaharian. Penutupan sekolah tidak hanya mempengaruhi kualitas pendidikan anak, namun juga membuat mereka tidak dapat mengakses pelayanan kesehatan dan gizi penting yang ada di sekolah, termasuk pemberian makanan sehat dan bergizi untuk anak sekolah. Dalam konteks ketahanan pangan, pemberian makanan di sekolah merupakan bagian dari jaring pengaman sosial untuk anak dan rumah tangga dimana program ini menyediakan makanan bergizi yang dibutuhkan oleh anak sekolah. Ketidakhadiran mereka di sekolah dapat mempengaruhi status kesehatan dan gizi anak.

Di Indonesia, setidaknya ada 148,500 anak sekolah di beberapa provinsi yang tidak lagi mendapat makanan bergizi di sekolah, di mana bagi para murid, makanan ini merupakan makanan bergizi yang utama dari makanan sehari-hari mereka. Untuk banyak rumah tangga miskin, pemberian makanan di sekolah menggantikan 10% dari pengeluaran bulanan mereka untuk makanan, dengan adanya penutupan sekolah tentu akan menambah beban ekonomi mereka. Untuk menjaga kondisi kesehatan dan gizi anak usia sekolah selama masa krisis, dibutuhkan upaya gabungan antara Kementerian/Lembaga dan pemerintah daerah terkait, pihak donor, dan mitra terkait baik dalam jangka waktu pendek maupun menengah. Petunjuk pelaksanaan bersama dari FAO, UNICEF dan WFP terkait program pemberian makanan bergizi untuk anak sekolah telah tersedia<sup>19</sup>.

Tindakan yang direkomendasikan selama tidak ada kegiatan belajar mengajar di sekolah:

1. Menyediakan informasi dan komunikasi kepada seluruh staf sekolah, guru, orang tua/wali murid dan peserta didik tentang pentingnya pola makan yang sehat dan aman, menjaga kebersihan, dan berolah raga yang sesuai dengan anak usia sekolah. Informasi yang disediakan harus mudah untuk diakses dan mudah dipahami, serta bisa ditautkan dengan pesan upaya pencegahan penyebaran COVID-19<sup>20</sup>.

---

<sup>18</sup> GAVA. GAVA Consensus Statement on vitamin A supplementation delivered through mass campaigns and routine delivery in the context of the COVID-19 pandemic. 7 April 2020. [http://www.gava.org/content/user\\_files/2020/04/GAVA-Consensus-Statement-VAS-in-the-context-of-COVID-19-v.20200407.pdf](http://www.gava.org/content/user_files/2020/04/GAVA-Consensus-Statement-VAS-in-the-context-of-COVID-19-v.20200407.pdf)

<sup>19</sup> FAO, UNICEF, WFP. Mitigating the effects of the COVID-19 pandemic on food and nutrition of schoolchildren. 27 March 2020. <http://www.fao.org/documents/card/en/c/ca8434en>

<sup>20</sup> UNICEF, WHO, IFRC: IASC 2020 Interim guidance for COVID-19 prevention and control in schools, March 2020, <https://interagencystandingcommittee.org/other/interim-guidance-covid-19-prevention-and-control-schools-jointly-developed-ifrc-unicef-and>



2. Jika memungkinkan, saat sekolah tutup, tetap melanjutkan program pemberian makanan bergizi untuk anak sekolah dengan menggunakan metode alternatif distribusi lain melalui sistem catering, distribusi bahan pangan yang dapat dibawa pulang, pemberian voucher, atau bantuan uang tunai, dengan standar perlindungan pencegahan infeksi. Hal ini diharapkan dapat memberikan akses untuk anak-anak agar tetap mendapat makanan bergizi setiap hari. Dalam situasi dan kondisi di mana pemberian makanan di sekolah masih tetap tidak memungkinkan, pemerintah harus mempertimbangkan agar anak sekolah menjadi bagian dari program jaring pengaman sosial yang sudah ada. Pemerintah dapat menjajaki penggunaan media *on line*, dan platform yang ada dalam telepon genggam, jaringan radio, dan saluran di berbagai media massa lainnya dalam menyiarkan pesan untuk melanjutkan distribusi makanan.

Tindakan yang diperlukan saat sekolah sudah merencanakan akan atau sedang dibuka kembali:

1. Sebelum sekolah dimulai, perlu **melakukan peninjauan dan mengerahkan sumber daya yang ada untuk mengatasi kesenjangan** air, infrastruktur kebersihan dan sanitasi, pasokan, dan meningkatkan protokol serta petunjuk kesehatan sekolah dan ketahanan pangan.
2. Saat sekolah sudah kembali dimulai, perlu **memperkuat pesan-pesan tentang gizi yang baik** dan manfaat dari pola makan sehat, aktif bergerak, **serta perilaku hidup bersih** sebagai suatu kebiasaan kepada peserta didik, staf sekolah, orang tua/wali murid dan masyarakat.
3. **Pemberian makanan bergizi di sekolah akan menarik peserta didik untuk kembali** ke sekolah saat sekolah kembali dibuka. Siapkan perencanaan, dan siapkan para guru, staf sekolah, untuk melanjutkan kembali kegiatan pemberian makanan di sekolah, serta pelayanan kesehatan dan gizi. Selain itu, perlu mendorong orang tua dan anak untuk kembali ke sekolah dan mendapat manfaat dari pelayanan kesehatan dan gizi di sekolah.
4. Setelah kegiatan berbasis sekolah kembali dimulai, Pemerintah disarankan untuk melakukan **peninjauan potensi untuk mengembangkan program pemberian makanan di sekolah yang dibiayai dari anggaran nasional/ daerah dan melihat program ini sebagai bagian dari cakupan jaring pengaman sosial** dengan menyediakan bantuan peningkatan pendapatan secara tidak langsung untuk rumah tangga dan masyarakat yang dapat mengurangi dampak negatif dari COVID-19 dalam bidang ekonomi dan ketahanan pangan.

## **SURVEI DAN PENILAIAN GIZI PADA SITUASI COVID-19**

Di tengah situasi pandemi COVID-19 saat ini, pengumpulan serta pembaruan informasi terkait situasi ketahanan pangan dan gizi secara tepat waktu sangat diperlukan, tidak hanya untuk mengidentifikasi populasi yang berisiko namun juga untuk memonitor dan melihat faktor-faktor yang dapat memberikan dampak negatif pada status gizi masyarakat. Situasi pandemi saat ini berdampak pada akses masyarakat terhadap makanan bergizi dan kebutuhan dasar lainnya, khususnya kelompok masyarakat dengan kondisi sosial-ekonomi yang kurang beruntung, sebagai akibat dari pembatasan sosial (*social distancing*), gangguan fungsi pasar, melonjaknya harga pangan serta terbatasnya akses pelayanan kesehatan dan kebersihan. Adanya gangguan fungsi pasar dapat mendorong masyarakat untuk mengkonsumsi pangan yang kurang bergizi, umumnya berupa makanan beku dan siap saji. Di sisi lain, pengawasan status gizi secara rutin juga berpotensi mengalami gangguan dengan ditutupnya fasilitas kesehatan, tidak adanya pelayanan yang dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat, dan pengaturan jam kerja tenaga kesehatan terkait penanganan COVID-19. Dalam konteks ini, penerapan sistem pengawasan ketahanan pangan dan gizi menggunakan telepon seluler atau survei berbasis web menjadi penting untuk memantau beberapa hal yang diuraikan di bawah ini. Selain itu, memastikan koordinasi kegiatan terkait data status gizi menjadi sangat penting untuk menghindari adanya duplikasi

dalam kegiatan yang diupayakan. Data dan informasi terkait dengan gizi harus mudah diakses oleh semua pemangku kepentingan.

1. **Fungsionalitas pasar**<sup>21</sup>. Fungsionalitas pasar dapat memberikan informasi tentang bagaimana pasar dapat berfungsi dengan baik, informasi terkait ketersediaan pangan dan fluktuasi harga pangan yang dapat dilakukan melalui serangkaian wawancara dengan pedagang. Memonitor harga pangan pokok, terutama yang memiliki nilai gizi tinggi, sangat penting untuk memahami pangan yang terjangkau dan melihat ketahanan pangan secara keseluruhan pada tingkat rumah tangga dan individu.
2. **Mekanisme pertahanan diri**<sup>22</sup>. Tinjauan mekanisme pertahanan diri (*coping strategy*) dapat memberikan gambaran terkait mekanisme yang diadopsi oleh masyarakat guna mengatasi kebutuhan gizi harian mereka dan perubahan yang mungkin terjadi seiring dengan waktu. Di tingkat rumah tangga, mekanisme ini dapat ditinjau dengan menggunakan beberapa metode seperti *Reduced coping strategy index* (rCSI) maupun *Livelihood Coping Strategy Index* (LCSI).
3. **Kecenderungan pola konsumsi pangan**. Kecenderungan pola konsumsi pangan dapat memberikan informasi tentang konsumsi pangan masyarakat, sumber pangan, serta perubahan yang mungkin terjadi seiring dengan waktu. Kecenderungan pola konsumsi pangan dapat ditinjau menggunakan beberapa indikator di tingkat rumah tangga seperti Skor Konsumsi Pangan terkait Gizi (*Food Consumption Score* for nutrition/FCS – N) dan Skor Keanekaragaman Konsumsi Pangan Rumah Tangga (*Household Dietary Diversity Score/HDDS*)<sup>23</sup>; dan pada tingkat individu: Keanekaragaman Minimum Konsumsi Pangan pada Perempuan (*Minimum Dietary Diversity for Women/MDD-W*)<sup>24</sup> dan Pola Pangan Minimum yang Dapat Diterima (*Minimum Acceptable Diet/MAD*) untuk baduta (bawah dua tahun) serta praktik pemberian ASI dengan menggunakan definisi standar terbaru dari indikator tersebut<sup>25</sup>.
4. **Kemiskinan multi-dimensi (deprivasi)**<sup>26</sup>, tinjauan terkait kemiskinan multi-dimensi dapat memberikan informasi tentang akses rumah tangga terhadap pelayanan dasar, seperti kesehatan, pendidikan, dan pangan akibat adanya pembatasan akses fisik atau kehilangan sumber penghasilan.
5. **Pertimbangan lainnya**. Beberapa pertimbangan lain yang dapat dilakukan diantaranya: Biaya yang dikeluarkan untuk Pangan (*Cost of Diet*), kendala dalam pelayanan kesehatan dan gizi, kendala dalam pemberian makanan di sekolah<sup>27</sup>, perlindungan, kekerasan berbasis gender yang selanjutnya dapat memberi dampak terhadap gizi.

Dengan adanya pembatasan sosial, pemerintah perlu menyesuaikan desain survei untuk meminimalisir risiko munculnya masalah kesehatan. Pemerintah dapat mempertimbangkan penggunaan survei jarak jauh (survei melalui telepon genggam atau website) dan analisa serta

---

<sup>21</sup> WFP (2017) Market Analysis Guidelines. Available at: <https://www.wfp.org/publications/market-analysis-guidelines>

<sup>22</sup> WFP (2015) Consolidated Approach to Reporting Indicators of Food Security (CARI) - Technical Guidance Note. Available at : <https://www.wfp.org/publications/consolidated-approach-reporting-indicators-food-security-cari-guidelines>

<sup>23</sup> FAO (2013) Guidelines for measuring household and individual dietary diversity. Available at: <http://www.fao.org/nutrition/assessment/tools/household-dietary-diversity/en/>

<sup>24</sup> FAO and FHI 360. 2016. Minimum Dietary Diversity for Women: A Guide for Measurement. Rome: FAO. Available at: <http://www.fao.org/nutrition/assessment/tools/minimum-dietary-diversity-women/en/>

<sup>25</sup> Outcome of 2018 technical consultation to update infant and young child feeding indicators. <http://origin.who.int/nutrition/team/2018-team-interagency-consultation-iyf-indicators-meetingreport.pdf>

<sup>26</sup> WFP (2018) Essential Needs Assessment. Interim Guidance Note. Available at: <https://docs.wfp.org/api/documents/WFP-0000074197/download/>

<sup>27</sup> WFP (2020) Global monitoring of schools meals during COVID-19 school closures: <https://cdn.wfp.org/2020/school-feeding-map/index.html>

peninjauan data sekunder sebagai metodologi yang paling memungkinkan untuk digunakan saat ini.

**Narahubung:**

Untuk informasi dan pertanyaan lebih lanjut, silahkan menghubungi staf PBB untuk bidang ketahanan pangan dan gizi di Indonesia:

FAO Indonesia: Dewi Fatmaningrum [Dewi.Fatmaningrum@fao.org](mailto:Dewi.Fatmaningrum@fao.org)

IFAD Indonesia: Anissa Lucky Pratiwi [a.pratiwi@ifad.org](mailto:a.pratiwi@ifad.org)

UNFPA Indonesia: Samidjo [samidjo@unfpa.org](mailto:samidjo@unfpa.org)

UNICEF Indonesia: Jee Hyun Rah [jhrah@unicef.org](mailto:jhrah@unicef.org)

WFP Indonesia: Melania Gondomartojo [melania.gondomartojo@wfp.org](mailto:melania.gondomartojo@wfp.org)

WHO Indonesia: Sugeng Eko Irianto [iriantos@who.int](mailto:iriantos@who.int)

## Lampiran: Glosarium dan Sumber terkait Akses Pangan, Pola Makan Sehat, Makanan Tidak Sehat dan Ketahanan Pangan

**Ketahanan Pangan** Ketahanan pangan adalah situasi ketika semua orang, setiap saat, memiliki akses fisik, sosial dan ekonomi untuk makanan yang cukup, aman dan bergizi yang dapat memenuhi kebutuhan dan pilihan pangan mereka untuk kehidupan yang aktif dan sehat.

Sumber:

<http://www.fao.org/3/y4671e/y4671e06.htm>

### Akses Pangan

Mempertahankan akses dan pasokan pangan agar tidak terganggu selama pandemi COVID-19 menjadi sangat penting. Berikut adalah beberapa tindakan yang penting untuk dilakukan:

1. **Memastikan stabilitas pasokan pangan** dengan mendukung petani-petani kecil untuk meningkatkan produktivitas pertanian, distribusi logistik dan memasarkan makanan yang bergizi, memastikan keutuhan rantai pasok bahan pangan bergizi dengan berfokus pada masalah logistik antar daerah.
2. **Menyediakan makanan bergizi untuk kelompok masyarakat yang paling rentan** melalui bantuan pangan, perlindungan sosial atau program kemasyarakatan baik di daerah pedesaan maupun perkotaan.
3. **Secepatnya meninjau kembali masalah perdagangan pangan dan kebijakan terkait pajak** serta dampaknya terhadap pasokan bahan pangan yang bergizi, menciptakan lingkungan yang kondusif untuk melanjutkan perdagangan bahan pangan.

Sumber:

<http://www.fao.org/documents/card/en/c/ca8388en>

### Pola Makan Sehat

Pola Makan yang sehat terdiri dari:

1. Beragam makanan dari setiap jenis kelompok makanan untuk memastikan asupan yang cukup dari seluruh zat gizi penting.
2. Buah dan sayur dalam jumlah yang cukup, sebagai sumber vitamin dan mineral yang penting, serat, dan senyawa bioaktif.
3. Minyak dan lemak dalam jumlah cukup, terutama yang lemak tidak jenuh seperti kacang-kacangan minyak ikan, dan biji-bijian.
4. Garam dan gula dalam jumlah terbatas, dalam jumlah kecil dapat membuat masakan menjadi lezat namun dapat berakibat buruk untuk kesehatan jika dikonsumsi dalam jumlah banyak.
5. Air dalam jumlah cukup agar tetap terhidrasi.
6. Makanan pokok dan pelengkap yang terfortifikasi.

Sumber:

- [www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance/food-and-nutrition-tips-during-self-quarantine](http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov-technical-guidance/food-and-nutrition-tips-during-self-quarantine)
- <https://www.who.int/behealthy/healthy-diet>
- [www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/](http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/)
- <http://www.fao.org/documents/card/en/c/ca8380en>
- <https://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/9241594012/en/>

**Makanan tinggi lemak, garam dan gula** (*Foods high in fats, salt and sugars/HFSS*)

Konsumsi makanan dengan tinggi kandungan lemak jenuh dan lemak trans, gula, dan/atau garam (*HFSS foods*) dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan dan penyakit kronis tidak menular seperti diabetes dan hipertensi. Makanan kemasan umumnya adalah *HFSS foods* dan ada banyak sekali jenis makanan kemasan yang tersedia. Beberapa sumber berikut dapat menjadi referensi dan petunjuk terkait *HFSS foods*:

1. **Nutrient profiles** yang telah dikembangkan di beberapa negara. <https://www.who.int/nutrition/topics/profiling/en/>
2. Pedoman gizi seimbang (*Food-based dietary guidelines/FBDGs*) yang memberikan anjuran konsumsi dan jenis makanan berdasarkan kebutuhan harian yang berkontribusi pada pola makan yang sehat serta meminimalisir risiko kekurangan gizi dan penyakit kronis tidak menular. FBDGs juga memberikan anjuran tentang jenis makanan dan minuman yang dapat dikonsumsi dalam jumlah kecil. [www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/](http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/)

**Kebersihan dan keamanan pangan**

COVID-19 adalah penyakit pernafasan yang tidak disebarkan melalui makanan. Tidak ada bukti yang menunjukkan bahwa virus tersebut dapat menyebar melalui permukaan makanan. Untuk menjamin keamanan pangan saat menyiapkan makanan di rumah, selalu ikuti lima langkah berikut:

1. Menjaga kebersihan, pastikan tangan dan peralatan makan selalu dicuci dengan sabun sebelum menyajikan makanan.
2. Pisahkan antara makanan yang sudah dimasak dengan bahan mentah.
3. Masak makanan hingga matang.
4. Simpan makanan pada suhu yang aman.
5. Gunakan sumber air yang aman.

Sumber:

- <https://www.unicef.org/coronavirus/easy-affordable-and-healthy-eating-tips-during-coronavirus-disease-covid-19-outbreak#hygiene>
- <https://www.foodstandards.gov.au/consumer/safety/Pages/NOVEL-CORONAVIRUS-AND-FOOD-SAFETY.aspx>
- <https://www.efsa.europa.eu/en/news/coronavirus-no-evidence-food-source-or-transmission-route>
- [http://www.fao.org/2019-ncov/g-and-a/en/www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual\\_keys.pdf](http://www.fao.org/2019-ncov/g-and-a/en/www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual_keys.pdf)