

Literature Review: pola makan dan kualitas diet pada remaja dan dewasa dengan HIV/AIDS

Literature Review: Dietary habit and quality of diet in adolescents and adult with HIV/AIDS

SAGO: Gizi dan Kesehatan
2023, Vol. 5(1) 114-123
© The Author(s) 2023



DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v5i1.1317>
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>



Poltekkes Kemenkes Aceh

Shella Putri Ferari^{1*}, Siti Rahayu Nadhiroh²

Abstract

Background: Human Immunodeficiency Virus (HIV) infection remains an unresolved health problem in Brazil. Diet plays an important role in the immune system of HIV/AIDS patients because adequate amounts of macronutrients and micronutrients are important. Food quality has also been used as a proxy for predicting the risk of death and chronic diseases. Measuring diet quality is an indicator that can describe a person's dietary practices in accordance with the dietary recommendations set out to be able to live healthily.

Objective: This study aimed to analyze the dietary patterns and diet quality of adolescents and adults with HIV/AIDS.

Methods: This study was a systematic literature review. The protocol used in the systematic literature review of this study used the PRISMA method. The SLR protocol and evaluation were performed using the PRISMA method to select research articles that had been found. The PRISMA method collects articles from PubMed, Google Scholar, Research Gate, SINTA, Garuda, and Scopus databases. The search terms used were Indonesian and English. The search terms used in Indonesian were "Diet and HIV/AIDS" OR "Diet Quality and HIV/AIDS". The search terms in English were "dietary habit and HIV/AIDS" OR "diet quality and HIV/AIDS". The articles collected were published between 2014 and 2022.

Results: According to the findings of a systematic literature review, consumption patterns that do not meet the needs of HIV infection will lead to chronic malnutrition and AIDS, resulting in a drastic decrease in resistance to other infections. Diet plays an important role in the immune system of HIV/AIDS patients, because adequate intake of macro-and micronutrients is essential for normal functioning. Diet quality is influenced by the diversity of food ingredients and food security, which remains low. Diet quality in HIV/AIDS patients affects their body weight, mental health status, physical health status, CD4 count, and other health problems.

Conclusion: Dietary habits do not meet intake requirements due to HIV infection, which causes chronic malnutrition and, at the AIDS stage, results in a drastic decrease in resistance to other infections. Diet quality in HIV/AIDS patients affects their body weight, mental health status, physical health status, CD4 count, and other health problems.

Keywords

Dietary habits, Diet quality, HIV/AIDS

Abstrak

Latar belakang: *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) merupakan permasalahan kesehatan yang belum terselesaikan di negara hingga saat ini. Pola makan memiliki peran penting dalam sistem kekebalan pasien HIV/AIDS, dikarenakan jumlah makronutrien dan mikronutrien yang cukup sangat penting. Sedangkan, kualitas makanan juga telah digunakan sebagai proksi untuk memprediksi kematian dan risiko penyakit kronis. Pengukuran kualitas diet merupakan salah satu indikator yang dapat menggambarkan praktik diet penderita HIV/AIDS yang sesuai dengan rekomendasi yang untuk hidup dengan sehat.

Tujuan: Penelitian bertujuan untuk menganalisis pola makan dan kualitas diet pada remaja dan dewasa dengan HIV/AIDS.

Metode: Penelitian ini menggunakan *systematic literature review*. Protokol dalam *systematic literature review* penelitian ini dengan menggunakan metode PRISMA. Protokol dan evaluasi SLR dilakukan dengan menggunakan metode PRISMA dalam menyeleksi artikel penelitian yang telah ditemukan. Metode PRISMA dengan mengumpulkan artikel dari Pubmed, Google

¹ Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kampus C Mulyorejo, 60115, Jawa Timur, Indonesia.
E-mail: shella.putri.ferari-2019@fkm.unair.ac.id

² Dosen Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kampus C Mulyorejo, 60115, Jawa Timur, Indonesia.
E-mail: sitinadhiroh@fkm.unair.ac.id

Penulis Koresponding:

Shella Putri Ferari: Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kampus C Mulyorejo, 60115, Jawa Timur, Indonesia.
E-mail: shella.putri.ferari-2019@fkm.unair.ac.id

Scholar, Research Gate, SINTA, Garuda, dan Scopus. Dalam search term yang digunakan terdiri dari Bahasa Indonesia dan Inggris. Istilah pencarian yang digunakan dalam bahasa Indonesia adalah "Pola Makan dan HIV/AIDS" OR "Kualitas Diet dan HIV/AIDS". Sedangkan istilah pencarian dalam bahasa Inggris adalah "dietary habit and HIV/AIDS" OR "diet quality and HIV/AIDS" Artikel yang dikumpulkan merupakan artikel yang dipublikasikan dalam rentang waktu 2015 hingga 2022.

Hasil: Menurut temuan dari *systematic literature review* bahwa pola konsumsi yang tidak memenuhi kebutuhan akibat dari infeksi HIV akan menyebabkan kekurangan gizi yang kronis dan stadium AIDS mengakibatkan penurunan resistensi secara drastis terhadap infeksi lainnya. Pola makan memiliki peran penting dalam sistem kekebalan pasien HIV/AIDS, karena asupan zat gizi makro dan mikronutrien yang cukup sangat penting untuk fungsi normalnya. Kualitas diet dipengaruhi oleh keragaman bahan makanan dan ketahanan pangan yang masih rendah. Kualitas diet pada pasien HIV/AIDS mempengaruhi terhadap berat badan, status kesehatan mental dan status kesehatan fisik, jumlah CD4, serta masalah kesehatan yang lainnya.

Kesimpulan: Pola konsumsi yang tidak memenuhi kebutuhan asupan akibat infeksi HIV akan menyebabkan kekurangan gizi yang bersifat kronis dan pada stadium AIDS mengakibatkan penurunan resistensi secara drastis terhadap infeksi lainnya. Kualitas diet pada pasien HIV/AIDS mempengaruhi terhadap berat badan, status kesehatan mental dan status kesehatan fisik, jumlah CD4, serta masalah kesehatan yang lainnya.

Kata Kunci

Pola makan, Kualitas diet, HIV/AIDS

Pendahuluan

Human Immunodeficiency Virus (HIV) merupakan permasalahan kesehatan yang belum terselesaikan di negara hingga saat ini. Data United Nations Programme on HIV and AIDS (UNAIDS, 2021) menunjukkan terdapat 38,4 juta orang terinfeksi HIV di dunia dan mengalami peningkatan dari tahun 2020 yang sebesar 37,7 juta orang. Pada tahun 2021 terdapat 1,5 juta orang baru terinfeksi HIV. Persentase orang hidup dengan HIV adalah perempuan dan anak perempuan sebesar 54%. Menurut data (UNAIDS, 2021), sekitar 650.000 orang meninggal di seluruh dunia akibat AIDS. Epidemio HIV tetap menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang utama terutama untuk negara berpenghasilan rendah dan menengah. *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS) merupakan penyakit epidemi yang serius dan fatal yang menyebabkan defisiensi sistem kekebalan tubuh, penyakit kompleks dan berat lainnya yang menyebabkan kematian di seluruh dunia *Acquired Immunodeficiency Syndrome* atau AIDS merupakan sindrom yang menggambarkan tahapan infeksi HIV yang ditandai dengan terjadinya infeksi oportunistik (World Health Organization, 2018).

Pola makan memiliki peran penting dalam sistem kekebalan pasien HIV/AIDS, dikarenakan jumlah makronutrien dan mikronutrien yang cukup sangat penting (Tanaka et al., 2015). Pola makan yang tidak beragam dapat memiliki konsekuensi negatif pada kesehatan, kesejahteraan, dan perkembangan individu, terutama dengan mengurangi kapasitas fisik, sosial, kognitif,

reproduksi, dan imunologi. Tingkat keragaman diet dan determinannya pada orang yang positif HIV akan memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas perawatan gizi dan konseling yang diberikan oleh penyedia layanan kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan kapasitas fisik dan sosial. Pengaruh gizi buruk pada kasus orang dengan HIV/AIDS lebih mendesak karena mereka harus bergulat dengan infeksi oportunistik. Perkembangan penyakit dapat diperlambat dengan nutrisi yang baik. Intervensi nutrisi meningkatkan kepatuhan terhadap regimen pengobatan dan mengoptimalkan manfaat obat antiretroviral (Oyetunji et al., 2021).

Kualitas diet semakin ditingkatkan dalam survei epidemiologi gizi untuk menilai pola diet dan mengevaluasi efektivitas intervensi diet tertentu, karena hubungan telah ditetapkan dan dipahami antara makanan dan fungsi fisiologis tubuh manusia. Kualitas makanan juga telah digunakan sebagai proksi untuk memprediksi kematian dan risiko penyakit kronis (Miller et al., 2020). Kualitas diet telah diukur dengan berbagai cara. Beberapa penelitian telah menilai dan membandingkan asupan nutrisi atau komponen makanan tertentu dengan standar atau pedoman diet yang direkomendasikan. Namun, telah dikemukakan bahwa pola diet keseluruhan atau konsumsi kelompok makanan merupakan indikasi kualitas diet yang lebih baik dibandingkan dengan asupan nutrisi tunggal. Oleh karena itu, indeks kualitas diet dirancang sebagai alat untuk menghubungkan asupan makanan dan nutrisi dengan kejadian penyakit kronis, mortalitas dan morbiditas (Oyetunji et al., 2021).

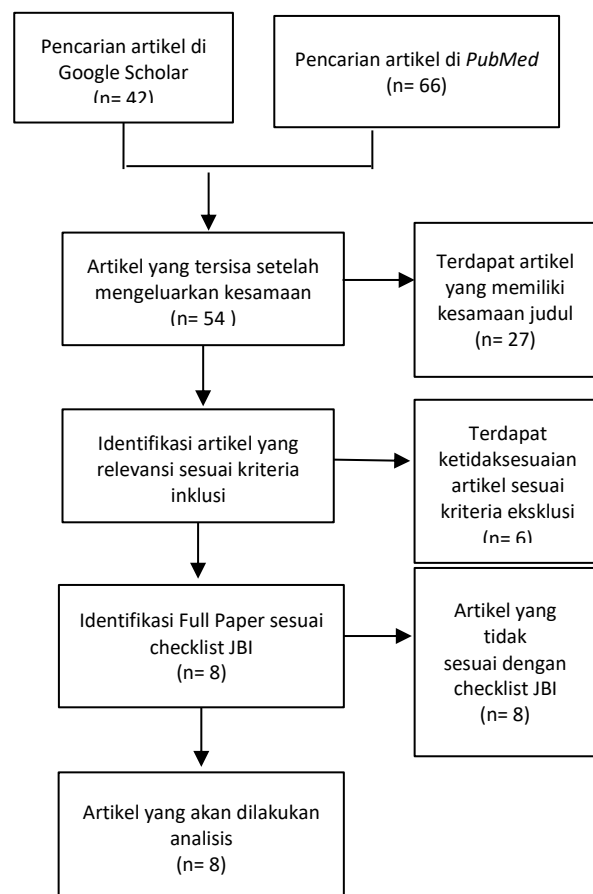
Beberapa negara berkembang dengan kebutuhan gizi pada pasien kronis seperti HIV/AIDS beresiko tinggi karena konsumsi makanan monoton berkualitas rendah yang menyebabkan defisiensi mikronutrien dan makronutrien. Orang yang positif HIV membutuhkan energi 20-30% lebih banyak daripada orang yang negatif HIV yang berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat aktivitas fisik yang sama. Pengukuran skor keragaman makanan *Individual Dietary Diversity Score* (IDDS) berkorelasi positif dengan peningkatan kecukupan kepadatan mikronutrien rata-rata dari makanan pendamping dan kecukupan mikronutrien dari diet pada orang dewasa. Bahkan kemudian ada interaksi yang kompleks antara keragaman atau asupan makanan, fungsi kekebalan tubuh dan HIV/AIDS dan malnutrisi (Yusuf et al., 2020).

Pengukuran kualitas diet merupakan salah satu indikator yang dapat menggambarkan praktik penderita HIV/AIDS yang sesuai dengan rekomendasi untuk hidup dengan sehat. Penelitian yang dilakukan di Uganda pada pasien HIV/AIDS menunjukkan bahwa kualitas diet yang diukur dengan menggunakan *Individual Dietary Diversity Score* (IDDS) memiliki hubungan yang signifikan dengan jumlah sel CD4 dan mencegah terjadinya anemia. Selain itu, kualitas diet yang baik juga berhubungan dengan penurunan risiko kematian, dikarenakan kualitas diet sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup dengan melalui perbaikan konsumsi makanan (CDC, 2018). Pada penderita HIV memiliki kualitas diet yang cenderung lebih rendah dibandingkan dengan orang yang tidak terinfeksi HIV, serta penderita HIV perempuan lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki dan laki-laki yang tidak terinfeksi HIV dan juga memiliki hubungan antara kualitas diet dan CD4 pada penderita HIV/AIDS ((Weiss et al., 2019a).

Selain itu, hingga saat ini masih sedikit penelitian yang meneliti sejauh mana hubungan ini dapat dimediasi melalui kualitas diet dengan melihat pola makan. Berdasarkan hal tersebut, penelitian yang berhubungan dengan pola makan dan kualitas diet orang dengan HIV/AIDS menjadi aspek pembahasan penting yang perlu dilakukan pengkajian lebih dalam. Oleh karena itu, dalam penelitian ini untuk melakukan analisis tentang pola makan dan kualitas diet pada remaja dan dewasa dengan HIV/AIDS.

Metode

Dalam penulisan artikel ini, disusun dengan menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR). Metode literature review merupakan mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan menafsirkan berdasarkan penelitian yang tersedia. Dalam penulisan SLR ini, penelitian dibuat ringkasan menyeluruh terkait pola makan dan kualitas diet pada penderita HIV/AIDS. Protokol dan evaluasi SLR dilakukan dengan menggunakan metode PRISMA dalam menyeleksi artikel penelitian yang telah ditemukan. Metode PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta Analysis*) merupakan salah satu metodologi standar yang menggunakan daftar periksa untuk mengevaluasi kualitas penelitian yang akan diulas (McInnes dkk., 2018). Berikut merupakan diagram PRISMA dalam penelitian ini.



Gambar 1. Bagan alir diagram PRISMA

Dalam penelitian ini, artikel jurnal dikumpulkan dari Pubmed, Google Scholar, Research Gate, SINTA, Garuda, dan Scopus. Dalam search term yang digunakan terdiri dari Bahasa Indonesia dan

Inggris. Istilah pencarian yang digunakan dalam bahasa Indonesia adalah "Pola Makan dan HIV/AIDS" OR "Kualitas Diet dan HIV/AIDS". Sedangkan istilah pencarian dalam bahasa Inggris adalah "dietary habit and HIV/AIDS" OR "diet quality and HIV/AIDS" Artikel yang dikumpulkan merupakan artikel yang dipublikasikan dalam rentang waktu 2014 hingga 2022. Berdasarkan artikel yang telah dikumpulkan, peneliti memilih 8 artikel yang sesuai dengan kata kunci yang digunakan dan jurnal masih belum banyak

ditemukan. Kemudian, peneliti melakukan pengelompokan artikel-artikel yang berhubungan dengan pola makan dan kualitas diet pada penderita HIV/AIDS.

Penentuan kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini dengan menggunakan *Population/Problem, Intervention, Comparison Outcome, Study design type* (PICOS), yaitu sebagai berikut.

Tabel 1. PICOS dalam Literature Review

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population</i>	Penderita HIV/AIDS	-
<i>Intervention</i>	Studi yang meneliti tentang pola makan dan kualitas diet	-
<i>Comparison</i>	-	-
<i>Outcomes</i>	Kualitas diet yang baik	Kualitas diet yang kurang baik
<i>Study Design Type</i>	Artikel yang menggunakan studi kuantitatif dengan desain studi lain seperti cross sectional, case control, dan studi literatur	Artikel yang menggunakan studi kualitatif atau kuantitatif, dengan desain studi quasi experimental, contohnya nonequivalent control group design
<i>Publication Type</i>	Artikel yang dipublikasikan di jurnal internasional maupun nasional yang membahas sesuai dengan topik yang diteliti berupa artikel hasil penelitian	Artikel yang berupa artikel <i>proceeding</i> , opini pribadi, pengabdian masyarakat, dan selain artikel hasil penelitian
<i>Publication Years</i>	2014-2021	Tahun publikasi tidak terkonfirmasi dengan dengan jelas
<i>Language</i>	Bahasa Inggris dan/atau bahasa Indonesia	Artikel yang menggunakan selain bahasa Inggris dan Indonesia
<i>Additional</i>	Artikel yang dapat diunduh secara <i>full paper</i> atau keseluruhan dan tidak memerlukan izin akses	Artikel yang tidak dapat diunduh <i>full paper</i> atau keseluruhan dan memerlukan izin akses

Pendekatan analisis yang dipakai dalam SLR ini adalah metode deskriptif sesuai dengan topik yang dipilih, dengan tujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan temuan penelitian dalam literatur dalam format naratif. Data yang dilakukan pengkajian berdasarkan lokasi, usia, latar belakang, tujuan penelitian, desain penelitian, ukuran sampel, metode sampel, karakteristik populasi serta sampel, instrumen penelitian, serta hasil dan analisis data. Deskripsi dalam penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan bukti dan menelaah terkait pola makan dan kualitas diet pada penderita HIV/AIDS terkait persamaan dan perbedaan antar penelitian dalam bentuk naratif.

Hasil

Berdasarkan skrining yang telah dilakukan terdapat 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan sesuai dengan batasan topik dalam penelitian ini, yaitu pola makan dan kualitas diet pada pasien

HIV/AIDS. Seluruh artikel yang akan diulas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan desain penelitian cross-sectional, baik berupa penelitian terkait hubungan antar variabel maupun penelitian sebab-akibat. Responden dalam artikel yang akan diulas ini merupakan remaja dan orang dewasa. Selain itu, karakteristik responden dari keseluruhan artikel beberapa kriteria yang dapat berpengaruh pola makan dan kualitas diet, seperti usia, pendidikan, pekerjaan, dan status sosio demografis lainnya.

Artikel yang telah dipilih semua menggunakan analisis statistik yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti analisis deskriptif, uji chi square, uji-t Student atau uji Mann-Whitney, uji regresi linier maupun regresi logistik. Berikut ini merupakan hasil identifikasi artikel yang diulas dalam penelitian yang berhubungan dengan pola makan dan kualitas diet pada penderita HIV/AIDS.

Tabel 2. Identifikasi artikel

Penulis dan Tahun Terbit	Judul	Desain Studi, Sampel, Instrumen, Analisis	Hasil Penelitian
(Kadiyala & Rawat, 2014)	Food access and diet quality independently predict nutritional status among people living with HIV in Uganda	Desain Studi: Cross Sectional Sampel: 902 orang Instrumen: HFIAS dan IDDS Analisis: Regresi multivariat	Hasil menunjukkan bahwa skor HFIAS dan IDDS berhubungan secara linear terhadap BMI dan LiLA. Rasio odds yang disesuaikan untuk kekurangan berat badan dengan BMI, 18, 5 kg/m ² di antara individu yang tinggal di rumah tangga yang sangat rawan pangan adalah 1-92, individu yang mengkonsumsi makanan yang sangat beragam memiliki peluang yang disesuaikan rasio kurus 0,56 dibandingkan dengan yang mengkonsumsi diet keragaman rendah.
(Tanaka et al., 2015)	Poor diet quality among Brazilian adolescents with HIV/AIDS	Desain Studi: cross-sectional study Sampel: Delapan puluh delapan remaja (10-19 tahun) berpartisipasi dalam penelitian ini Instrumen: Indeks Makan Sehat-2005 (HEI-2005) Analisis: Uji-t Student atau uji Mann-Whitney.	Berdasarkan rerata skor HEI-2005 bahwa komponen dengan sarana terendah adalah biji-bijian dan natrium. Komponen dengan rata-rata tertinggi adalah biji-bijian dan minyak total. Remaja yang tinggal di rumah asuh memiliki sarana yang lebih tinggi untuk total buah dan sarana yang lebih rendah untuk daging dan kacang-kacangan dibandingkan kepada remaja yang tinggal bersama keluarga.
(Tesfaw et al., 2018)	Dietary Diversity and Associated Factors among HIV Positive Adult Patients Attending Public Health Facilities in Motta Town, East Gojjam Zone, Northwest Ethiopia	Desain Studi: Cross sectional study Sampel: 410 orang Instrumen: kuesioner semi-terstruktur dan pretested Analisis: Analisis regresi logistik bivariat dan multivariabel	Responden HIV dewasa yang positif mengonsumsi makanan beragam dengan rata-rata skor keanekaragaman pangan 3,2. Jenis makanan yang paling dominan dikonsumsi selama periode penelitian adalah makanan pokok bertepung (96,1%) dan kacang-kacangan (81,7%). Studi ini menunjukkan bahwa skor keragaman diet yang rendah adalah nutrisi yang signifikan masalah di antara orang dewasa HIV-positif di fasilitas kesehatan kota Motta.
(Weiss et al.,	Diet Quality Is	Desain Studi: Cross Sectional	Kualitas diet cenderung lebih

2019)	Low and Differs by Sex in People with HIV	Sampel: 50 wanita, 53 pria; Instrumen: Skor Healthy Eating Index-2010 (HEI) Analisis: prediktor HEI ditentukan dalam pemodelan multivariabel. Asosiasi univariat dengan kualitas diet dan penanda inflamasi/imun	rendah pada orang yang terinfeksi HIV dibandingkan dengan orang yang tidak terinfeksi HIV dan lebih rendah diantara pada perempuan yang terinfeksi HIV dibandingkan dengan laki-laki yang terinfeksi HIV, dan laki-laki yang tidak terinfeksi HIV. Mungkin juga ada hubungan dengan kualitas diet dan CD14 pada orang dengan HIV
(Widjanarko, 2019)	Pola Konsumsi merupakan Faktor yang Paling Dominan Berpengaruh terhadap Kejadian Infeksi Oportunistik pada ODHA di RSUP Dr. Kariadi Semarang	Desain Studi: Cross Sectional Sampel: 82 orang Instrumen: wawancara dan observasi Analisis: Uji statistik Chi-Square	Hasil menunjukkan bahwa ada sembilan variabel yang berhubungan secara signifikan yaitu kontrol pemeriksaan setiap bulan, kepatuhan minum ARV, pola konsumsi, keamanan makanan, kebersihan diri, pola aktivitas, dukungan keluarga, dukungan kelompok sebaya, dan dukungan manajer kasus. Sedangkan, variabel yang paling dominan berpengaruh adalah pola konsumsi.
(Yusuf et al., 2020)	“Vegetables Everyday”: Indeks Kualitas Diet Ibu dengan HIV/AIDS di Ikatan Perempuan Positif Indonesia (IPPI)”	Desain Studi: cross-sectional Sampel: 14 responden Instrumen: Indeks Gizi Seimbang (IGS) 3-60. Analisis: Uji statistik Chi-Square	Penelitian ini menunjukkan bahwa indeks kualitas diet pada ibu dengan HIV/AIDS hanya dapat memenuhi 47% dari total skor maksimal instrumen IGS 3-60, dan skor terkecil ditunjukkan oleh kecukupan sayur-sayuran dan konsumsi susu yang tergolong kurang.
(Oyetunji et al., 2021)	Diet quality , food insecurity and risk of cardiovascular diseases among adults living with HIV / AIDS : a scoping review protocol	Desain Studi: cross-sectional Instrumen: HEI Analisis: Uji stastistik Chi-Square	Kualitas diet lebih rendah di antara ODHA dan secara signifikan lebih rendah di antara wanita yang hidup dengan HIV bila dibandingkan dengan kontrol yang HIV-negatif.
(Duda et al., 2021)	Assessment of dietary habits and lifestyle among people with HIV	Desain Studi: Kohort Sampel: 31 pasien Instrumen: Kuesioner KomPAN dan nHDI-14 Analisis: uji Shapiro-Wilk	Semua peserta studi dicirikan oleh sedikit fitur tidak sehat dalam diet mereka; 87% responden juga menunjukkan sedikit fitur sehat dalam makanan mereka, meskipun tanggapan yang mereka berikan menunjukkan bahwa mereka

menilai pengetahuan gizi dan diet mereka sangat tinggi. Konsumsi makanan ringan manis dan menambahkan garam ke makanan yang dimasak sudah lazim. Responden mengambil bagian dalam aktivitas fisik sedang dan jarang mengkonsumsi produk makanan cepat saji yang diproses, meskipun mereka makan ikan dan kacang-kacangan bagian penting dari makanan dengan frekuensi yang sama.

Pembahasan

Berdasarkan Tabel 2, didapatkan 8 artikel yang terbit pada 2014 hingga 2021. Masing-masing artikel penelitian diterbitkan dalam berbagai jurnal yang berbeda. Terdapat dua sudut pandang yang digunakan untuk mengkaji 8 artikel tersebut, yaitu 2 artikel yang memuat variabel yang berhubungan dengan pola makan dan 6 artikel berisi variabel yang berhubungan dengan kualitas diet.

Pola Makan Pasien HIV/AIDS

Pola makan merupakan suatu kebiasaan makan yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Dalam mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan jumlah, kualitas, dan jenis makanan yang cukup untuk memenuhi berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh, maka tubuh dapat mencapai keadaan gizi yang baik (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa responden biasanya makan 3 kali sehari. Biasanya, hampir separuh responden ngemil dengan mengonsumsi makanan manis beberapa kali seminggu, dan hampir 1/3 melakukannya setiap hari atau beberapa kali sehari.

Selain itu, juga menambahkan garam ke makanan yang dimasak sudah lazim. Oleh karena itu, risiko tidak hanya obesitas, tetapi juga penyakit lain seperti karies, diabetes tipe 2, dan penyakit kardiovaskular lebih tinggi. Selain itu, berdasarkan artikel yang diulas juga dipengaruhi oleh tempat tinggal, remaja yang tinggal di panti asuhan, ditemukan asupan buah yang lebih tinggi dan asupan daging dan kacang lebih rendah dibandingkan remaja yang tinggal bersama keluarga mereka. Seperti diketahui, bahwa lembaga asuh menghadapi kendala, seperti

tingginya pergantian relawan dan karyawan karena upah yang rendah berdampak pada kualitas layanan yang ditawarkan kepada warga. Remaja dengan HIV/AIDS memiliki pola makan yang sama dengan populasi umum seperti konsumsi gula, lemak jenuh dan natrium yang tinggi serta asupan biji-bijian dan buah-buahan yang tidak mencukupi, sehingga membutuhkan perhatian khusus pada pola makan remaja dengan HIV/AIDS, karena mereka berisiko lebih besar terkena penyakit kardiovaskular dan penyakit kronis lainnya (Tanaka et al., 2015).

Berdasarkan Jarosz (2016) mengenai tingkat darar Piramida Gizi Sehat dan Aktivitas Fisik, menunjukkan bahwa pemilihan produk ini harus disesuaikan dengan rekomendasi dari Institute of Food and Nutrition, yaitu harus terutama biji-bijian utuh, mengandung lebih banyak vitamin B dan serat daripada roti putih atau pasta biasa. Asupan vitamin dan mineral oleh pasien yang terinfeksi HIV dianjurkan 100-150% dari asupan harian yang sesuai dengan rekomendasi untuk orang dewasa (Horban et al. 2016; Duda et al 2021). Responden sebagian besar melaporkan mengkonsumsinya beberapa kali seminggu. Ini penting karena vitamin dan mineral telah dibuktikan berkali-kali untuk memiliki pengaruh positif pada mekanisme pertahanan tubuh (Runowska et al., 2021). Sesuai dengan prinsip makan sehat, orang dewasa sebaiknya mengkonsumsi susu minimal 2 gelas besar setiap hari atau menggantinya dengan minuman susu fermentasi. Penelitian menunjukkan bahwa hampir seperempatnya tidak mengkonsumsi susu sama sekali. Terbukti bahwa orang dengan HIV memiliki risiko penyakit tulang yang lebih tinggi untuk osteopenia, risikonya berkisar dari 22% hingga bahkan 77%. Peningkatan

katabolisme vitamin D terjadi dengan beberapa obat. (Duda et al. 2021; Runowska et al. 2021).

Mengonsumsi makanan bergizi yang tepat tidak hanya mempengaruhi kesehatan, tetapi juga kualitas hidup orang HIV-positif., sehingga dapat meningkatkan terjadinya kekurangan gizi yang signifikan pada orang yang terinfeksi serta kekurangan mineral dan vitamin dengan sifat imunostimulasi (vitamin B, A, C, dan E) (Duda et al., 2021). Makanan yang mengandung zat gizi yang tepat juga mengurangi efek terapi ARV yang tidak diinginkan seperti hiperglikemia dan hiperkolesterolemia (Oyetunji et al., 2021). Status gizi orang dengan HIV/AIDS sangat dipengaruhi oleh pola konsumsi. Pola konsumsi yang tidak sesuai dengan kebutuhan akibat infeksi HIV akan menyebabkan kekurangan gizi yang kronis dan stadium AIDS mengakibatkan penurunan resistensi secara drastis terhadap infeksi lainnya (Widjanarko, 2019).

Pola makan yang tidak beragam juga dapat memiliki konsekuensi negatif pada kesehatan, kesejahteraan, dan perkembangan individu, terutama dengan mengurangi kapasitas fisik, sosial, kognitif, reproduksi, dan imunologi. Pola makan memiliki peran penting dalam sistem kekebalan pasien HIV/AIDS, karena asupan zat gizi makro dan mikronutrien yang cukup sangat penting untuk fungsi normalnya (Yusuf et al., 2020).

Kualitas Diet Pasien HIV/AIDS

Berdasarkan artikel yang diulas dengan menilai perbedaan spesifik jenis kelamin dalam kualitas diet dan dihubungkan dengan ukuran aktivasi peradangan atau kekebalan dalam kohort orang dengan HIV bahwa kualitas diet, yang diukur dengan skor HEI, cenderung lebih rendah pada responden yang terinfeksi HIV, dan perempuan yang terinfeksi HIV memiliki skor HEI yang jauh lebih rendah daripada laki-laki yang terinfeksi HIV dan laki-laki yang tidak terinfeksi HIV. Pada penelitian ini menunjukkan potensi hubungan unik antara kualitas makanan secara keseluruhan dan aktivasi kekebalan, sehingga peningkatan skor HEI dikaitkan dengan CD4 yang lebih rendah, sehingga digunakan penanda pengganti translokasi mikroba (Weiss et al., 2019).

Pengaruh kualitas diet berdasarkan penelitian (Kadiyala & Rawat, 2014) menunjukkan bahwa kualitas diet yang diukur menggunakan HFIAS dan IDDS secara independen dapat

memprediksi BMI dan lingkaran lengan atas. Rasio odds yang disesuaikan untuk kekurangan berat badan dengan BMI, 18, 5 kg/m² di antara individu yang tinggal di rumah tangga yang sangat rawan pangan, individu yang mengonsumsi makanan yang sangat beragam memiliki peluang yang disesuaikan rasio kurus 0,56 dibandingkan dengan yang mengonsumsi diet keragaman rendah. Selain itu, orang yang hidup dengan HIV/AIDS dari rumah tangga rawan pangan yang parah yang menyebabkan kualitas diet rendah akan memiliki status kesehatan mental dan status kesehatan fisik yang lebih rendah juga. Individu dengan keragaman diet tinggi memiliki status kesehatan mental lebih tinggi dan status kesehatan fisik yang lebih tinggi (Palermo et al., 2013). Didukung oleh penelitian (Tesfaw et al., 2018) menunjukkan bahwa skor keragaman diet yang rendah adalah nutrisi yang signifikan masalah di antara orang dewasa HIV-positif di fasilitas kesehatan. Sedangkan penelitian (Yusuf et al., 2020) menunjukkan indeks kualitas diet pada ibu dengan HIV/AIDS hanya mencukupi 47% dari total skor maksimal IGS 3-60, skor terkecil ditunjukkan oleh indikator kecukupan sayur-sayuran dan konsumsi susu yang tergolong kurang. Kelompok makanan kaya nutrisi yang dikonsumsi dikaitkan dengan penurunan 16% kemungkinan memiliki jumlah CD4 350 sel/ML. Di antara mereka dengan CD4 350 sel/ML, tetapi bukan mereka dengan jumlah CD4 350 sel/ML, konsumsi kelompok makanan kaya nutrisi dikaitkan dengan kemungkinan anemia sedang yang lebih rendah.

Dalam upaya untuk mengatasi faktor penentu yang lebih luas dari kekurangan gizi di tingkat rumah tangga dan masyarakat, organisasi semakin berusaha untuk mengintegrasikan promosi mata pencaharian, perlindungan sosial dan program HIV untuk meningkatkan kualitas diet akibat ketahanan pangan dalam HIV masih lemah (Kadiyala & Rawat, 2014). Penyuluhan gizi, adanya radio/televisi sebagai sumber akses informasi, dan adanya handphone merupakan faktor yang berkontribusi terhadap keragaman pangan. Oleh karena itu penyedia layanan kesehatan harus fokus pada konseling gizi dan mendorong pasien untuk menggunakan ponsel dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya paparan media (Tesfaw et al., 2018)

Penelitian ini juga menunjukkan pentingnya kualitas diet untuk kesehatan ODHA, kontribusi penting mengingat bahwa WFP, Organisasi

Kesehatan Dunia, Program Gabungan Perserikatan Bangsa-Bangsa tentang HIV/AIDS, untuk meningkatkan ketahanan gizi ke dalam program perawatan dan pengobatan AIDS, serta dapat membantu memandu bantuan makanan yang diberikan dan elemen penting dari pendidikan dan konseling nutrisi yang meningkatkan kemungkinan peningkatan keragaman diet. Tingkat kualitas diet dan determinannya pada individu HIV-positif memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas perawatan gizi dan konseling yang diberikan oleh penyedia layanan kesehatan yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup klien dan kapasitas fisik dan sosial.

Kesimpulan

Pola konsumsi yang tidak memenuhi kebutuhan asupan akibat infeksi HIV akan menyebabkan kekurangan gizi yang bersifat kronis dan pada stadium AIDS mengakibatkan penurunan resistensi secara drastis terhadap infeksi lainnya. Kualitas diet pada pasien HIV/AIDS mempengaruhi terhadap berat badan, status kesehatan mental dan status kesehatan fisik, jumlah CD4, serta masalah kesehatan yang lainnya. Kualitas diet ini dipengaruhi oleh ketahanan pangan yang masih rendah.

Berdasarkan hasil dan pembahasan artikel yang diulas dalam literatur review ini, saran yang diberikan oleh penulis adalah perlunya peningkatan ketahanan pangan pada pasien HIV/AIDS, sehingga dapat meningkatkan pola makan dan menjadikan kualitas diet pasien HIV/AIDS menjadi lebih baik.

Daftar Rujukan

- Duda, P., Knysz, B., Gąsiorowski, J., Szetela, B., Piotrowska, E., & Bronkowska, M. (2021). Assessment of dietary habits and lifestyle among people with HIV. *Advances in Clinical and Experimental Medicine*, 29(12), 1459–1467. <https://doi.org/10.17219/ACEM/128234>
- Horban, Andrzej., Podlasin, Regina., Cholewińska, G., Wiercińska-Drapało, Alicja., Knysz, Brygida., Ingot, Małgorzata., Szymczak, Aleksandra., Bociąga-Jasik, Monika., Jabłonowska, E., & Polskie Towarzystwo Naukowe AIDS. (2016). *Zasady opieki nad osobami zakażonymi HIV: zalecenia PTN AIDS 2016*. Polskie Towarzystwo Naukowe AIDS.
- Jaroszyński, M. (2016). Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dla osób dorosłych. *Instytut Żywności i Żywienia*, 9.
- Kadiyala, S., & Rawat, R. (2014). Food access and diet quality independently predict nutritional status among people living with HIV in Uganda. *Public Health Nutrition*, 16(1), 164–170. <https://doi.org/10.1017/S136898001200050X>
- Miller, V., Webb, P., Micha, R., & Mozaffarian, D. (2020). Defining diet quality: a synthesis of dietary quality metrics and their validity for the double burden of malnutrition. *The Lancet Planetary Health*, 4(8), e352–e370. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(20\)30162-5](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(20)30162-5)
- Mukramin Yusuf, A., Alfia, E., Muh Asrul Irawan, A., Agung Al Azhar Jl Sisingamangaraja, M., Baru, K., & Selatan, J. (2020). 'Vegetables Everyday': Indeks Kualitas Diet Ibu dengan HIV/AIDS di Ikatan Perempuan Positif Indonesia (IPPI) (Vol. 5, Issue 4).
- Oyetunji, I. O., Duncan, A., Booley, S., & Harbron, J. (2021a). Diet quality, food insecurity and risk of cardiovascular diseases among adults living with HIV/AIDS: A scoping review protocol. *BMJ Open*, 11(10), 1–7. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-047314>
- Oyetunji, I. O., Duncan, A., Booley, S., & Harbron, J. (2021b). Diet quality, food insecurity and risk of cardiovascular diseases among adults living with HIV/AIDS: A scoping review protocol. *BMJ Open*, 11(10). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-047314>
- Palermo, T., Rawat, R., Weiser, S. D., & Kadiyala, S. (2013). Food Access and Diet Quality Are Associated with Quality of Life Outcomes among HIV-Infected Individuals in Uganda. *PLoS ONE*, 8(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0062353>
- Runowska, M., Majewski, D., Majewska, K., & Puszczewicz, M. (2021). Vitamin D supply in patients with rheumatic diseases in Poland - a pilot study. *Reumatologia*, 59(3), 146–152. <https://doi.org/10.5114/reum.2021.107430>

- Tanaka, L. F., Dias De Oliveira Latorre, M. D. R., Medeiros Da Silva, A., Roma De Oliveira Konstantyner, T. C., Mendes, E. C., & Sousa Marques, H. H. (2015a). Poor diet quality among Brazilian adolescents with HIV/AIDS. *Jornal de Pediatria*, *91*(2), 152–159. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2014.06.007>
- Tanaka, L. F., Dias De Oliveira Latorre, M. D. R., Medeiros Da Silva, A., Roma De Oliveira Konstantyner, T. C., Mendes, E. C., & Sousa Marques, H. H. (2015b). Poor diet quality among Brazilian adolescents with HIV/AIDS. *Jornal de Pediatria*, *91*(2), 152–159. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2014.06.007>
- Tesfaw, A., Jara, D., & Temesgen, H. (2018). Dietary Diversity and Associated Factors among HIV Positive Adult Patients Attending Public Health Facilities in Motta Town, East Gojjam Zone, Northwest Ethiopia, 2017. *Advances in Public Health*, *2018*, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2018/6135482>
- UNAIDS. (2021). Global HIV Statistics. *Fact Sheet 2021, June*, 1–3.
- Weiss, J. J., Sanchez, L., Hubbard, J., Lo, J., Grinspoon, S. K., & Fitch, K. V. (2019a). Diet Quality Is Low and Differs by Sex in People with HIV. *Journal of Nutrition*, *149*(1), 78–87. <https://doi.org/10.1093/jn/nxy241>
- Weiss, J. J., Sanchez, L., Hubbard, J., Lo, J., Grinspoon, S. K., & Fitch, K. V. (2019b). Diet Quality Is Low and Differs by Sex in People with HIV. *Journal of Nutrition*, *149*(1), 78–87. <https://doi.org/10.1093/jn/nxy241>
- World Health Organization. (n.d.). *World Health Statistics 2018 : monitoring health for the SDGs : sustainable development goals*.
- Yusuf, A. M., Alfia, E., & Irawan, A. M. A. (2020). “Vegetables Everyday”: Indeks Kualitas Diet Ibu dengan HIV/AIDS di Ikatan Perempuan Positif Indonesia (IPPI). *JURNAL AI-AZHAR INDONESIA SERI SAINS DAN TEKNOLOGI*, *5*(4), 191. <https://doi.org/10.36722/sst.v5i4.405>