

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

WHO *China Country Office* Menyampaikan informasi bahwa pada akhir tahun 2019 di kota Wuhan, Provinsi Hubei, China untuk pertama kali ditemukan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya. Pada 7 Januari 2020, pneumonia tersebut teridentifikasi sebagai jenis baru dari virus corona (*Novel Coronavirus*). Kasus Covid-19 akhirnya ditetapkan sebagai penyakit pagebluk oleh *World Health Organization* (WHO) pada 12 februari 2020 (Kemendagri, 2020). Pagebluk merupakan kejadian menyebarnya suatu penyakit menular yang terjadi di banyak tempat dan menyerang manusia dalam jumlah banyak (Saragih, B. dan Saragih, F.M., 2020).

Pagebluk Covid-19 menyebar dengan sangat cepat ke beberapa negara. Dari hasil data situs Kemenkes RI 2020 pada tanggal 12 Agustus 2021, penyebaran pagebluk Covid-19 menunjukkan data global sebanyak 203.944.144 kasus terkonfirmasi dan 4.312.902 kasus meninggal (sumber : WHO). Data Indonesia sebanyak 3.774.155 kasus terkonfirmasi dan 113.664 kasus meninggal (sumber : PHEOC Kemkes RI).

Akibat dari pagebluk Covid 19 pemerintah Indonesia mengeluarkan peraturan pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Kementerian kesehatan juga mengeluarkan pedoman pembatasan sosial berskala percepatan besar untuk menangani pagebluk Covid-19 yang memiliki tujuan agar dapat mengurangi penularan Covid-19 yang semakin menyebar luas (Permenkes RI Nomor 9 Tahun 2020). Kehidupan masyarakat baik secara ekonomi, pangan dan sosial terkena dampak dari pemberlakuan peraturan yang dikeluarkan oleh pemerintah. Peraturan pemerintah yang diterapkan berakibat pada menurunnya status ekonomi masyarakat sehingga mempengaruhi kesediaan kebutuhan pangan keluarga (Tobelo dkk, 2020). Setelah peraturan PSBB dikeluarkan, berbagai tempat seperti sekolah, tempat umum, transportasi umum hingga industri diharuskan untuk tidak melakukan aktivitas terlebih dahulu. Dengan adanya peraturan tersebut diberlakukan kebijakan *School*

From Home (SFH), yaitu kegiatan belajar yang dilaksanakan secara *online* dari rumah. Hal ini juga diberlakukan pada perguruan tinggi, mahasiswa diharuskan untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar secara *online* dari rumah masing-masing (Handarini, 2020). Kebijakan *School From Home* (SFH) akan berpengaruh pada gaya hidup mahasiswa. Gaya hidup yang dipengaruhi salah satunya adalah pola konsumsi makan. Berdasarkan penelitian Susanti dan Qalyubi (2020), menyatakan bahwa perilaku konsumsi pangan mahasiswa mengalami peningkatan pada saat pagebluk Covid-19, mahasiswa lebih selektif dalam pemilihan makanan. Setiap individu sebaiknya mempertahankan pola makan dengan gizi seimbang dan teratur guna meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Kemenkes RI, 2020). Selain pola konsumsi makan, pagebluk Covid-19 juga berpengaruh terhadap aktivitas fisik. Pagebluk Covid-19 mengubah perilaku masyarakat menjadi pasif dengan hidup santai selama dirumah untuk menghabiskan waktu luangnya. Sehingga secara tidak langsung memiliki dampak terhadap aktivitas fisik yang dikerjakan (Arief, 2020).

Pola makan merupakan pengaturan jenis dan jumlah makanan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan dan status gizi agar tetap dalam kondisi baik serta menghalangi tubuh dijangkiti oleh penyakit dan membantu dalam proses penyembuhan (Depkes RI, 2009). Pola makan meliputi antara lain pola makan teratur, konsumsi air putih, frekuensi konsumsi buah dan sayur, akses makanan dan konsumsi suplemen/vitamin. Menurut Kemenkes RI (2020), selama pagebluk Covid-19 peningkatan kekebalan tubuh perlu dijaga dengan menerapkan pola makan yang sehat. Rekomendasi makanan yang tepat selama masa pagebluk Covid-19 berupa makanan segar seperti buah dan sayur, mengonsumsi vitamin, suplemen, membatasi konsumsi makanan olahan tinggi garam dan kalori serta minuman manis (Christianne de Faria Coelho-Ravagnani, et al, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Saragih B. dan Saragih F.M (2020), dari 200 responden yang mengalami perubahan kebiasaan makan sebesar 62,5% pada masa pagebluk Covid-19. Penerapan kebijakan WFH (*Work From Home*) yang menjadi penyebab kebiasaan makan responden berubah, sehingga pola makan lebih teratur dan terjadi peningkatan keberagaman makanan. Penelitian ini dilakukan pada

mahasiswa di Kabupaten Jember. Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan dengan menyebar kuesioner daring mengenai pola kebiasaan makan mahasiswa sebelum pagebluk Covid-19, didapatkan 71 mahasiswa mengisi kuesioner. Hasil penelitian pendahuluan ini menunjukkan bahwa mahasiswa di Kabupaten Jember belum menerapkan pola konsumsi makanan yang baik. Sebanyak 43,7% mahasiswa belum rutin sarapan, konsumsi sayur dengan persentase paling tinggi yaitu sebanyak 36,6 % mahasiswa konsumsi sayur 2 kali, sebanyak 70,4% tidak rutin mengonsumsi buah dan dalam akses makanan sebanyak 49,3% mahasiswa membeli makanan dari luar.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, adanya pagebluk Covid-19 dan perubahan sistem perkuliahan dari luring ke daring diduga akan mempengaruhi pola konsumsi pada mahasiswa. Oleh sebab itu, perlu dilakukan penelitian mengenai “Identifikasi Pola Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik pada Mahasiswa Sebelum dan Selama Masa Pagebluk Covid-19 di Kabupaten Jember”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pagebluk Covid-19 terhadap pola konsumsi makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa di Kabupaten Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pagebluk Covid-19 terhadap pola konsumsi makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa di Kabupaten Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola konsumsi makan dan aktivitas fisik sebelum pagebluk Covid-19 pada mahasiswa di Kabupaten Jember.
2. Mengidentifikasi pola konsumsi makan dan aktivitas fisik selama pagebluk Covid-19 pada mahasiswa di Kabupaten Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan pengalaman pembelajaran untuk peneliti khususnya mengenai pola konsumsi makan dan aktivitas fisik sebelum dan selama masa pagebluk Covid-19.

1.4.2 Bagi Institusi

Dapat menjadi landasan dan sumber informasi untuk penelitian berikutnya yang memiliki konsep penelitian sama khususnya pada Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Dapat menjadi sumber informasi dan pengetahuan tentang pola konsumsi makan yang teratur dan seimbang serta aktivitas fisik yang baik sehingga masyarakat dapat menerapkan kebiasaan tersebut baik selama ataupun setelah pagebluk Covid-19 agar kondisi tubuh tetap dalam keadaan sehat.