

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Virus Corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) muncul pada bulan Desember 2019 dan kemudian menyebar dengan cepat ke seluruh dunia, terutama Cina, Jepang, Korea Selatan (Dong et al., 2020). Pada tanggal 30 Januari 2020 Direktur Jenderal WHO di Jenewa mendeklarasikan situasi saat ini sebagai *Public Health Emergency Of International Concern (PHEIC)* karena semakin luasnya wabah dan banyak penduduk yang terjangkit (Hairi, 2020). Pemerintah Indonesia mengambil langkah dengan menangani pasien positif *Covid-19*, imbauan kepada masyarakat untuk menjaga kebersihan seperti selalu mencuci tangan dengan sabun setelah memegang suatu benda, dan masyarakat diimbau untuk melakukan pembatasan sosial (*social distancing*) (Hairi, 2020).

Pada tanggal 31 Maret 2020 Presiden Joko Widodo (Jokowi) mengumumkan keadaan darurat status kesehatan masyarakat (Andriani, S.Si, Apt, M.Sc, Ph.D, 2020). Pemerintah Indonesia memperkenalkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk menanggapi keadaan darurat untuk kesehatan masyarakat (Andriani, S.Si, Apt, M.Sc, Ph.D, 2020). Wabah *Covid-19* ini dengan cepat mempengaruhi dan merubah kebiasaan kita sehari-hari, ekonomi, mengganggu bisnis, dan larangan untuk bepergian keluar negeri maupun dalam negeri (Haleem et al., 2020).

PSBB yang diberlakukan pada saat pandemi *Covid-19* menyebabkan perubahan gaya hidup berupa penurunan partisipasi dalam aktivitas fisik dan perubahan pola makan (Covid-, 2020). Hasil studi yang dilakukan di Shanghai terhadap anak remaja (6-17 tahun) menunjukkan bahwa remaja yang tidak aktif secara fisik meningkat 44,3% selama covid-19 (Xiang et al., 2020). Perubahan pola makan pada saat pandemi mengarah pada nafsu makan yang berlebihan dengan kalori yang tinggi, seperti makanan yang digoreng dan makanan manis sehingga mengakibatkan kenaikan berat badan namun tidak diimbangi dengan aktivitas fisik seperti berolahraga sendiri dirumah (Covid-, 2020). Hasil studi di Italia berkenaan jenis kelamin, dibandingkan dengan pria persentase wanita yang melakukan diet lebih tinggi sebelum covid-19. Selain itu, wanita dinyatakan lebih rentan terhadap nafsu makan yang berlebih, perlu meningkatkan asupan makannya agar merasa lebih baik sebagai respon terhadap kecemasan mereka (Renzo et al., 2020).

Menurut Guang (2002:6) (dalam Suharjana, 2012) menyatakan bahwa 80% penyakit kronis yang menyerang manusia disebabkan oleh gaya hidup yang salah, dan 20% yang lain disebabkan faktor lain. Karena itu, menjalani hidup yang benar merupakan keharusan bagi tiap orang jika ingin hidupnya sehat dan bermanfaat bagi orang lain. Berdasarkan Riskerdas Tahun 2013, di Jawa Barat Prevalensi pendek pada remaja umur 13-15 tahun adalah 33,8% terdiri dari 12,6 % sangat pendek dan 21,2% pendek. Prevalansi terendah di Kota Bekasi (12,5%) dan tertinggi Kabupaten Sukabumi (53,5%) (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2017). Mayoritas saat ini anak-anak mempunyai aktivitas fisik yang menurun setiap tahunnya. Perubahan waktu bermain anak yang semula banyak bermain diluar rumah menjadi bermain di dalam rumah. Sebagaimana contoh saat ini, banyak anak yang bermain game di smartphone, menonton televisi, menggunakan komputer daripada berjalan, bersepeda maupun berolahraga dikemukakan oleh Adityawarman, (2007) (dalam Putra, 2017).

Berdasarkan beberapa penelitian dan juga uraian diatas maka dari itu penulis akan melakukan penelitian dengan judul “PERBANDINGAN POLA MAKAN DAN GAYA HIDUP AKTIF SISWA BERDASARKAN GENDER PADA ERA COVID-19” dengan tujuan mengetahui perbedaan pola makan dan gaya hidup aktif siswa berdasarkan gender selama covid-19.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah terdapat perbedaan pola makan dan gaya hidup aktif siswa berdasarkan gender pada era covid-19.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian maka tujuan penelitian ini untuk memperoleh hasil temuan mengenai perbedaan pola makan dan gaya hidup aktif siswa berdasarkan gender pada era covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

Berkaitan dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian diatas diharapkan penelitian dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Manfaat segi teori, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan mafaat bagi penulis dan bagi pembaca mengenai perbandingan pola makan dan gaya hidup aktif siswa berdasarkan gender pada era covid-19.
2. Manfaat segi praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan sehubungan dengan pola makan dan gaya hidup aktif.
3. Manfaat segi sosial, memberikan informasi kepada semua pembaca untuk mengetahui betapa pentingnya meningkatkan gaya hidup aktif dan pola makan pada era pandemi covid-19.
4. Manfaat segi kebijakan, memberikan kebijakan kepada berbagai kalangan bahwa pola makan dan gaya hidup aktif itu penting.

1.5 Struktur organisasi

Bab I pendahuluan berisi tentang latar belakang penelitian yang menjelaskan tentang pola makan dan gaya hidup aktif pada era covid-19. Rumusan masalah yaitu untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pola makan dan gaya hidup aktif siswa berdasarkan gender pada era covid-19. Tujuan penelitian ini yaitu apakah ada perbedaan pola makan dan gaya hidup aktif siswa pada era covid-19. Manfaat penelitian ini dapat menjadi informasi perbandingan pola makan dan gaya aktif siswa pada era covid-19.

Bab II kajian teori yang berisi tentang pembahasan di penelitian ini. Bab ini terdiri dari penjelasan tentang covid-19, pola makan dan gaya hidup aktif.

Bab III metode penelitian, dalam penelitian kali ini melalui pendekatan deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan kausal komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SD, SMP, dan SMA di Garut. Teknik dalam pengambilan sampel di penelitian ini yaitu menggunakan *Random Sampling* dengan jenis *simple random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 456 siswa didaerah Kabupaten Garut. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisisioner *Eating Habits and Lifestyle Changes* (EHLC).

Bab VI menjelaskan apa saja hasil data yang telah diolah dan diteliti. Hasil analisis data dan temuan penelitian.

Bab V menyimpulkan hasil analisis data. Implikasi dan rekomendasi dari hasil penelitian.