

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pandemi Covid-19 telah menjadi pusat perhatian banyak Negara, termasuk Indonesia. Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh coronavirus yang paling baru ditemukan. Data menunjukkan kasus Covid-19 di Indonesia terus mengalami kenaikan yang signifikan tercatat, Covid-19 mengakibatkan terinfeksi 396.454 orang per tanggal 27 Oktober 2020.

Perubahan gaya hidup dan konsumsi makanan pada Mahasiswa mempengaruhi Asupan dan kebutuhan gizinya yaitu dapat meningkat maupun berkurang. Mahasiswa cenderung mengikuti arus Globalisasi terlebih sekarang berada di masa pandemi COVID-19 yang mengharuskan untuk mengurangi kegiatan diluar rumah guna memutus rantai penularan COVID-19. Sehingga menyebabkan gaya hidup dan pola makan berubah, seperti pola hidup yang kurang aktif karna kemajuan teknologi dan pola konsumsi makan yang kurang tepat. Mahasiswa biasanya lebih memilih makanan yang cepat saji (*fast food*), yang dapat berakibat pada status gizi.

Pola konsumsi makan yang tidak teratur dan seimbang dapat berdampak pada status gizi. kebiasaan makan yang salah pada mahasiswa dapat mengakibatkan masalah gizi yang serius, seperti obesitas bagi mereka yang kelebihan kalori atau kurus bagi mereka yang kekurangan gizi. Secara Nasional proporsi status gizi (IMT/U) pada penduduk dewasa (umur >18 tahun) yaitu, kurus 9,3%, berat badan lebih (Overweight) 13,6% dan Obesitas 21,8%.

Sedangkan status gizi (IMT/U) pada penduduk dewasa (umur >18 tahun) menurut kelompok umur 20-24 tahun yaitu, kurus 15,8%, berat badan lebih (Overweight) 8,4% dan Obesitas 12,1%. Sedangkan status gizi (IMT/U) pada penduduk dewasa (umur >18 tahun) menurut karakteristik, laki-laki terdiri dari 10,8% kurus, 12,1% berat badan lebih (Overweight) dan Obesitas 14,5%. Perempuan terdiri dari 7,8% kurus, 15,1% berat badan lebih (Overweight) dan Obesitas 29,3%.

Masalah lain bagi kesehatan masyarakat dari kebijakan WFH (Work From Home) ialah mengakibatkan Mahasiswa memiliki aktivitas fisik yang kurang. Untuk mendapatkan manfaat kesehatan aktifitas fisik sebaiknya dilakukan 30 menit per hari (150 menit per minggu) dalam intensitas sedang (Kemenkes RI, 2018). Menurut data (Riskesdas RI, 2018) proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk (umur >10 tahun) di Indonesia yaitu 33,5% dan Proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk (umur >10 tahun) di Sumatera Utara yaitu 32%.

Berdasarkan hasil survei awal penelitian pada tanggal 21 s/d 28 Oktober 2020, pada mahasiswa semester 7 yang peneliti lakukan melalui penyebaran kuesioner google form untuk mendapatkan data tinggi badan dan berat badan dan dilakukan analisis terhadap Indeks Massa tubuh (IMT) pada 20 orang mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat semester 7 Universitas Prima Indonesia didapatkan hasil Indeks Massa Tubuh (IMT) mahasiswa sebelum terjadinya masa Pandemi Covid-19, yaitu Underweight sebanyak 3 mahasiswa (15%), Normal sebanyak 8 mahasiswa (40%), Overweight sebanyak 6 mahasiswa (30%), Obesitas I sebanyak 3 mahasiswa (15%). Sedangkan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima

Indonesia dimasa Pandemi Covid-19, yaitu Underweight sebanyak 1 mahasiswa (5%), Normal sebanyak 9 mahasiswa (45%), Overweight sebanyak 4 mahasiswa (20%), Obesitas I sebanyak 4 mahasiswa (20%), Obesitas II sebanyak 2 mahasiswa (10%).

Berdasarkan hasil survei awal penelitian pada tanggal 21 s/d 28 Oktober 2020 yang peneliti lakukan melalui formulir food recall 2x24 jam dengan bentuk google form untuk mendapatkan data pola makan dan dilakukan analisis dengan software Nutrisurvei untuk mendapatkan data jumlah kecukupan gizi terhadap 20 orang mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Semester 7 Universitas Prima Indonesia. Didapatkan bahwa selama Pandemi Covid-19 pola makan mahasiswa kategori frekuensi konsumsi makan yang tidak baik sebanyak 14 mahasiswa (70%), dan frekuensi makan yang baik sebanyak 6 mahasiswa (30%). Jenis konsumsi makan ditemukan yang tidak beragam sebanyak 13 mahasiswa (65%), dan jenis makan yang beragam sebanyak 7 mahasiswa (35%). Jumlah konsumsi makan yang baik sebanyak 5 mahasiswa (25%), jumlah konsumsi makan sedang sebanyak 3 mahasiswa (15%), jumlah konsumsi makan kurang sebanyak 4 mahasiswa (20%), dan jumlah konsumsi makan defisit sebanyak 8 mahasiswa (40%). Peneliti juga menemukan (90%) mahasiswa jarang melakukan olahraga dan hanya melakukan aktivitas ringan selama masa pandemi Covid-19.

Peneliti menganalisis berdasarkan hasil data survey awal, didapatkan bahwa mahasiswa yang memiliki Indeks Masa Tubuh dalam kategori underweight yaitu 1 mahasiswa (5%) memiliki pola makan yang tidak seimbang dan aktivitas yang cukup, kategori normal yaitu 9 mahasiswa (45%) memiliki pola makan yang seimbang dan aktivitas yang ringan, kategori overweight yaitu 4 mahasiswa (20%) memiliki pola makan yang tidak seimbang dimana jumlah konsumsi makan berlebih dan melakukan aktivitas yang kurang, kategori Obesitas I yaitu 4 mahasiswa (20%) dan kategori Obesitas II yaitu 2 mahasiswa (10%) memiliki pola makan yang tidak seimbang dimana jumlah dan frekuensi konsumsi makan berlebih dan kurangnya melakukan aktifitas fisik.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian Mengenai Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia Tahun 2020”?

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020”?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui hubungan jenis konsumsi makanan terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Mahasiwa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.
2. Untuk mengetahui jumlah konsumsi makanan terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Mahasiwa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.
3. Untuk mengetahui Frekuensi konsumsi makanan terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Mahasiwa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.

4. Untuk mengetahui Hubungan Aktivitas Fisik terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Universitas Prima Indonesia

Untuk menambah pengetahuan dan Dapat mengetahui hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.

1.4.2. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian yang berhubungan dengan pola makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.

1.4.3. Bagi Responden

Agar mengetahui dan meningkatkan perilaku Mahasiswa dalam meningkatkan pola makan seimbang dan melakukan aktivitas fisik di masa pandemi Covid-19 Tahun 2020.

1.4.4. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat tentang hubungan pola makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia di masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020.