

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) memperkenalkan kemunculan sebuah virus baru pada 31 Desember 2019 dari famili *Corona* yang menyebabkan penyakit *coronavirus* 2019 (COVID-19). Pada 11 Maret 2020, WHO mengumumkan COVID-19 sebagai pandemi dunia setelah menyebabkan 1.776.867 kasus terkonfirmasi dan 111.828 kematian¹. Untuk memutus rantai penyebaran COVID-19, Pemerintah Indonesia menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dimana kebijakan tersebut menyebabkan hampir seluruh kegiatan dirumahkan².

Pandemi COVID-9 menyebabkan perubahan besar pada kesehatan manusia yang menyebabkan perubahan gaya hidup secara tiba-tiba, dengan diterapkannya pembatasan sosial dan isolasi mandiri dirumah. Untuk mengoptimalkan kesehatan selama pandemi tidak hanya berdasar pengetahuan medis dan biologis, namun juga ilmu yang berhubungan dengan gaya hidup, sosial, sikap, termasuk kebiasaan pola makan³.

Ada 2 pengaruh utama yaitu, tinggal di rumah selama pandemi yang disebabkan oleh pemebelajaran jarak jauh, bekerja dari rumah, dan pembatasan berpergian keluar rumah. Selain itu, penimbunan stok makanan di rumah karena adanya pembatasan untuk pergi berbelanja juga berpengaruh. Selama tinggal dirumah tentu muncul rasa bosan, namun rasa bosan yang muncul justru berhubungan dengan peningkatan asupan energi yang lebih besar. Rasa stress yang muncul karena pandemi COVID-19 juga dapat menyebabkan stress yang berujung pada makan berlebihan terutama makanan manis. Makanan yang tinggi karbohidrat dapat mengurangi stress karena makanan tersebut dapat mengandung serotonin yang dapat meningkatkan suasana hati³.

Perubahan gaya hidup dan pola makan yang terjadi saat pandemi dapat memengaruhi perubahan indeks massa tubuh. Indeks massa tubuh yang buruk dapat

menyebabkan berbagai komplikasi seperti sindrom metabolik, komplikasi kardiovaskular, dan masih banyak lagi⁴. Indeks Massa Tubuh (IMT) sendiri dapat didefinisikan sebagai berat tubuh (kg) dibagi dengan tinggi badan kuadrat (m²)⁵. Namun, menurut penelitian yang dilakukan oleh Mutz di Jerman, lebih banyak orang yang menjaga intensitas aktivitas fisik yang dilakukan (33%) daripada orang yang memiliki intensitas aktivitas yang lebih rendah dari sebelum pandemi⁶.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yadav di India, ditemukan bahwa rerata indeks massa tubuh mahasiswa/i kedokteran adalah normal sebanyak 73.1%, *overweight* sebanyak 22.3% , sebanyak 3,1% obesitas dan sebanyak 1,5% *underweight*. Ditemukan pula bahwa *overweight* dan obesitas lebih banyak terjadi pada laki-laki daripada perempuan⁷.

Oleh karena itu pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui apakah terjadi perubahan indeks massa tubuh sebelum dan selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2018. Karena ditakutkan terjadinya perubahan indeks massa tubuh menjadi buruk yang dapat menyebabkan terjadinya berbagai komplikasi kesehatan.

1.2 Rumusan Masalah

- Pandemi COVID-19 menyebabkan hampir seluruh kegiatan dirumahkan sehingga terjadi perubahan pola makan dan gaya hidup seseorang.
- Perubahan pola makan dan gaya hidup menyebabkan perbedaan rerata indeks massa tubuh mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan sebelum COVID-19 dan selama COVID-19

1.3 Pertanyaan Penelitian

- Apakah terdapat perbedaan rerata indeks massa tubuh mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan sebelum dan selama pandemi COVID-19?
- Apakah terdapat perbedaan pola makan mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan sebelum dan selama pandemi COVID-19?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya perbedaan rerata indeks massa tubuh sebelum dan selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2018.

1.4.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui adanya perbedaan pola makan sebelum dan selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2018.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

Memberikan data mengenai perbedaan indeks massa tubuh sebelum dan selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2018.

1.5.2 Manfaat Praktis

Dapat meningkatkan kepedulian untuk menjaga indeks massa tubuh selama pandemi COVID-19, sebagai bahan edukasi kepada publik mengenai konsekuensi perubahan pola makan dan gaya hidup terhadap indeks massa tubuh, serta mencari solusi alternatif jenis makanan yang dapat dikonsumsi supaya indeks massa tubuh tidak memburuk.