

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Kebutuhan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan “Hal yang dibutuhkan atau diperlukan” yang artinya kebutuhan adalah salah satu hal yang harus dipenuhi oleh seseorang. Kebutuhan merupakan suatu hal yang muncul secara naluri bagi manusia, manusia akan melakukan hal apapun untuk memenuhi kebutuhannya sendiri sebagaimana upaya untuk bertahan hidup. Manusia tidak akan merasakan ketenangan hingga kebutuhannya belum dirasa terpenuhi, sifat seperti itu yang akan hadir dengan spontan di dalam pribadi manusia itu sendiri. Sedangkan Kebutuhan manusia itu tiada batasannya karena begitu banyak macamnya.

Kebutuhan hidup manusia pada dasarnya tidak ada yang sama melainkan sangat berbeda-beda di setiap individualnya. Setiap manusia mempunyai kebutuhan dasar yaitu kebutuhan rohani serta jasmani. Kebutuhan rohani merupakan suatu kebutuhan dimana seorang individu ingin mengutamakan hal yang lebih condong dalam perasaan untuk merasakan kedamaian di dalam jiwanya, contohnya adalah agama, pendidikan, asmara, dan lainnya. Sedangkan kebutuhan jasmani merupakan suatu kebutuhan dimana individu sangat membutuhkannya dalam menjalani kehidupan sehari-hari, contohnya makan, berpakaian, berolahraga, dan lain-lain (Maranatha Uni, 2009).

Olahraga sangat dibutuhkan bagi setiap individu. Olahraga diperlukan dalam kesehatan jasmani seorang manusia. Meskipun olahraga memiliki risiko terhadap cedera, kelelahan berlebih, ketidaknyamanan pada organ dalam namun olahraga banyak memiliki efek positif yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia. Sebagaimana

berefek pada perkembangan tubuh, kesiapan mental, dan peningkatan pada aktivitas fisik harian. Bahkan olahraga dapat berperan dalam menjaga bahkan dapat meningkatkan immunitas tubuh yang sangat dibutuhkan dalam melawan virus yang bisa datang kapan saja dan dimana saja. Dengan adanya aktivitas fisik yang baik maka akan menumbuhkan suatu kekebalan tubuh bahkan kesehatan tubuh yang sama baiknya (Christer, 2019).

Menurut Guyton dan Hall (1996) tubuh manusia mempunyai kemampuan untuk melawan segala macam organisme atau toksin yang cenderung merusak jaringan dan organ tubuh. Kemampuan tersebut yang biasa kita kenal sebagai imunitas tubuh. Imunitas tubuh bekerja sebagai lini pertama dalam pertahanan tubuh untuk melawan virus atau komponen asing yang masuk ke dalam tubuh untuk mempertahankan sistem tubuh normal. Virus akan masuk kedalam tubuh apabila seseorang mengalami penurunan ketahanan tubuh, hal tersebut bisa terjadi akibat kurangnya kekebalan tubuh untuk melawan benda asing yang masuk ke dalam tubuh.

Di tahun 2020 dunia dijatuhkan bencana berupa suatu wabah yang menyebabkan aktifnya sistem *lockdown*. Setiap orang diharuskan untuk tetap tinggal di rumah masing masing untuk mencegah penularan dari bencana tersebut. Pandemi atau wabah ini disebabkan oleh virus *coronavirus (CoV) disease 2019 (COVID-19)* (David M, 2020). Virus ini pertama kali ditemukan di kota Wuhan, provinsi Hubei, China pada 12 Desember 2019 (Kuldeep, 2020). Virus ini menyebabkan demam, batuk, nyeri otot, dan gangguan pernafasan lainnya, bahkan virus ini dapat menyebabkan cedera yang fatal hingga kematian.

Adapun kebiasaan yang ditinjau dari pandangan Islam memiliki sebutan 'Adah. Namun kebiasaan atau perlakuan yang terus menerus dilakukan (kebaikan) adalah Istiqamah. Istiqamah adalah teguh pendirian dalam tauhid untuk tetap menjalankan atau mengamalkan nilai nilai (amal saleh) yang terkandung dalam Al-Quran dan Sunnah,

tahan dari segala halangan dan rintangan yang menghadang. adapun firman Allah SWT dalam al-Quran menjelaskan tentang Istiqamah adalah:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya:

“sesungguhnya orang yang mengatakan: tuhan kami ialah Allah SWT, kemudian mereka tetap Istiqamah maka tidak ada kekhawatiran terhadap mereka tiada (pula) berduka cita” (QS. Al-Ahqaf (46) ayat: 13).

Allah SWT menciptakan struktur kepribadian manusia dalam bentuk potensial. Dinamika kepribadian Islam di antaranya adalah dinamika struktur jasmani. Struktur jasmani merupakan aspek biologis dari struktur kepribadian manusia. Aspek ini tercipta bukan dipersiapkan untuk membentuk tingkah laku tersendiri, melainkan sebagai wadah atau tempat singgah struktur ruh. Kedirian dan kesendirian struktur jasmani tidak akan mampu membentuk suatu tingkah laku lahiriah, begitu pula sebaliknya ruh tidak akan berfungsi apabila tidak ada jasmani sebagai wadah ruh, misalnya berkaitan dengan tingkah laku batiniah yang diekspresikan dengan perbuatan pada tingkah laku yaitu gerak badan (Pratiningsih, 2014).

Agama Islam dan olahraga memiliki korelasi atau hubungan dengan olahraga dikarenakan setiap olahraga selalu mengedepankan sportifitas yang tak lain sangat berhubungan erat dengan kejujuran, kejujuran sangat perlu ditanamkan dalam setiap insan olahraga demi menjaga citra sportif dalam setiap pertandingan.

Adapun hadist yang menjelaskan tentang pentingnya olahraga yaitu:

حَدَّثَنَا مُوسَى بْنُ هَارُونَ حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ رَاهَوِيَةَ وَثَنَا جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ
الْفَرْيَابِيُّ ثَنَا أَبُو الْأَصْبَغِ عَبْدُ الْعَزِيزِ ابْنُ يَحْيَى الْحَرَانِيُّ قَالَا ثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ سَلْمَةَ
عَنْ أَبِي عَبْدِ الرَّحِيمِ عَنْ عَبْدِ الْوَهَّابِ بْنِ بُخْتِ عَنْ عَطَاءِ ابْنِ أَبِي رَبَاحٍ : قَالَ
: رَأَيْتُ جَابِرَ بْنَ عَبْدِ اللَّهِ وَ جَابِرَ بْنَ عُمَيْرِ الْأَنْصَارِيِّ يَرْتَمِيَانِ فَمَلَّ أَحَدُهُمَا
فَجَلَسَ فَقَالَ لَهُ الْآخَرُ : كَسَلْتَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ سَلَّمَ
يَقُولُ : كُلُّ شَيْءٍ لَيْسَ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فَهُوَ لَهُوَ أَوْ سَهُوَ إِلَّا أَرْبَعَ
خِصَالٍ مَشَى الرَّجُلُ بَيْنَ الْغَرَضَيْنِ وَتَأَدَّبِيَهُ فَرَسَهُ وَمَلَاعَبَهُ أَهْلَهُ وَتَعَلَّمَهُ السَّبَاحَةَ.

Artinya:

“telah meriwayatkan kepada kami Musa bin Harun, meriwayatkan kepada kami Ishaq bin Rahawiyah, di dalam sanad yang lain telah menceritakan kepada Ja’far bin Muhammad al-Faryabi, dan telah menceritakan kepada kami Abu al-Asbaghi Abdul Aziz bin Yahya al-Harani, keduanya berkata telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Salamah bin Abdul Rahim, dan dari Abdul Wahab bin Bakhat, dari Atha’ bin Abu Rabah berkata: saya melihat Jabir bin Abdullah dan Jabir bin Umair al-Anshari latihan memanah, lalu salah seorang diantara mereka merasa jenuh lalu temannya berkata engkau itu malas: aku pernah mendengar Rasulullah SAW bersabda: setiap sesuatu yang bukan merupakan dzikir kepada Allah SWT adalah permainan dan kelalaian, kecuali empat perkara yaitu: “seorang laki-laki berjalan diantara dua sasaran (memanah), seseorang yang melatih kudanya, belaian seorang suami terhadap istrinya, mengajar atau belajar berenang” (HR. Imam at-Thabrani).

Rasulullah SAW juga berolahraga dan berlomba, salah satu olahraga yang sering dilakukan Nabi Muhammad SAW adalah berkuda. Dalam hadis riwayat Al-Bukhari, Abdullah bin Umar menyatakan, Rasulullah SAW pernah mengikuti lomba pacuan kuda. Jika menunggangi kuda

yang terlatih, beliau mengikuti lomba yang jarak tempuhnya mulai dari Al-Hafya hingga Tsaniyatul Wada. Namun jika menggunakan kuda yang belum terlatih, jarak tempuhnya hanya dari al-Hafya hingga masjid Bani Zuraiq.

Sahabat Anas bin Malik juga menyatakan bahwa Nabi Muhammad Saw seringkali memenangkan lomba. Suatu waktu, seorang tabiin bernama Abu Labid hendak mengadakan lomba pacuan kuda. Ia juga menyiapkan hadiah bagi pemenangnya. Melihat kuda-kuda yang tengah disiapkan, terbesit di pikirnya untuk menanyakan pertandingan pacuan kuda di masa Rasulullah SAW. Ia bersama kawan-kawannya lalu mendatangi Anas bin Malik di kediamannya.

“Wahai Abu Hamzah (Anas), apakah engkau pernah mengikuti lomba acuan kuda pada masa Rasulullah SAW? Apakah Nabi Muhammad SAW juga ikut berlomba?” tanya Abu Labid.

“Ya demi Allah, Rasulullah SAW pernah ikut lomba pacuan kuda, menggunakan kuda miliknya yang dinamakan Sabhah. Beliau bahkan menang dan menyukainya” jawab Anas (HR. Bukhari).

Sedangkan pandemi sendiri adalah suatu kondisi yang serupa dengan zaman Rasulullah SAW. Namun dikala itu lebih biasa di dengar dengan kata wabah. Tidak ada perbedaan yang sangat signifikan antara wabah dan pandemi karena memiliki arti yang tidak jauh berbeda. Adapun hadist yang menceritakan tentang kondisi saat wabah atau pandemi pada zaman Rasulullah SAW yaitu:

حَدَّثَنَا حَفْصُ بْنُ عُمَرَ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ قَالَ أَخْبَرَنِي حَبِيبُ بْنُ أَبِي ثَابِتٍ قَالَ سَمِعْتُ إِبْرَاهِيمَ بْنَ سَعْدٍ قَالَ سَمِعْتُ أُسَامَةَ بْنَ زَيْدٍ يُحَدِّثُ سَعْدًا عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونَ بِأَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا مِنْهَا فَقُلْتُ أَنْتَ سَمِعْتَهُ يُحَدِّثُ سَعْدًا وَلَا يُنْكِرُهُ قَالَ نَعَمْ

Artinya:

“telah menceritakan kepada kami Hafsh bin Umar, telah menceritakan kepada kami Syu’bah, dia berkata: telah mengabarkan kepadaku Habib

bin Abu Tsabit, dia berkata: saya mendengar Ibrahim bin Sa'ad, berkata: saya mendengar Usamah bin Zaid, bercerita kepada Sa'd dari Rasulullah Saw bahwa beliau bersabda: apabila kalian mendengar wabah lepra di suatu negeri, maka janganlah kalian masuk ke dalamnya namun jika ia terjangkau di suatu negeri, sementara kalian berada di dalamnya, maka janganlah kalian keluar dari negeri tersebut. Lalu aku berkata: apakah kamu mendengar Usamah menceritakan hal itu kepada Sa'd, sementara Sa'd tidak mengingkari perkataan Usamah? Ibrahim bin Sa'd berkata; benar” (HR. Bukhari).

1.2. Perumusan Masalah

Sejak munculnya virus Covid-19 yang mewabah di tahun 2020 ini para petugas kesehatan telah terinspirasi dalam penanganan dari virus tersebut dengan cara melakukan aktivitas fisik atau olahraga. Sebagaimana diketahui bahwa olahraga dapat membantu untuk meningkatkan imun di dalam tubuh yang membantu melawan virus apapun yang masuk ke dalam tubuh (Qiu, 2020). Dengan ini memacu penulis untuk melakukan observasi mengenai bagaimana perbedaan dari kebiasaan olahraga bagi orang-orang di masa pandemi dan sebelumnya.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 sebelum masa pandemi Covid-19?
2. Bagaimana gambaran kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 selama masa pandemi Covid-19?
3. Bagaimana perubahan kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 sebelum dan selama masa pandemi Covid-19?

4. Bagaimana pengetahuan manfaat dari kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2018 sebelum dan selama masa pandemi Covid-19?
5. Bagaimana pandangan Islam mengenai kebiasaan berolahraga pada masa pandemi Covid-19?

1.4. Tujuan Penelitian

1.1.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran perbedaan kebiasaan berolahraga dari mahasiswa Universitas YARSI angkatan 2018 sebelum dan selama masa pandemi Covid-19.

1.1.2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 sebelum masa pandemi Covid-19.
- b. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 selama masa pandemi Covid-19.
- c. Untuk mengetahui perubahan kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 sebelum dan selama masa pandemi Covid-19.
- d. Untuk mengetahui pengetahuan manfaat dari kebiasaan berolahraga pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 sebelum dan sesudah masa pandemi Covid-19.
- e. Mengetahui pandangan islam mengenai kebiasaan berolahraga pada masa pandemi Covid-19.

1.5. Manfaat Penelitian

1.1.1. Bagi Penulis

Sebagai sarana latihan penulisan serta tambahan ilmu mengenai perbedaan kebiasaan berolahraga masyarakat di dalam masa pandemi Covid-19.

1.1.2. Bagi Universitas YARSI

Membantu almamater Universitas YARSI dengan menambah kepustakaan mengenai hal atau informasi dari dampak pandemi Covid-19 terhadap perubahan kebiasaan berolahraga dalam masyarakat.

1.1.3. Bagi Masyarakat

Memberikan wawasan kepada masyarakat mengenai perbedaan kebiasaan berolahraga pada masa pandemi Covid-19.