

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Coronavirus (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 (WHO, 2021). Umumnya, individu yang terinfeksi virus ini akan mengalami penyakit pernapasan ringan hingga sedang. Menurut data World Health Organization (WHO), per 5 November 2021, terlapor sebanyak 248.467.363 kasus terkonfirmasi COVID-19 dan 5.027.183 kasus kematian. Berdasarkan Peta Sebaran Satuan Tugas Penanganan COVID-19 di Indonesia, per 8 November 2021, tercatat sebanyak 4.248.409 kasus positif COVID-19 dan 143.557 kasus kematian. Jumlah kasus kumulatif tertinggi berada di provinsi DKI Jakarta, Jawa Barat, dan Jawa Tengah.

Situasi pandemi COVID-19 yang terus meningkat menyebabkan kekhawatiran terjadinya krisis kesehatan karena siapa pun dapat terinfeksi virus ini dan menjadi sakit parah atau meninggal pada usia berapa pun. Penyebaran virus SARS-CoV-2 sangat mudah, yaitu melalui *droplet*, sentuhan barang yang terkontaminasi oleh virus SARS-CoV-2, batuk, bersin, dan sebagainya. Berbagai pencegahan penyebaran virus ini dapat dilakukan dengan didukung oleh daya tahan tubuh yang kuat. Salah satu cara untuk menjaga dan meningkatkan sistem imun tubuh agar selalu kuat, yaitu dengan memperhatikan kualitas asupan nutrisi yang dikonsumsi dan pola makan.

Nutrisi adalah bagian penting dari kesehatan. Nutrisi yang lebih baik salah satunya terkait dengan sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat. Nutrisi yang baik dapat dipenuhi dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) (2020), panduan pola makan yang bergizi dan seimbang selama pandemi COVID-19, yakni: (1) Makan dengan komposisi lengkap; (2) Batasi asupan lemak, gula, dan garam; (3) Penuhi kebutuhan cairan; (4) Jaga kebersihan makanan.

Pencegahan terjangkitnya COVID-19 dapat dilakukan dengan membangun imunitas tubuh. Contohnya dengan mengonsumsi asupan nutrisi yang tepat berupa

sayuran yang mengandung mineral, vitamin maupun senyawa bioaktif (Siswanto & Ernawati, 2013).

Vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai senyawa antioksidan yang dapat membantu meningkatkan imunitas tubuh (Kemenkes, 2020). Berdasarkan hasil penelitian Agustina, *et al* (2021), remaja yang mengonsumsi sayur dan buah saat COVID-19 sebanyak 56,1%. Berdasarkan penelitian Dewi, *et al* (2020), pada masa pandemi, remaja jarang mengonsumsi sayur buah setiap harinya sebanyak 52%, dan jarang mengonsumsi vitamin sebanyak 51,2%.

Di masa pandemi COVID-19 ini, pihak rektorat Universitas Yarsi menerapkan kebijakan perkuliahan secara *online* atau kegiatan belajar di rumah. Keharusan melakukan hal tersebut menyebabkan terjadinya perubahan gaya hidup yang tidak sehat berupa pola makan terganggu dan mempengaruhi kualitas asupan nutrisi yang dikonsumsi mahasiswa.

Di dalam Al-Qur'an, umat Islam diwajibkan untuk mengonsumsi makanan yang halal dan *thoyyib*. Untuk menjalankan kewajiban tersebut maka umat Islam dianjurkan untuk mengonsumsi makanan bergizi agar dapat melaksanakan aktivitas hidup dengan baik, seperti beribadah kepada Allah. Apabila dalam mengonsumsi makanan bergizi tersebut tidak sesuai dengan syariat agama maka dapat menjadi sumber bahaya. Disampaikan pula oleh Rasulullah bahwa sebab berlebihan membuat lemahnya iman karena menunjukkan kekosongan hati, seolah-olah hidupnya hanya dipusatkan untuk memenuhi hawa nafsu makannya (Rahayu, 2019).

Berdasarkan uraian di atas dan adanya perbedaan hasil dari berbagai penelitian, maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran kualitas asupan nutrisi di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari kedokteran dan islam.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Gambaran Kualitas Asupan Nutrisi dan Pola Makan di Masa

Selama Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Ditinjau dari Kedokteran dan Islam”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran pola makan di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari kedokteran?
2. Bagaimana gambaran kualitas asupan nutrisi di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari kedokteran?
3. Bagaimana gambaran kualitas asupan nutrisi di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Diketahuinya gambaran pola makan di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari kedokteran
2. Diketahuinya gambaran kualitas asupan nutrisi di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari kedokteran
3. Diketahuinya gambaran kualitas asupan nutrisi di masa selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi ditinjau dari Islam

1.5 Manfaat Penelitian

Bagi Peneliti

- Menambah pengalaman dalam menulis
- Melatih cara menulis artikel penelitian dengan benar
- Melatih cara melakukan penelitian dengan benar
- Menambah pengetahuan terhadap kualitas asupan nutrisi dan pola makan

- Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran.

Bagi Mahasiswa

- Menambah pengetahuan mahasiswa terhadap kualitas asupan nutrisi dan pola makan
- Membantu mahasiswa dalam mengatur kualitas asupan nutrisi dan pola makan agar kondisi kesehatan tetap terjaga dengan baik.

Bagi Institusi

- Memberikan informasi pentingnya memelihara kualitas asupan nutrisi dan pola makan selama masa pandemi untuk menjaga kesehatan di lingkungan Universitas Yarsi
- Menambah bahan rujukan untuk daftar pustaka di perpustakaan Universitas Yarsi.