

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Saat ini Dunia sedang digemparkan dengan adanya virus corona atau yang sekarang disebut covid-19 (*corona virus disease*). Disebutkan bahwa virus ini pertama kali berasal dari kota Wuhan, China semenjak Desember 2019. Negara Indonesia pun tidak luput dari paparan Covid-19 tertinggi di Asia Tenggara yaitu mencapai 113.134 sampai dengan bulan Agustus 2020. Sehingga membuat banyak perubahan dalam berbagai aspek, sejak covid-19 mewabah dan menjadi pandemi di Indonesia ada banyak hal yang berubah dalam kehidupan sehari-hari (Nadhira Salsabila, 2020).

Arti dari pola hidup adalah menurut Mubyarto (1988: 115) suatu kebiasaan yang terjadi secara kontinyu atau terus menerus dalam hidup seseorang. Pola hidup sangat berkaitan erat dengan runtutan aktivitas yang dilakukan oleh seorang manusia dalam kehidupannya sehari-hari. Pola hidup yang terjadi saat pandemi covid-19 tentu saja berbeda.

Di mana sebelum pandemi covid-19 warga di Desa Akuni tidak begitu percaya dengan adanya wabah virus, selain itu kebiasaan berolahraga yang kurang dan pola makan yang tidak teratur, kebiasaan lainnya juga terlihat pada keseharian masyarakat desa akuni yang kurang memperhatikan kebersihan diri dan lingkungannya, misal saat setelah beraktivitas di luar mereka langsung memakan makanan yang tersedia tanpa mencuci tangan terlebih dahulu dengan sabun, aktivitas mencuci tangan sebelum makan seharusnya menjadi kebiasaan sejak dulu. akan tetapi kurangnya kesadaran masyarakat akan hal itu membuat

mereka menjadi terkena penyakit, selain itu warga juga kurang percaya bahwa menjaga pola hidup bersih dan sehat dapat membuat kita terhindar dari wabah penyakit.

Setelah mewabahnya virus corona (covid-19) perubahan yang terjadi pada masyarakat jadi lebih terlihat dari tingkahlaku warga yang mulai memperhatikan pola hidupnya dengan menjaga imun dan mengikuti protokol kesehatan, sebelum pandemi mayoritas warga di Desa Akuni tidak begitu memperhatikan pola hidupnya. Pengaturan pola hidup dalam hal ini meliputi pola makan, tidur, olahraga atau bergerak. Pola makan mempunyai arti suatu kebiasaan menetap dalam hubungan dengan konsumsi makanan berupa makanan pokok, sumber protein, sayuran, buah-buahan dan susu (Auliah etal., 2020). Pola tidur yang singkat juga mempengaruhi pada pola makan, karena peningkatan grehlin dan penurunan resitensi leptin (Relda, 2013).

Bila ditelaah lebih jauh maka data yang di temukan menunjukkan bahwa sebelum adanya pandemi covid-19 maka tren global menunjukkan bahwa terjadi perubahan pola perilaku pada masyarakat seperti saling berbagi tempat makan dan minum adalah hal yang biasa. Namun saat ini untuk melakukan hal seperti itu dapat membuat orang cemas, tidak hanya itu, sebelum masa pandemi berjabat tangan merupakan hal yang normal. Ketika pandemi covid-19 saat ini sebagian orang menghindarinya (Vina Fadhotul nugroho, 2020). Tidak hanya itu dari segi ibadah juga mengalami perubahan dimana masyarakat di Desa Akuni sudah mulai mendekatkan diri kepada Allah SWT terlihat dari sebagian masyarakat yang sudah mulai rajin ke masjid, mereka yakin bahwa tuhan akan selalu melindungi mereka, dan setiap penyakit pasti ada obatnya. pola hidup

masyarakat mulai berubah semenjak diberlakukannya protokol kesehatan, pandemi Covid-19 membuat masyarakat mulai menyadari betapa pentingnya pola hidup sehat sehingga terhindar dari serangan virus Covid-19 yang mengganggu kesehatan. Mayoritas masyarakat saat ini mulai menerapkan pola hidup sehat sebelum beraktivitas dengan kebiasaan baru yang dianjurkan oleh pemerintah setempat.

Saat pandemi ini masyarakat mulai mengutamakan kesehatan yang dulu kurang sadar akan pentingnya pola hidup sehat, seperti halnya saat ini hampir di setiap, pasar dan swalayan menyediakan tempat pencucian tangan dan handsanitizer serta penerapan physical distancing dengan menjaga jarak dengan orang lain (Ashadi, Andriana, Pramono, 2020).

Menurut (Nathaniel, dkk, 2018) bahwa pada masa pandemi saat ini mengharuskan masyarakat untuk tetap menjaga pola hidup sehat. Berbagai pihak menyampaikan informasi terkait protokol kesehatan pencegahan penularan Covid-19. Karena kesehatan menjadi harta yang paling berharga dalam kehidupan setiap individu. Menurut Ardiyanto, dkk (2020) bahwa untuk menerapkan pola hidup sehat dapat dilakukan dengan menjaga pola hidup bersih dan sehat.

Kesadaran akan kesehatan seharusnya ditanamkan dalam diri masyarakat sejak dulu untuk mencegah segala penyakit yang akan berdampak buruk pada masyarakat tersebut, selain itu jika masyarakat sadar akan pentingnya pola hidup sehat bagi kesehatan kemungkinan-kemungkinan yang terjadi saat kondisi pandemi saat ini tidak akan membuat masyarakat jadi panik karena mereka sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan.

Di dalam Al-Quran telah dijelaskan pada surah At-Taubah Ayat 108 yang berbunyi :

لَا تَقُمْ فِيهِ أَبَدًا ۚ لَمَسْجِدٍ أُسَسَ عَلَى التَّقْوَىٰ مِنْ أَوَّلِ يَوْمٍ أَحَقُّ أَنْ تَقُومَ فِيهِ ۚ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ  
أَنْ يَتَطَهَّرُوا ۚ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ

Terjemahannya : *Janganlah engkau melaksanakan sholat dalam masjid itu selama-lamanya. Sungguh, masjid yang didirikan atas dasar takwa, sejak hari pertama adalah lebih pantas engkau melaksanakan sholat di dalamnya. Di dalamnya ada orang-orang yang ingin membersihkan diri . Allah menyukai orang-orang yang bersih.*

Dalam surat At-Taubah ayat 108 Allah SWT memerintahkan hamba-Nya untuk mensucikan diri baik secara jasmani maupun rohani, baik dari najis maupun hadast. Bersuci tersebut dapat dilakukan dengan tetap menjaga kebersihan tempat ibadah serta lingkungan ataupun dengan cara mensucikan diri seperti berwudhu, mandi, mengerjakan sholat, dzikir untuk tetap mendekatkan diri kepada-Nya, karena Allah SWT mencintai hambanya yang bertaqwa. Dalam hal ini, bersuci baik tempat maupun hati akan memberikan dampak positif dalam kesehatan.

Kesehatan dalam Islam adalah perkara yang penting, ia merupakan nikmat besar yang harus disyukuri oleh setiap hamba. Terkait pentingnya kesehatan Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

“Dua kenikmatan yang sering dilupakan oleh kebanyakan manusia adalah kesehatan dan waktu luang.” (HR. Al-Bukhari : 6412)

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah peneliti lakukan pada tanggal 10 februari 2021, melihat perilaku masyarakat yang menunjukkan perubahan pola hidup sehat yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari di kalangan masyarakat baik orang dewasa maupun anak-anak. perubahan pola hidup sehat yang paling banyak diterapkan adalah kebiasaan mencuci tangan, selanjutnya penggunaan masker, olahraga, dan pola makan sehat tidak hanya itu dari segi ibadah juga mengalami perubahan terlihat dari kebiasaan masyarakat akuni yang mulai rajin ke masjid untuk beribadah.

Dari pengamatan peneliti di lapangan sebelum pandemi, masyarakat kurang memperhatikan pola hidup sehat. Terlihat dari kebiasaan masyarakat yang kurang memperhatikan kesehatan dirinya, hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pola hidup sehat. Selain itu kebiasaan tidak menggunakan masker saat melakukan aktivitas di luar rumah, mencuci tangan setelah melakukan aktivitas di luar dan di dalam rumah. Serta kebiasaan berolahraga juga kurang teratur, hal ini disebabkan karena aktivitas masyarakat yang padat sehingga banyak masyarakat yang tidak lagi memikirkan kesehatan dirinya.

Kemudian dari hasil wawancara salah seorang warga di Desa Akuni, yang mengatakan bahwa sebelum pandemi terjadi, ia jarang menggunakan masker dan mencuci tangan setelah beraktivitas. Setelah pandemi ini ia menjadi rajin menggunakan masker dan mencuci tangan, tidak hanya itu ia juga mulai berolahraga meskipun tidak sering”.

Seharusnya, Pola hidup sehat perlu diterapkan sejak awal agar memberikan dampak positif bagi masyarakat. Banyak hal yang tanpa disadari

justro jauh dari kebiasaan pola hidup sehat (Nathaniel, dkk, 2018). Melihat kondisi masyarakat Desa Akuni yang menunjukkan seolah-olah perubahan pola hidup sehat yang terjadi karena adanya pandemi covid-19.

Dari hasil observasi tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti perubahan pola hidup sehat pada masyarakat sebelum dan sesudah adanya pandemi covid-19. Penelitian ini berjudul “**Perubahan Pola Hidup Sehat Masyarakat Desa Akuni Kecamatan Tinanggea Kabupaten Konawe Selatan Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19**”.

## **1.2.Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka fokus dalam penelitian ini adalah bagaimana perubahan pola hidup masyarakat sebelum dan selama terjadinya pandemi. dan bagaimana tanggapan masyarakat mengenai kebiasaan-kebiasaan baru yang dilakukan sebelum dan selama pandemi Covid-19.

## **1.3 Identifikasi Masalah**

Adapun masalah yang ditemukan dalam identifikasi adalah sebagai berikut :

- 1.3.1 Pola tingkah laku masyarakat dalam menjaga pola hidup sehat sebelum pandemi covid-19
- 1.3.2 perubahan tingkah laku masyarakat dalam menjaga pola hidup sehat saat pandemi covid-19
- 1.3.3 Hambatan yang di rasakan masyarakat dalam menjalani pola kebiasaan baru saat pandemi covid-19
- 1.3.4 Indikasi perubahan pola kebiasaan baru dan dampaknya pada masyarakat di masa pandemi

## 1.4.Rumusan Masalah

- 1.4.1 Bagaimana perubahan pola hidup sehat masyarakat Desa Akuni Kecamatan Tinanggea sebelum pandemi dan setelah pandemi covid-19?
- 1.4.2 Hambatan-hambatan apa saja yang dirasakan masyarakat dalam menjalani pola hidup sehat setelah pandemi di Desa Akuni Kecamatan Tinanggea?
- 1.4.3 Apa bentuk perubahan pola hidup sehat dan dampaknya pada masyarakat Desa Akuni kecamatan Tinanggea ?

## 1.5.Definisi operasional

Untuk menghindari persepsi yang berbeda dalam memahami sasaran penelitian ini, maka penelitian akan menjelaskan apa yang menjadi pembahasan penelitian mengenai variabel-variabel penelitian ini secara operasional.

### 1.5.1. Pola hidup sehat

Pola hidup sehat adalah gaya hidup yang memperhatikan segala aspek kondisi kesehatan, kesehatan adalah aspek-aspek biologis dan sosial budaya diri tingkah laku manusia.

Pola hidup sehat yang di maksud adalah keseimbangan antara jasmani dan rohani. Dan merupakan bagian dari upaya menerapkan pola hidup sehat salah satu bentuk pola hidup sehat adalah memperhatikan pola hidup yang teratur dengan pola makan yang teratur, serta menghindari stres yang berlebihan karena pandemi.

### 1.5.2. Masyarakat

Masyarakat merupakan sekelompok manusia atau individu yang secara bersama-sama tinggal di suatu tempat dan saling membutuhkan satu sama lain.

Kehidupan sebuah masyarakat merupakan sebuah sistem sosial yang di dalamnya saling berhubungan antara yang satu dengan yang lainnya.

### 1.5.3. Masa pandemi

Masa pandemi adalah masa di mana sebuah virus yang menular yang akhir-akhir ini menggemparkan masyarakat di berbagai negara, salah satunya di Indonesia. Pandemi sendiri merupakan sebuah epidemi yang telah menyebar ke berbagai benua dan negara, umumnya menyerang banyak orang, sementara epidemi sendiri adalah sebuah istilah yang telah digunakan untuk mengetahui peningkatan jumlah kasus penyakit secara tiba-tiba pada suatu populasi area tertentu.

## 1.6 Tujuan Penelitian

- 1.6.1. Mendeskripsikan perilaku pola hidup sehat masyarakat sebelum pandemi covid-19 di Desa Akuni Kecamatan Tinanggea
- 1.6.2. Mendeskripsikan perilaku pola hidup sehat masyarakat setelah pandemi Covid-19 di Desa Akuni Kecamatan Tinanggea
- 1.6.3. Mengetahui indikasi perubahan pola hidup sehat dan dampaknya pada masyarakat di Desa Akuni Kecamatan Tinanggea

## 1.7 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

- 1.7.1. Manfaat teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan dan memajukan pemikiran mengenai pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti ketika melakukan penelitian tentang Perubahan Pola Hidup Sehat Masyarakat Desa Akuni Kecamatan Tinanggea Kabupaten Konawe Selatan sebelum dan selama pandemi Covid-19
- 1.7.2. Manfaat praktis Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemikiran ilmiah khususnya kepada peneliti dan kepada masyarakat pada umumnya, yang berkaitan dengan menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
- 1.7.3. Bagi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Institut Agama Islam Negeri Kendari, penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber bacaan dan referensi bagi mahasiswa dan dapat memberikan sumbangan pemikiran terutama dalam bidang bimbingan dan penyuluhan.