

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sekelompok kasus pneumonia muncul pada akhir bulan Desember 2019 di *Wuhan China* yang disebabkan oleh virus yang menyerang sistem pernapasan, yang kemudian dinamai sebagai penyakit virus *Corona (COVID-19)* oleh badan Kesehatan dunia *WHO*. Semenjak Januari 2020 *WHO* telah menyatakan dunia masuk ke dalam darurat global terkait virus ini. Fenomena luar biasa yang terjadi di bumi pada abad ke 21, yang skalanya mungkindapat disamakan dengan Perang Dunia II, kondisi tersebut berdampak pada sektor pekerjaan yang harus dikerjakan dari rumah. Sektor pendidikan juga tidak terlepas dari dampak penyebaran virus tersebut, untuk memutus rantai penyebaran *covid-19* kegiatan sekolah maupun kuliah harus dilakukan dari rumah. Meskipun belajar dari rumah, sebagai generasi muda tentunya diwajibkan untuk tetap produktif melalui kegiatan belajar yang dilakukan dari rumah. Menurut Satgas Penanganan *Covid-19* Indonesia terhitung sampai tanggal 30 Maret 2021 sebanyak 1.501.093 orang terinfeksi virus corona, 40.581 orang meninggal dunia dan pasien yang telah sembuh sebanyak 1.336.818 orang.

Khususnya di Indonesia sendiri Pemerintah telah mengeluarkan status bencana terhitung mulai tanggal 29 Februari 2020 hingga 29 Mei 2020 terkait pandemic virus ini dengan jumlah 91 hari. Langkah-langkah telah dilakukan oleh pemerintah untuk dapat menyelesaikan kasus luar biasa ini, salah satunya adalah dengan mensosialisasikan gerakan *Social Distancing*. Konsep ini menjelaskan

bahwa untuk dapat mengurangi bahkan memutus mata rantai infeksi Covid-19 seseorang harus menjaga jarak aman dengan manusia lainnya minimal 2 meter, dan tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain, menghindari pertemuan massal, berolahraga di rumah. Melalui surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Tinggi No. 1 tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran *Corona Virus Disease (Covid-19)* di perguruan tinggi melalui surat edaran tersebut memberikan instruksi kepada perguruan tinggi untuk menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan mahasiswa untuk belajar di rumah masing-masing.

Selain sektor pendidikan, saat ini masyarakat sedang dalam tekanan dibidang kesehatan, dimana covid-19 menghantui kehidupan masyarakat pada umumnya. Padahal masyarakat memiliki hak dasar atas kesehatan yang telah diakui dan dilindungi oleh konstitusi, maka Negara dalam hal ini pemerintah haruslah berperan aktif dalam hal tersebut (Nurhalimah, 2020). Virus *Covid-19* bisa menyerang siapa saja, namun yang lebih rentan ialah anak-anak, lansia, dan ibu hamil serta orang-orang yang ketebalan tubuhnya (imunitas) nya rendah. Salah satu cara menjaga ataupun meningkatkan imunitas tubuh kita yaitu dengan melakukan kegiatan olahraga atau aktivitas jasmani. Seperti yang dinyatakan oleh (Sukendra, 2015) yaitu aktivitas olahraga/jasmani yang tidak berlebihan atau dengan kata lain olahraga kategori ringan sedang mampu menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh, sehingga tubuh tidak mudah terserang penyakit.

Aktifitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga. Menurut *World Health Organization (WHO, 2010)* aktivitas fisik dapat didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot-otot

rangka dan membutuhkan energi. Berbagai aktivitas fisik seperti berlari, berjalan, bekerja, bermain, angkat beban dan berbagai latihan fisik lainnya. Faktor-faktor seseorang dalam melakukan aktivitas fisik/olahraga diantaranya yaitu pertama jenis kelamin, jenis kelamin menjadi salah satu factor melakukan aktivitas olahraga karena antara laki-laki dan wanita memiliki motivasi yang berbeda-beda dalam hal melakukan kegiatan olahraga. Kedua dukungan orang lain/teman, dalam melakukan aktivitas jasmani walaupun dilakukan secara individu, namun peran teman sangatlah dibutuhkan dalam hal memberi motivasi dalam setiap kegiatan yang dilakukan. Aktivitas jasmani pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupan untuk menunjang kebugaran kondisi fisik agar tetap terjaga.

Berdasarkan pendapat di atas tentang aktivitas fisik maka dapat disimpulkan bahwasanya aktivitas fisik atau olahraga adalah kegiatan yang dilakukan seseorang dalam bentuk kegiatan olahraga yang melibatkan semua anggota tubuh serta dalam kegiatannya membutuhkan energi yang berasal dari dalam tubuhnya sendiri dan energi yang dibutuhkan tergantung dengan tingkatan aktivitas fisik yang ia lakukan.

Masyarakat Kabupaten Asahan merupakan masyarakat yang memiliki antusias untuk melakukan aktivitas jasmani mulai dari anak-anak hingga orang tua. Hal ini terbukti dengan ramainya keikutsertaan masyarakat Kabupaten

Asahan dalam kegiatan-kegiatan olahraga yang diselenggarakan oleh pemerintah Kabupaten Asahan pada setiap minggunya seperti *car free day* dan senam rutin di Alun-Alun Kisaran Kabupaten Asahan, namun saat ini kegiatan rutin olahraga

tersebut sementara oleh pemerintah Kabupaten Asahan di hentikan, dikarenakan terjadinya pandemi *Covid-19*.

Dari permasalahan tersebut lahir sebuah ide untuk melihat aktivitas yang dilakukan masyarakat Kelurahan Kisaran Barat Kabupaten Asahan pada masa pandemi *Covid-19*. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui persentase aktivitas jasmani yang dilakukan masyarakat pada saat pandemi *Covid-19* di Kelurahan Kisaran Barat Kabupaten Asahan. Sehingga penulis tertarik mengadakan penelitian tentang “Survei Aktivitas Masyarakat pada Masa Pandemi *Covid-19* di Kelurahan Kisaran Barat Kabupaten Asahan.”

### 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masih ada masyarakat yang tidak melakukan aktivitas jasmani selama masa pandemi *Covid-19*.
2. Kurangnya sarana dan prasarana untuk mendukung melakukan aktivitas jasmani di rumah selama masa pandemi *Covid-19*.
3. Keterbatasan pemahaman masyarakat pada teknologi dalam melakukan aktivitas jasmani di Kelurahan Kisaran Barat Kabupaten Asahan.
4. Belum diketahuinya aktivitas jasmani masyarakat Kelurahan Kisaran Barat Kabupaten Asahan selama masa pandemic *Covid-19*.

### 1.3 Batasan Masalah

Untuk mencapai sasaran atau tujuan penelitian secara spesifik, maka perlu di buat suatu batasan tentang permasalahan yang hendak diteliti Aktivitas

Jasmani Masyarakat pada Masa Pandemi *Covid-19* di Kelurahan Kisaran Barat Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, yakni bagaimana Aktivitas Jasmani Masyarakat pada Masa Pandemi *Covid-19* di Kelurahan Kisaran Barat Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan.

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, adapun tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui Aktivitas Jasmani Masyarakat pada Masa Pandemi *Covid-19* di Kelurahan Kisaran Barat Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan”.

#### 1.6 Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak terutama pihak-pihak yang terlibat di dalam, yaitu:

1. Sebagai masukan bagi masyarakat untuk menjaga imunitas tubuh pada masa pandemic *Covid-19*.
2. Sebagai masukan bagi pemerintah daerah setempat untuk Aktivitas Masyarakat pada Masa Pandemi *Covid-19* di Kelurahan Kisaran Barat Kabupaten Asahan.