

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Daya tahan tubuh atau sistem imun merupakan sistem yang berperan untuk melindungi tubuh sejak kuman pertama kali masuk ke dalam tubuh (Noya, 2020). Daya tahan tubuh selama masa pandemi Covid-19 ini harus senantiasa dijaga dan ditingkatkan. Jumlah kasus Covid-19 yang kian meningkat setiap harinya membuat orang-orang untuk lebih memperhatikan kesehatan tubuhnya serta melakukan pencegahan agar terhindar dari Covid-19, yaitu dengan meningkatkan daya tahan tubuh (Ika, 2020). Namun, untuk meningkatkan daya tahan tubuh diperlukan pengetahuan tentang cara meningkatkannya. Pada dasarnya, manusia memiliki daya tahan tubuh atau sistem imun untuk melawan virus atau bakteri penyebab penyakit. Ada beberapa hal yang menyebabkan daya tahan tubuh atau sistem imun manusia menurun diantaranya yaitu sering mengonsumsi makanan yang tidak sehat, sering begadang atau kurang tidur, serta mengalami stres. Oleh karena itu, daya tahan tubuh atau sistem imun manusia harus senantiasa dijaga agar daya tahan tubuh meningkat dan kuat pada masa pandemi Covid-19 (Nareza, 2020).

Berdasarkan hasil penemuan dari peneliti New York dan Shanghai bersamaan dengan penemuan dokter bahwa Covid-19 dapat menyerang sistem kekebalan tubuh dan menyebabkan kerusakan seperti yang ditemukan pada pasien HIV. Bulan februari Chen Yongwen dan rekannya

di *Institute of Immunology PLA* mengeluarkan laporan klinis yang memberi peringatan jika jumlah sel T dapat turun secara signifikan pada pasien yang terinfeksi Covid-19, terutama pada usia lanjut atau yang memerlukan perawatan intensif (CNN Indonesia, 2020).

Kasus baru terkonfirmasi Covid-19 di dunia pada tanggal 27 September 2020 bertambah sejumlah 298,773, sehingga jumlah semua kasus terkonfirmasi Covid-19 mencapai 32.730.945, dengan total angka kematiannya mencapai 991.224 kematian (WHO, 2020). Di Indonesia pada tanggal 27 September 2020 tambahan pasien baru positif Covid-19 bertambah sebanyak 3.874 kasus dan kumulatifnya mencapai 275.213 kasus, dari data kementerian kesehatan pasien yang sembuh terus bertambah sebanyak 3.611 kasus, dengan kumulatif menembus angka 203.014 kasus dan kasus kematian juga bertambah sebanyak 78 kasus hingga total pasien yang meninggal mencapai 10.386 kasus. Di Jawa timur paada 27 September 2020 kasus terkonfirmasi sudah mencapai jumlah 42.890 kasus, sudah termasuk dengan tambahan sebanyak 2020 kasus, penambahan untuk pasien yang sembuh berjumlah 402 kasus dengan kumulatif 35.945 kasus, sedangkan untuk kasus kematiannya bertambah 16 kasus dengan kumulatif 3.118 kasus (Satgas Penanganan COVID-19, 2020). Untuk jumlah kasus Covid-19 di Pondok Pesantren per tanggal 6 Oktober 2020 Kementerian Agama (Kemenag) menyampaikan, sebanyak 1.489 santri terpapar virus corona (Satgas Penanganan COVID-19, 2020). Jumlah tersebut tersebar di 28 pesantren yang ada di 11 provinsi. Direktur Pendidikan Diniyah dan Pondok Pesantren Kemenag,

Waryono Abdul Ghofur mengatakan, santri yang sembuh dari Covid-19 sebanyak 969 orang dan 519 masih dalam perawatan (Mufarida, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 November 2020 di asrama putri Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang, dengan observasi dari 10 santriwati kelas 12 MA didapatkan 2 orang tampak kelelahan, 3 orang menyatakan kurang tidur, dan 1 orang mengalami flu. Kemudian diajukan pertanyaan mengenai apa itu daya tahan tubuh dan bagaimana cara meningkatkannya dari 10 santriwati, hanya 7 orang yang bisa menjawab pertanyaan.

Saat masuk ke dalam tubuh, virus Corona akan melekat pada dinding sel-sel saluran pernapasan dan paru-paru, kemudian virus tersebut akan berkembang biak disana dan proses tersebut akan terdeteksi oleh sistem kekebalan tubuh. Setelah itu, sistem kekebalan tubuh atau sistem imun akan bereaksi dengan mengirim sel darah putih dan membentuk antibodi untuk membunuh dan melawan virus tersebut. Pada sebagian orang yang terinfeksi virus Corona, reaksi sistem imun pada tubuh akan berhasil melawan virus tersebut, sehingga gejalanya menurun dan sembuh dengan sendirinya. Tetapi apabila sistem imun tidak cukup kuat atau bereaksi berlebihan dalam melawan virus Corona, maka akan mengalami gejala yang lebih berat, seperti demam tinggi, sesak napas dan bisa juga mengalami kerusakan organ (Adrian, 2020).

Salah satu cara untuk meningkatkan daya tahan tubuh selama masa pandemi Covid-19 ini yaitu dengan makan makanan yang bergizi seimbang, PHBS, olahraga, tidak merokok, minum suplemen vitamin,

istirahat yang cukup dan menghindari merokok serta minuman beralkohol (Kemkes RI, 2020). Dengan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian guna mengetahui pengetahuan santriwati dalam meningkatkan daya tahan tubuh di Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang.

1.2 Rumusan masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan santriwati dalam meningkatkan daya tahan tubuh selama pandemi Covid-19 di Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan santriwati dalam meningkatkan daya tahan tubuh selama pandemi Covid-19 di Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan informasi kepada mahasiswa Institut Teknologi, Sains, dan kesehatan RS dr. Soepraoen Malang khususnya mahasiswa prodi keperawatan tentang pengetahuan santriwati dalam meningkatkan daya tahan tubuh selama masa pandemi Covid-19 di Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi profesi keperawatan

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan tentang pengetahuan santriwati dalam meningkatkan daya tahan tubuh selama masa pandemi Covid-19.

b. Bagi peneliti yang akan datang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan ilmu pengetahuan kesehatan, khususnya bagi peneliti yang akan datang.

c. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada santriwati tentang pentingnya meningkatkan daya tahan tubuh selama masa pandemi Covid-19.

d. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang sebagai masukan dalam meningkatkan daya tahan tubuh pada santriwati selama masa pandemi Covid-19 di Pondok Pesantren Nurul Ulum Kota Malang.