

ABSTRACT

Background: The Covid-19 pandemic resulted in several changes to the pattern of life in society, including their diet. A person tends to eat more healthy foods and fulfill a balanced nutrition. Balanced nutrition during the Covid-19 pandemic is very important for the pattern of human life because by eating foods that meet balanced nutrition, the virus does not easily attack the body and the body's health is maintained. In addition, there are still many influencing factors that can change a person's diet before and after the Covid-19 pandemic.

Research purposes :To identify the dietary patterns of FK-KMK UGM medical students before and after the Covid-19 pandemic. This research is a descriptive study using a qualitative approach.

Research Methods:The data collection method used in this study used interview techniques. The research subjects are students of FK-KMK UGM Class 2018-2019, both regular and international.

Research Results: In this study, students were aged from 20-21 years, which were divided into male and female. BMI values of students before the pandemic ranged from 19-33 and BMI after the pandemic ranged from 21-36. Student physical activity during the pandemic decreased compared to physical activity before the pandemic. Students usually have a frequency of eating 2x a day. Students eat out more often than cook their own meals.

Conclusion: During the pandemic, the increase in BMI in students was more than the decrease in BMI values. There was no change in the frequency of eating before and before the pandemic, but in student meals there was an increase. Students' physical activity has decreased since the pandemic.

Keywords: *Diet, Students, Covid-19*

INTISARI

Latar Belakang : Pandemi Covid-19 mengakibatkan adanya beberapa perubahan terhadap pola hidup didalam masyarakat termasuk pola makannya. Seseorang cenderung lebih banyak mengonsumsi makanan yang lebih sehat dan memenuhi gizi yang seimbang. Gizi Seimbang pada masa pandemi Covid-19 sangat penting bagi pola hidup manusia karena dengan mengonsumsi makanan yang memenuhi gizi seimbang maka virus tidak mudah menyerang tubuh dan Kesehatan tubuh terjaga. Selain itu, masih banyak faktor yang berpengaruh yang dapat mengubah pola makan seseorang pada saat sebelum dan sesudah pandemi Covid-19.

Tujuan Penelitian : Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pola makan mahasiswa kedokteran FK-KMK UGM sebelum dan sesudah pandemi Covid-19. Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif.

Metode Penelitian : Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Subjek penelitiannya adalah mahasiswa FK-KMK UGM Angkatan 2018-2019 baik regular maupun internasional.

Hasil Penelitian : Pada penelitian ini, mahasiswa berusia mulai dari 20-21 tahun, yang terbagi menjadi laki-laki dan perempuan. Nilai BMI mahasiswa sebelum pandemi berkisar antara 19-33 dan nilai BMI setelah pandemi berkisar antara 21-36. Aktivitas fisik mahasiswa pada saat pandemi mengalami penurunan daripada aktivitas fisik saat sebelum terjadinya pandemi. Mahasiswa biasanya memiliki frekuensi makan 2x sehari. Mahasiswa lebih sering makan di luar daripada memasak makanan sendiri.

Kesimpulan : Pada masa pandemi, kenaikan BMI pada mahasiswa lebih banyak daripada penurunan nilai BMI. Frekuensi makan sebelum dan sesudah pandemi tidak ada perubahan namun pada porsi makan mahasiswa terdapat peningkatan. Aktivitas fisik mahasiswa mengalami penurunan sejak terjadinya pandemi.