Work From Home Berpengaruh terhadap Kejadian Obesitas pada Aparatur Sipil Negara Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya

Muhammad Faris Fikri*, Zulmansyah, Ariko Rahmat Putra

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*muhammad123.123faris@gmail.com, zulluz812@gmail.com, arikorp@gmail.com

Abstract. As a result of the Covid 19 pandemic, the government issued Work From Home (WFH) for State Civil Apparatus (ASN). The problem in this study is that the existence of the WFH policy on ASN at the Tasikmalaya City Health Service will change the work environment, physical activity, and employee eating patterns which are thought to have an impact on the incidence of obesity. The purpose of this study was to determine and analyze the effect of WFH as measured by the work environment, physical activity and eating patterns on the incidence of obesity. The research method used was a survey with a quantitative approach, the population in this study were ASN in the Structural Field of the Tasikmalaya City Health Service as many as 91 people, the determination of the sample was taken randomly as many as 48 people. Data analysis used multiple linear regression analysis, because the work environment, physical activity and eating patterns are considered as independent variables. Based on the results of the study it was found that WFH as measured by work environment, physical activity and diet had a strong effect on the incidence of obesity with a contribution of 40%, where diet had the greatest influence on the incidence of obesity.

Keywords: *State Civil Apparatus, Obesity, Work From Home*.

Abstrak. Akibat adanya pandemi Covid 19, pemerintah mengeluarkan kebijakan *Work From Home* (WFH) bagi para Aparatur Sipil Negara (ASN). Permasalahan dalam penelitian ini adalah dengan adanya kebijakan WFH pada ASN Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, akan merubah lingkungan kerja, aktifitas fisik, dan pola makan pegawai yang diduga berdampak pada kejadian obesitas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh WFH yang diukur berdasarkan lingkungan kerja, aktifitas fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas. Metode penelitian yang digunakan adalah survey dengan pendekatan kuantitatif, populasi dalam penelitian ini adalah ASN Bidang Struktural Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya sebanyak 91 orang, penentuan sampel diambil secara acak sebanyak 48 orang. Analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda, dikarenakan lingkungan kerja, aktifitas fisik dan pola makan dianggap sebagai variabel yang berdiri sendiri. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa WFH yang diukur berdasarkan lingkungan kerja, aktifitas fisik dan pola makan berpengaruh kuat terhadap kejadian obesitas dengan kontribusi sebesar 40%, dimana pola makan memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kejadian obesitas.

Kata Kunci: *Aparatur Sipil Negara, Obesitas, Work From Home.*

Corresponding Author
Email: zulluz812@gmail.com

A. Pendahuluan

Periode bulan Januari 2022 kasus COVID di seluruh dunia yang dilansir dari *worldmeters* hingga tanggal 26 Januari 2022 menyatakan bahwa jumlah kasus virus corona mencapai 358.421.513 kasus [1]. Jumlah korban meninggal telah mencapai sekitar 5.631.514 orang. Jumlah pasien yang sembuh mencapai 294.030.794.[1]

Di Indonesia kasus COVID-19 periode Januari 2022 mencapai 4,31 juta jiwa, dihimpun dari *Our World In Dat*a dan JHU CSSE COVID-19.[2] Jumlah untuk pasien meninggal dunia mencapai 144 ribu jiwa. Walaupun jumlah pasien dan korban meninggal dunia cenderung turun dibandingkan saat awal kemunculanya di Indonesia, namun angka ini masih cukup tinggi dan bukan tidak mungkin akan terus bertambah lagi karena, munculnya varian *Omicron* yang konon di klaim sebagai varian virus corona yang sangat berbahaya dengan tingkat dan gejala yang lebih cepat dan lebih parah dari varian virus corona yang telah ada sebelumnya.

Wabah pandemi COVID di wilayah Jawa Barat merupakan daerah dengan penderita COVID paling banyak di Indonesia. Bulan Juli 2020 Tim Satuan Tugas Nasional Percepatan Penanganan Virus Corona Covid-19 (SATGAS COVID-19) menyatakan hampir semua wilayah di Provinsi Jawa Barat berstatus risiko rendah penularan virus Covid-19.[3]

Pada rentang waktu Januari 2022 dilansir dari PIKOBAR kasus COVID-19 di Jawa Barat mencapai sekitar 719.662 jiwa dengan rincian 9.715 jiwa dalam perawatan 695.173 jiwa dinyatakan sembuh , dan 14.774 jiwa meninggal dunia tak terkecuali untuk daerah Tasikmalaya yang sempat memdapat predikat zona merah dari pemerintah pusat dikarenakan melonjaknya kasus COVID-19 di daerah Kota Tasikmalaya yang berada di wilayah priangan timur dan menjadi objek wisata bagi para wisatawan domestik.[3]

Tasikmalaya juga mengalami kenaikan kasus yang signifikan akibat kembali meningkatnya angka kasus pandemi COVID-19. Menurut data yang dihimpun dari MIKOTAS (Media Informasi & Koordinasi Penanggulangan COVID-19 Kota Tasikmalaya) kasus COVID-19 di Kota Tasikmalaya mengalami kenaikan yang signifikan pada sekitar bulan Oktober 2021 dan sempat membuat Kota Tasikmalaya mendapat predikat zona merah dari pemerintah pusat. Selain itu, data terbaru menunjukan kasus COVID-19 di Kota Tasikmalaya masih relatif tinggi tercatat pada bulan Oktober 2021 data menununjukan kasus baru meningkat tajam kemudian pada bulan November total kasus mencapai 14711 jiwa dengan pasien meninggal sebanyak 544 jiwa.[4]

Akibat adanya pandemik banyak kebijakan pemerintah yang memiliki efek besar pada kehidupan sosial masyarakat dan terjadi kebiasaan-kebiasaan baru yang muncul karena adanya kejadian ini. Salah satu yang menjadi sorotan adalah terkait kebijakan mengenai *Work From Home* (WFH) bagi para Aparatur Sipil Negara (ASN) yang dikeluarkan oleh pemerintah Republik Indonesia melalui Surat Edaran (SE) Menteri Pendayagunaan Aparatur Sipil Negara dan Reformasi Birokrasi (MenPAN-RB) No. 50 Tahun 2020 tentang Perubahan Kedua Atas Surat Edaran MenPAN-RB No. 19 Tahun 2020 tentang Penyesuaian Sistem Kerja ASN dalam Upaya Pencegahan Penyebaran Covid 19 di Lingkungan Instansi Pemerintah, menyatakan bahwa adanya perpanjangan masa pelaksanaan kebijakan WFH hingga 13 Mei 2020.

Akibat WFH ini juga dapat berpengaruh pada asupan nutrisi dan aktivitas fisik yang mungkin bisa menyebabkan kelainan nutrisi berupa obesitas atau kenaikan berat badan berlebih karena dengan WFH, para ASN akan cenderung mengurangi mobilitas dan aktivitas fisik selain itu diberlakukanya WFH juga bisa berdampak pada pola makan dari para ASN yang melakukan kegiatan tersebut karena, para ASN yang biasanya mempunyai waktu kerja dan istirahat yang sudah terpola, kini mereka harus menyesuaikan kegiatan mereka dengan regulasi WFH yang diatur oleh pemerintah pusat.

Di Indonesia, prevalensi obesitas sentral terjadi pada penduduk usia ≥15 tahun pada 2013 prevalensinya sekitar 26,6 persen, dan meningkat dari tahun sebelumnya. Prevalensi obesitas sentral di Indonesia dari hasil analisis Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 pada umur paling banyak terjadi pada usia 25-65 tahun jumlah sebesar 48,5 persen. Kemudian pada studi awal penelitian dengsn menggunakan metode kohor di Kota Bogor diketahui bahwa prevalensi obesitas sentral sebesar 51,3 persen.

Kasus obesitas di Kota Tasikmalaya diperoleh dari data per tanggal 1 Agustus 2019 kasus obesitas di Kota Tasikmalaya tecatat mencapai angka 153.687 jiwa diambil dari data Puskesmas yang ada di Kota Tasikmalaya. Data-data ini dicatat sebelum adanya pandemi dan bukan tidak mungkin ketika terjadi pandemi lonjakan obesitas akan naik karena masyarakat mau tidak mau dipaksa untuk membatasi ruang gerak dan mobilitasnya sehingga rawan bagi masyarakat terkena obesitas tentunya obesitas ini harus dihindari karena dilihat dari kenaikan kasusnya dari waktu ke waktu bukan tidak mungkin obesitas akan menjadi mewabah dan akan bisa menyebabkan penyakit lain yang lebih parah atau bakhan efeknya juga bisa berujung pada kematian apabila tidak ditinjau dengan baik, dan diperhatikan secara seksama.

Menindaklanjuti surat Keputusan Walikota Tasikmalaya Nomor 360/Kep 219-BPBD/2020 Kepala BKPSDM Kota Tasikmalaya menerbitkan Surat Edaran Nomor: 047/1006/BKPDM Tanggal 12 Maret 20210 Tentang Penyesuaian Sistem Kerja ASN dalam Rangka Penegahan Covid 19 di lingkungaan Kota Tasikmalaya, pada poin 4 disebutkan mekanisme pembagian kerja WFH dengan sitem bergilir 2 (dua) hari sekali.

Terkait dengan ASN ataupun pewagai lain yang melakukan WFH dimana para pekerja menghabiskan banyak waktu di rumah, dimungkinkan akan berpengaruh pada perubahan aktivitas fisik dan berat badan, sehingga dikhawatirkan akan mengalami obesitas, oleh karena itu peneliti melakukan penelitian tentang pengaruh aktifitas selama WFH (lingkungan kerja, aktifitas fisik serta pola makan) terhadap kejadian obesitas pada Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.

Alasan peneliti mengambil sampel Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya dikarenakan Dinas Kesehatan merupakan salah satu intansi yang memiliki jumlah pegawai yang cukup banyak dalam melaksanakan penanganan serta pelayanan pada bidang kesehatan khususnya dalam penanganan Covid-19 serta obesitas. Selain itu responden yang dijadikan sampel dalam penelitian ini cenderung lebih paham pada substansi obesitas dan Covid-19 dan lokasi penelitian mudah dijangkau oleh peneliti.

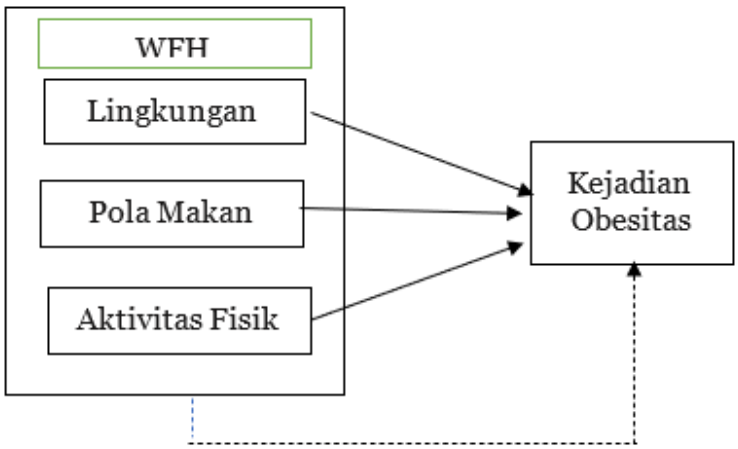
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan:

1. Aktifitas ASN Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya selama WFH.
2. Pengaruh WFH terhadap kejadian obesitas pada ASN Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian merupakan penelitian survey dengan pendekatan kuantitatif, sampel dalam penelitian ini adalah ASN Bidang Struktural Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya sebanyak 48 orang, dengan instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup dan penyebarannya dilakukan pada bulan Maret s.d Oktober 2022. Analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda, dikarenakan aktivitas ASN selama WFH dilihat berdasarkan lingkungan kerja, aktifitas fisik dan pola makan dianggap sebagai variabel yang berdiri sendiri.

Berdasarkan kajian teori, penulis menggambarkan keragka pemikiran sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Pemikiran

Keterangan:
_____ : Pengaruh secara parsial
---------- : Pengaruh secara simultan

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas, maka penulis mengajukan hipotesis penelitian dalam penelitian ini adalah: Terdapat pengaruh antara WFH yang ditinjau berdasarkan lingkungan kerja, pola makan dan aktifitas fisik terhadap kejadian obesitas pada aparatur Sipil Negara (ASN) Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini menggunakan metode analisis univariat dan multivariat. Analisis univariat untuk mengetahui gambaran karaktersitik responden usia, jenis kelamin, aktivitas ASN selama WFH (lingkungan, pola makan dan aktivitas fisik), dan kejadian obesitas dengan menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Sedangkan analisis multivariat untuk mengetahui pengaruh WFH yang ditinjau berdasarkan lingkungan kerja, pola makan dan aktifitas fisik terhadap kejadian obesitas pada aparatur Sipil Negara (ASN) Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.

Obesitas

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data, responden sebanyak 48 orang terdiri dari 28 perempuan dan 20 Laki-laki sebanyak 23 orang obesitas (47,91%) dengan terbanyak terjadi pada perempuan sebanyak 16 orang.

Lingkungan

Berdasarkan 5 item pernyataan variabel lingkungan, kerja selama WFH penulis menyusun rekapitulasi hasil penyebaran angket sebagai berikut:

Tabel 1. Rekapitulasi Penilaian Variabel Lingkungan

No	Pernyataan	Jumlah Skor	Kategori
1	Melaksanakan WFH di ruangan khusus	148	Baik
2	Selama WFH terganggu oleh anak atau aktivitas lain di rumah	128	Cukup
3	Selama WFH terganggu oleh aktivitas di lingkungan rumah	130	Cukup
4	Merasa nyaman bekerja dengan WFH	156	Baik
5	Sarana prasarana di rumah mendukung WFH	156	Baik
	Jumlah Skor	**718**	-
	Rata-rata	**143,6**	**Baik**
	Skor Maksimum	**960**	
	Prosentase daeri skor maksimum	**74,79%**	

Pada Tabel 1 diperoleh data bahwa variabel lingkungan sudah dikategorikan dalam kriteria baik. Pernyataan terbaik terdapat pada pernyataan bahwa responden merasa nyaman bekerja dengan WFH, dan skor tertinggi lainnya adalah dimana menurut responden prasarana di rumah mendukung WFH, namun terdapat kekurangan dimana selama WFH seringkali terganggu oleh anak atau aktivitas di rumah lainnya.

Tabel 2. Rekapitulasi Penilaian Variabel Aktivitas Fisik

No	Pernyataan	Jumlah Skor	Kategori
1	Melakukan olahraga ringan secara rutin setiap hari sebelum beraktifitas	135	Baik
2	Melakukan olahraga yang cukup berat seminggu sekali	142	Baik
3	Selama WFH beristirahat sesuai jam kerja kantor	146	Baik
4	Selama WFH melakukan relaksasi setiap dua jam sekali	147	Baik
5	Berkunjung ke tempat wisata seminggu sekali	144	Baik
	Jumlah Skor	**744**	-
	Rata-rata	**142,8**	**Baik**
	Skor Maksimum	**960**	
	Prosentase daeri skor maksimum	**74,38%**	

Pada Tabel 2 diperoleh data bahwa variabel aktifitas fisik sudah dikategorikan dalam kriteria baik. Pernyataan terbaik terdapat pada pernyataan selama WFH responden seringkali melakukan relaksasi setiap dua jam sekali, dan responden beristirahat sesuai jam kerja kantor, namun terdapat kekurangan dimana selama WFH reponden kurang melakukan olahraga ringan secara rutin setiap hari sebelum beraktifitas.

Pola Makan

Tabel 3. Rekapitulasi Penilaian Variabel Pola Makan

No	Pernyataan	Jumlah Skor	Kategori
1	Sarapan sebelum WFH	165	Sangat Baik
2	Selama WFH mengkonsumsi makanan pokok tiga kali sehari	172	Sangat Baik
3	Selama WFH mengkonsumsi buah-buahan	158	Baik
4	Selama WFH lebih sering mengemil (makanan ringan)	100	Kurang
5	Selama WFH menjadi lebih banyak merokok	135	Baik
6	Selama WFH menjadi lebih banyak minum kopi/teh	119	Cukup
7	Pola makan mengalami perubahan selama WFH	120	Cukup
8	Pola tidur mengalami perubahan selama WFH	111	Cukup
9	Selama WFH lebih memperhatikan asupan makanan	150	Baik
	Jumlah Skor	**1.230**	-
	Rata-rata	**166,7**	**Baik**
	Skor Maksimum	**1.728**	
	Prosentase daeri skor maksimum	**71,18%**	

Pada Tabel 3 diperoleh data bahwa variabel pola makan sudah dikategorikan dalam kriteria baik. Pernyataan terbaik dimana selama WFH reponden mengkonsumsi makanan pokok tiga kali sehari, dan selalu sarapan sebelum WFH, namun terdapat kekurangan dimana selama WFH responden lebih sering mengemil (makanan ringan), dan pola tidur mengalami perubahan.

Hasil olah data dengan SPSS diperoleh tabel korelasi antara variabel X dan Y sebagai berikut:

Tabel 4. Uji Korelasi Secara Simultan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,775[a]	,600	,573	,93194

Berdasarkan hasil perhitungan didapat R = 0,775, dengan demikian aktivitas selama WFH yang diukur berdasarkan pola makan, lingkungan dan aktivitas fisik secara simultan berpengaruh kuat terhadap kejadian obesitas. Sedangkan nilai R^2 = 0,600, dengan demikian aktivitas selama WFH yang diukur berdasarkan pola makan, lingkungan dan aktivitas fisik secara simultan memiliki pengaruh dengan kontribusi sebesar 60%, dan sisanya sebesar 40% ditentukan variabel lain yang tidak diteliti.

Untuk mengetahui nilai signifikan pengaruh lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan secara simultan terhadap kejadian obesitas dilakukan uji F. Diperoleh nilai F hitung sebesar 22,037 dengan nilai Sig. 0,000, sedangkan nilai F tabel 2,835. ternyata $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau cukup dilihat dari nilai Sig. 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 (α), artinya aktivitas selama WFH yang diukur berdasarkan lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan secara simultan berpengaruh signifikan terhadap obesitas.

Dari hasil olah data, diketahui pola makan memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kejadian obesitas dengan kontribusi sebesar 34,03%, kedua terbesar adalah aktivitas fisik dengan kontribusi sebesar 13,97% dan pengaruh terkecil adalah lingkungan dengan kontribusi sebesar 12,02%.

Pembahasan

Hasil perhitungan SPSS diperoleh nilai R 0,775, artinya terdapat pengaruh yang kuat antara lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas, dan nilai R^2 sebesar 0,600, artinya dari angka tersebut besarnya koefisien determinasi yang menunjukan aktifitas selama WFH yang dinilai berdasarkan lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan berpengaruh kuat terhadap obesitas dengan kontribusi sebesar 60% (Kd = R^2 x 100%), dan sisanya sebesar 40% ditentukan variabel lain yang tidak diteliti.

Untuk mengetahui nilai signifikan pengaruh lingkungan, aktifitas fisik, dan pola makan terhadap kejadian obesitas dilakukan uji F. Berdasarkan hasil perhitungan SPSS versi 22 diperoleh nilai F hitung sebesar 22,037 dengan nilai Sig. 0,000, sedangkan nilai F tabel 2,835. ternyata $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau cukup dilihat dari nilai Sig. 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 (α). Dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini berarti lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan secara simultan berpengaruh signifikan terhadap obesitas. Maka dapat disimpulkan bahwa ke tiga variabel bebas tersebut secara bersamaan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat.

Maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel bebas tersebut (lingkungan, aktifitas fisik, dan pola makan) secara bersamaan mempunyai berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat (kejadian obesitas). Dari hasil olah data, diketahui pola makan memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kejadian obesitas dengan kontribusi sebesar 34,03%, kedua terbesar adalah aktivitas fisik dengan kontribusi sebesar 13,97% dan pengaruh terkecil adalah lingkungan dengan kontribusi sebesar 12,02%.

Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gifta Alifta (2021) dengan judul Faktor Resiko Obesitas pada Pekerja Kantoran. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa aktivitas fisik, durasi tidur, konsumsi makanan yang tidak mencukupi, konsumsi energi yang berlebihan, status perkawinan, dan faktor keturunan mempunyai hubungan yang kuat dengan obesitas. Dan aktivitas fisik merupakan faktor yang terbessar.

Penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Ashifa Mutia (2022) dengan judul Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa Ada hubungan pola makan dengan frekuensi sering pada makanan yang mengandung tinggi energi, karbohidrat, lemak dan aktivitas fisik ringan dengan kejadian obesitas remaja pada masa pandemi Covid-19.

Hasil penelitian ini mendukung teori yang menyatakan bahwa faktor resiko dari obesitas terbagi menjadi 2 garis besar yaitu dapat tidak dapat dimodifikasi dan dapat dimodifikasi. Faktor resiko yang dapat dimodifikasi diantaranya seperti kebiasaan gaya hidup dan lingkungan yang tidak sehat. sementara untuk factor yang tidak dapat diubah diantaranya seperti usia, riwayat keluarga dan genetika, ras dan etnis, dan jenis kelamin, tidak dapat diubah.

Obesitas terjadi akibat adanya lemak berlebih, yang dapat ditimbulkan karena tidk seimbngnya energi yang masuk dengan energi yang dipakai biasanya terjadi dalam waktu yang relatif lama.in Sumber lain menyatakan bahwa Obesitas adalah akumulasi abnormal dari lemak dalam tubuh yang bisa mengganggu kesehatan terkait hubunganya dengan risiko dari diabetes mellitus, penyakit kardiovaskular, hipertensi, dan multifaktorial. Obesitas merupakan epidemi kesehatan masyarakat yang semakin memburuk selama 50 tahun terakhir. Obesitas adalah penyakit yang kompleks dan kronis serta memiliki etiologi multifaktoral.

Hasil penelitian ini dimana akibat adanya WFH, maka terjadi perubahan perilaku dan gaya hidup pegawai yang dapat memicu kejdin obesitas, antara lain:

1. Peningkatan penggunaan transportasi otomatis daripada jalan kaki atau bersepeda;
2. Pemanas sentral dan penggunaan peralatan otomatis di rumah tangga, misalnya mesin cuci;
3. Pengurangan aktivitas fisik di tempat kerja karena komputer, peralatan otomatis, dan surat elektronik, yang semuanya mengurangi kebutuhan untuk aktivitas fisik di tempat kerja

Komplikasi dari obesitas dikaitkan dengan beberapa penyakit ada komorbid dan juga dikaitkan dengan kematian. Adapun untuk mortalitasnya naik dengan penurunan kualitas hidup sekitar 5-10 tahun. Adapun dari penyakit bawaan atau komorbid itu bisa mengganggu dari kemampuan fisiologis manusia.[16] Penyakit yang terjadi akibat komplikasi penyakit komorbid pada manusia. Selain itu, obesitas juga dapat menyebabkan komplikasi yang sangat serius, seperti penyakit jantung, stroke, DM, dan osteoatritis. Selain itu obesitas dapat menyebabkan peningkatan deposisi asam lemak di miokardium yang menyebabkan disfungsi pada bagian ventrikel kiri dari jantung. Akibat terjadi disfungsi, kemudian renin-angiotensin akan menyebabkan peningkatan retensi garam dan peningkatan tekanan darah.

Kebijakan pemerintah untuk pegawai ASN melaksanakan WFH, mempunyai harapan dapat mengurangi penularan Covid 19, namun di sisi lain akibat para pekerja menghabiskan banyak waktu di rumah yang nantinya mungkin akan berpengaruh pada lingkungan kerja, aktivitas fisik dan pola makan sehingga dikhawatirkan mengalami obesitas. Tidak terkecuali pada Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, dimana Dinas kesehatan adalah dinas yang melayani / membantu pemerintah dalam melaksanakan tugasnya di bidang kesehatan, waulaupun ASN di dinas kesehatan tidak semuanya berlatar pendidikan kesehatan tetapi para ASN tersebut pastinya tidak asing dengan program – program kesehatan yang diperkenalkan oleh pemerintah. Hal ini terbukti dari hasil penelitian ini dimana secara parsial WFH yang merubah lingkungan kerja yang berpengaruh terhadap kejadian obesitas, tertutama pada pegawai yang di rumahnya tidak mempunyai ruangan khusus untuk bekerja, sehingga kegiatan WFH akan menimbulkan stress dikarenakan terganggu dengan aktivitas seputar rumah terutama pada pegawai yang memiliki balita.

Begitu pula dengan pola makan yang secara parsial berpengaruh pada kejadian obesitas, terutama terjadi pada perempuan, dimana dengan adanya WFH pegawai seringkali mengemil selagi bekerja, dan dengan adanya WFH akan mengurangi aktifitas fisik pegawai, dimana berdasarkan hasil penelitian aktifitas fisik secara parsial berpengaruh terhadap kejadian obesitas. Dari hasil olah data, diketahui pola makan memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kejadian obesitas, sedangkan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini memiliki kontribusi sebesar 40%, hal tersebut dipengaruhi antara lain oleh faktor usia, penyakit

bawaan, genetika dan lain-lain. Perilaku yang paling sering terjadi diataranya seperti meningkatnya ketergantungan individu pada makanan cepat saji tinggi lemak dan padat energi, dengan ukuran porsi, ditambah dengan gaya hidup menetap yang terus meningkat;

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kejadian obesitas yang dipengaruhi oleh aktifitas selama WFH antara lain berdasarkan lingkungan, aktifitas fisik, dan pola makan pada pegawai ASN Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, maka penulis dapat menarik simpulan sebagai berikut:

Simpulan Umum

1. Aktivitas ASN selama WFH
   a. Lingkungan kerja selama WFH sudah dikategorikan dalam kriteria baik, namun terdapat kekurangan, dimana selama WFH ASN seringkali terganggu oleh anak atau aktivitas di rumah lainnya.
   b. Aktifitas fisik selama WFH sudah dikategorikan dalam kriteria baik, namun terdapat kekurangan, dimana selama WFH ASN kurang melakukan olahraga ringan secara rutin setiap hari sebelum beraktifitas.
   c. Pola makan selama WFH sudah dikategorikan dalam kriteria baik, namun terdapat kekurangan, dimana selama WFH ASN lebih sering mengemil (makanan ringan), sehingga berdampak pada kejadian obesitas.
2. Aktivitas selama WFH (lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan) berpengaruh kuat terhadap obesitas.

Simpulan Khusus

1. Aktivitas selama WFH (lingkungan, aktifitas fisik dan pola makan) berpengaruh terhadap obesitas dengan kontribusi sebesar 60%, dan sisanya sebesar 40% ditentukan variabel lain yang tidak diteliti, seperti pola tidur, tingkat stress dan lain-lain. Pengaruh yang paling besar terhadap kejadian obesitas adalah pola makan, dengan kontribusi sebesar 34,03%, kedua terbesar adalah aktivitas fisik dengan kontribusi sebesar 13,97% dan pengaruh terkecil adalah lingkungan dengan kontribusi sebesar 12,02%.
2. Responden sebanyak 48 orang terdiri dari 28 perempuan dan 20 Laki-laki sebanyak 23 orang obesitas (47,91%) dengan terbanyak terjadi pada perempuan sebanyak 16 orang.

Acknowledge

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan juga apresiasi kepada seluruh pimpinan, jajaran, dan staff Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, Pembimbing, Seluruh pimpinan dan staff Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.

Daftar Pustaka

[1] M. I. Juliansyah, “Kemungkinan Mekanisme Peran Zink Dalam Patogenesis Covid-19,” *Jurnal Riset Kedokteran*, vol. 1, no. 2, pp. 116–123, Feb. 2022, doi: 10.29313/jrk.v1i2.564.

[2] Tosepu R, Gunawan J, Savitri D, Ode L, Imran A, Lestari H. Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ’ s public news and information. Sci Total Environ [Internet]. 2020; (January):2. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7270847/

[3] COVID Live - Coronavirus Statistics - Worldometer [Internet]. [cited 2022 Jan 31]. Available from: https://www.worldometers.info/coronavirus/

[4] GitHub - CSSEGISandData/COVID-19: Novel Coronavirus (COVID-19) Cases, provided by JHU CSSE [Internet]. [cited 2022 Jan 31]. Available from: https://github.com/CSSEGISandData/COVID-19

[5] Pikobar - Pusat Informasi dan Koordinasi COVID-19 Jawa Barat [Internet]. [cited 2022 Jan 31]. Available from: https://pikobar.jabarprov.go.id/#eventStatistics

[6] No Title https://mikotas.tasikmalayakota.go.id/statistike.

[7] Kementerian Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi. Surat Edaran Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi (PAN & RB) Nomor 50/2020 Perubahan Kedua atas Surat Edaran Menteri PAN & RB Nomor 19/2020 tentang WFH. 2020. p. 3.

[8] Bohannon RW. Overweight and obesity. Geriatr Rehabil Man. 2007;439–41.

[9] Obesity - 2020 - Wang - Overweight and Obesity are Risk Factors of Severe Illness in Patients with COVID-19.pdf.

[10] Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.

[11] Mustofa FL, Husna I, Hermawan D, Langki SS. Gambaran Angka Kenaikan Berat Badan Saat Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. J Ilmu Kedokt dan Kesehat. 2021;8(1):73–80.

[12] Zachary Z, Forbes B, Lopez B, Pedersen G, Welty J, Deyo A, et al. Self-quarantine and Weight Gain Related Risk Factors During the Covid-19 Pandemic. Obes Res Clin Pract. 2020;14(January):210–6.

[13] Data Pemeriksaan Obesitas Menurut Jenis Kelamin, Kecamatan Dan Puskesmas, Desa Dan Kelurahan Kabupaten Atau Kota Tahun 2018 – Open Data Kota Tasikmalaya [Internet]. [cited 2022 Jan 31]. Available from: https://data.tasikmalayakota.go.id/dinas-kesehatan/data-pemeriksaan-obesitas-menurut-jenis-kelamin-kecamatan-dan-puskesmas-desa-dan-kelurahan-kabupaten-atau-kota-tahun-2018/

[14] Mobley AR, Mobley SL. Understanding Nutrition. Vol. 47, Journal of Nutrition Education and Behavior. 2015. 484.e7.

[15] Bender DA. Human Nutrition. Vol. 19, Sports Nutrition. 2013. 3–19 p.

[16] Fruh SM. Obesity: Risk factors, complications, and strategies for sustainable long-term weight management. Available from: https://www.cdc.gov/obesity/data/prevalence-maps.html.

[17] Dobbins M, Decorby K, Choi BCK. The Association between Obesity and Cancer Risk: A Meta-Analysis of Observational Studies from 1985 to 2011. ISRN Prev Med [Internet]. 2013;2013:16. Available from: http://dx.doi.org/10.5402/2013/680536

[18] Overweight and Obesity | NHLBI, NIH [Internet]. [cited 2022 Feb 18]. Available from: https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/overweight-and-obesity

[19] Despres J-P, Nadeau A, Tremblay A, Ferland M, Moorjani S, Lupien PJ, et al. Role of Deep Abdominal Fat in the Association Between Regional Adipose Tissue Distribution and Glucose Tolerance in Obese Women [Internet]. Available from: http://diabetesjournals.org/diabetes/article-pdf/38/3/304/356949/38-3-304.pdf

[20] Sparrow D, Borkan GA, Gerzof SG, Wisniewski C, Silbert CK. Relationship of Fat Distribution to Glucose Tolerance Results of Computed Tomography in Male Participants of the Normative Aging Study [Internet]. Available from: http://diabetesjournals.org/diabetes/article-pdf/35/4/411/354480/35-4-411.pdf

[21] Ruderman N, Chisholm D, Pi-Sunyer X, Schneider S. The metabolically obese, normal-weight individual revisited. Vol. 47, Diabetes. 1998. p. 699–713.

[22] Bonora E, Kiechl S, Willeit J, Oberhollenzer F, Egger G, Meigs JB, et al. Insulin resistance as estimated by homeostasis model assessment predicts incident symptomatic cardiovascular disease in caucasian subjects from the general population: the Bruneck study. Diabetes Care [Internet]. 2007 Feb [cited 2022 Feb 18];30(2):318–24. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17259501/