

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MEROKOK DENGAN
TINGKAT KEBUGARAN JASMANI MAHASISWA
PRODI S1 KEPELATIHAN OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

SKRIPSI


Oleh:

SURAWIT LODJO

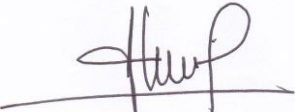
811 410 107

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

PEMBIMBING I


Dr. Hj. Rama Hiola, Dra., M.kes
NIP.19540324198103 2 001

PEMBIMBING II


Lia Amalia, S.KM, M.kes
NIP. 19791129200501 2 017

Gorontalo, 31 July 2017

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat


Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP.19660918199203 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MEROKOK DENGAN
TINGKAT KEBUGARAN JASMANI MAHASISWA
PRODI S1 KEPELATIHAN OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO

Oleh:

SURAWIT LODJO

811 410 107

Telah dipertahankan di depan penguji

Hari/Tanggal : Senin, 31 Juli 2017

Waktu : 09.00-10.00 WITA

Penguji :

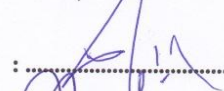
1. Dr. Hj. Rama Hiola, Dra., M.Kes
NIP. 19540324 198103 2 001


:

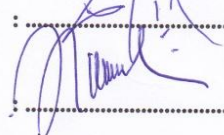
2. Lia Amalia, S.KM, M.Kes
NIP. 19791129 200501 2 017


:

3. Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918 199203 1 002


:

4. dr. Sri Manovita Pateda, M.Kes
NIP. 19801101 200801 2 013


:

Gorontalo, 31 Juli 2017

Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



Dr. Hj. Lintje Boekosoe, Dra., M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Surawit Lodjo. 2017. Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Prodi S1 Kepeleatihan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo. Skripsi, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Dr. Hj. Rama P. Hiola, Dra., M.Kes dan Pembimbing II Lia Amalia S.KM, M.Kes.

Kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan gampang, tanpa rasa lelah yang berlebihan. Kebugaran jasmani seseorang dipengaruhi kebiasaan merokok. Kebiasaan merokok dapat mengganggu kesehatan, kenyataan ini tidak bisa di pungkiri. Banyak penyakit telah terbukti menjadi akibat buruk dari merokok. Permasalahan dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya kebiasaan merokok dan tingkat kebugaran jasmani mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan merokok dengan tingkat kebugaran jasmani.

Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study* dengan teknik pengambilan sampel yaitu *proportionate stratified random sampling* dimana yang di ambil adalah Mahasiswa Kepeleatihan Olahraga yang merokok berjumlah sebanyak 72 responden. Analisis data yaitu analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Exact Fisher Test* dengan $\alpha=0,05$ pada tingkat kepercayaan 95%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan merokok pada Mahasiswa pada tingkat yang masuk dalam kategori perokok berat sebanyak 47 orang mahasiswa (65,3%), jenis rokok paling banyak dikonsumsi mahasiswa jenis mild sebanyak 34 orang (47,2%), tingkat kebugaran jasmani sebanyak 49 Orang mahasiswa (68,1%) masuk dalam kategori sedang, dan ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan tingkat kebugaran jasmani dari dua variabel didapatkan hasil p Value = 0,022. Disarankan agar Mahasiswa Kepeleatihan Olahraga dapat mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok.

Kata kunci: Kebiasaan merokok, Kebugaran jasmani

ABSTRACT

Surawit Lodjo. 2017. Correlation between Smoking Habit with Level of Physical Fitness of Students in Bachelor Study Program of Sports Coaching State University of Gorontalo. Skripsi, Study Program of Sports Coaching, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. Principal supervisor is Dr. Hj. Rama P. Hiola, Dra.,M.Kes and Co-supervisor is Lia Amalia SKM.,M.Kes.

Physical fitness is one's ability to do daily activity easily, without excessive tired. It is also influenced by smoking habit. Smoking habit can annoy health and it is undeniable. Many diseases have been proven caused by smoking habit. Problem statement of this research is unknown smoking habit and level of students' physical fitness. This research aims to investigate correlation between smoking habit with level of physical fitness.

This research uses analytical survey research with cross sectional study. Sampling uses proportionate stratified random sampling where 72 respondents from Students of Coaching Sports are chosen as samples. Data analysis are univariate and bivariate analysis using Exact Fisher Test with $\alpha = 0,05$ in level of reliability of 95%.

Research finding reveals that 47 students' smoking habit is categorized as serious (65,3%), 34 students (47,2%) mostly consume mild cigarette, 49 students (68,1%) have medium level of physical fitness and there is significant correlation between smoking habit with level of physical fitness. Based on two variables, it obtains p Value = 0,022. It suggests students of Coaching Sport to decrease or stop the smoking behavior.

Keywords: Smoking Habit, Physical Fitness

