

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI


**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN
JASMANI (VO₂MAX) PADA ATLET BULUTANGKIS
PB AL-FATH KOTA GORONTALO**

Oleh :


**SYAHLAN RIVALDI LATAMA
NIM. 811412057**

Telah diperiksa dan disetujui

Pembimbing I


Dr. SUNARTO KADIR, Drs., M.Kes
NIP : 19660918199203-1 002

Pembimbing II


Dr. IRWAN, SKM, M.Kes
NIP : 19720807200003 1 006

Gorontalo, 21 November 2018

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat


Dr. SUNARTO KADIR, Drs., M.Kes
NIP : 19660918 199203 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN
JASMANI (VO2MAX) PADA ATLET BULUTANGKIS
PB AL-FATH KOTA GORONTALO

Oleh :

SYAHLAN RIVALDI LATAMA
NIM. 811412057

Telah dipertahankan di depan penguji

Hari / Tanggal : Sabtu, 24 November 2018
Waktu : 10.00 – 11.00 WITA

Penguji :

1. Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes :
NIP.19660918 199203 1 002
2. Dr. Irwan, S.KM., M.Kes :
NIP.19720807 200003 1 006
3. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes :
NIP.19631001 198803 2 002
4. Dr. Hj. Rama Hiola, Dra., M.Kes :
NIP. 19540324 198103 2 001

Gorontalo, 24 November 2018

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

ABSTRAK

Syahlan Rivaldi Latama. 811412057. 2018. Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Kebugaran Jasmani (VO₂Max) Pada Atlet Bulutangkis PB Al-Fath Kota Gorontalo. Jurusan Kesehatan Masyarakat. Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing 1 Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes. Dan Pembimbing II Dr. Irwan, S.KM., M.Kes.

Seseorang yang memiliki kebiasaan merokok kadar volume oksigen maksimalnya lebih rendah dari seseorang yang tidak merokok. Kebugaran jasmani bagi atlet sangat membantu meningkatkan prestasi atlet itu sendiri, atlet yang memiliki kebugaran jasmani baik akan mendukung proses latihannya sehingga penyerapan materi saat latihan yang diberikan dapat diterima dengan baik. Rumusan masalah apakah ada hubungan kebiasaan merokok terhadap kebugaran jasmani (VO₂Max) pada atlet Bulutangkis PB Al-Fath Kota Gorontalo. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok terhadap kebugaran jasmani (VO₂Max) pada atlet Bulutangkis PB Al-Fath Kota Gorontalo.

Jenis penelitian digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan korelasional. Cara pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan kuisioner dan uji *Test Balke*. Sampel dalam penelitian adalah 30 atlet bulutangkis yang berada di PB Al-Fath di Kota Gorontalo.

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata usia pertama kali mereka merokok paling banyak terdapat pada usia 17-20 tahun sebanyak 16 orang dan usia pertama kali merokok paling sedikit terdapat pada usia 25-29 tahun dengan jumlah konsumsi rokok perhari paling banyak mencapai lebih dari 21 batang sebanyak 15 orang dan paling sedikit dengan jumlah rokok perhari adalah 1 sampai 10 batang sebanyak 3 orang. Dari jumlah seluruh atlet PB Al-Fath yang diteliti sebanyak 30 atlet, ternyata sebanyak 27 atlet memiliki rentang skor dengan nilai kurang baik. Hanya sebanyak 3 atlet yang memiliki rentang skor yang sangat baik.

Simpulan bahwa sebesar 90% atau sebanyak 27 atlet PB Al-Fath memiliki kebugaran jasmani yang kurang baik. Disarankan para atlet bisa mengurangi konsumsi rokok dan bagi pengurus PB Al-Fath agar lebih bisa mengawasi para atlet.

Kata kunci : Kebiasaan Merokok, Kebugaran Jasmani, *Test Balke*

ABSTRACT

Latama, Syahlan Rivaldi. 811412057. 2018. **The Relationship of Smoking Habit to Physical Fitness (VO₂Max) at PB Al-Fath Badminton Athletes in Gorontalo City. Department of Public Health. Faculty of Sports and Health. Universitas Negeri Gorontalo. Principal Supervisor: Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes. Co-Supervisor: Dr. Irwan, S.KM., M.Kes.**

Someone who has a smoking habit, the maximum level of oxygen volume is generally lower than someone who does not smoke. Physical fitness for athletes is beneficial in increasing athletes' achievements; people who have good physical fitness will support the training process so that the absorption of material when the training is given will be well received. The problem statement of this study is whether there is a relationship between physical fitness smoking habits (VO₂Max) in PB Al-Fath badminton athletes in Gorontalo City. The purpose of this study was to determine the relationship of smoking habits with physical fitness (VO₂Max) in that location.

This research was conducted through descriptive analytic with a correlational approach. The method of sampling used questioner and Balke Test. Further, the sample was 30 badminton athletes of PB Al-Fath in Gorontalo City.

Based on the results of the study, the average age of the first time they smoked was mostly at the age of 17-20 years as many as 16 people and aged 25-29 years with the most consumption of cigarettes per day. Reaching more than 21 cigarettes as many as 15 people and at least with the number of cigarettes per day is 1 to 10 cigarettes, 3 people. From the total number of PB Al-Fath athletes, it turned out that 27 athletes had a poor score range where only three athletes had a perfect score range.

The conclusion is that 90% or as many as 27 PB Al-Fath athletes have poor physical fitness. It is recommended that athletes reduce the consumption of cigarettes and the administrators of the PB Al-Fath to more keep an eye on athletes.

Keywords: Smoking Habit, Physical Fitness, Balke Test

