

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam kehidupan sehari-hari sering kita jumpai kebiasaan orang merokok, di tempat-tempat umum seperti pasar, supermarket, aktivitas harian di rumah, halte, stadion olahraga, tempat-tempat olahraga maupun di lingkungan sekitar kita. Merokok menjadi kebiasaan bagi orang dewasa maupun remaja dimasa kini. Meskipun mereka mengetahui efek dan dampak yang akan didapat akibat dari merokok tersebut. Bahkan merokok menjadi gaya hidup bagi olahragawan. Perilaku tidak sehat yang di lakukan oleh mereka yang disebut perokok, khususnya kelompok perokok berat yang menghisap lebih 1 bungkus atau 10-20 batang perhari (Bustan, 2013).

Olahragawan adalah mereka yang aktif dalam berbagai bentuk olahraga, termasuk aktifitas fisik sehari-hari, latihan fisik untuk meningkatkan kebugaran atau bermain dan berkompetisi dalam cabang olahraga tertentu. Tidak selayaknya olahragawan berperilaku merokok, karena aktifitas fisik dan aktifitas olahraga yang ditekuninya, tentu dimaksudkan untuk menjaga kesehatan dan kebugarannya. Namun kenyataan menunjukkan bahwa ditemukan para olahragawan yang melakukan kegiatan merokok baik di rumah atau lingkungannya, hingga ke tempat-tempat olahraga, atau tempat berlatih, dan di gelangang atau stadion olahraga. Tidak jelas data mengenai berapa prevalensi olahragawan yang merokok di Indonesia. Review dari

berbagai negara maju mendapatkan data prevalensi olahragawan yang aktif merokok rata-rata sebanyak 23%. olahragawan perokok itu kebanyakan berkiprah dicabang olahraga *skate boarding*, *wrestling*, tennis, futsal maupun sepak bola (Diehl, 2012).

Fenomena sekililing ditandai dengan olahragawan merokok di tengah kegiatan olahraga atau menemukan seorang olahragawan yang perokok atau disebut olahragawan perokok. Sangat disayangkan seorang olahragawan yang hobi berolahraga juga memiliki kebiasaan merokok dan telah diketahui bahwa merokok dapat mengurangi kemampuan VO_{2max} seseorang. Kebiasaan olahragawan yang merokok di Indonesia cenderung meningkat, berdasarkan data susenas (Survei Sosial Ekonomi Nasional) olahragawan Indonesia usia dewasa yang mempunyai kebiasaan merokok sebanyak 18,9% pada tahun 2001 menjadi 31,6 pada tahun 2010. Telah diketahui secara umum bahwa merokok dapat mempengaruhi sistem fisiologis tubuh, yaitu berkurangnya kemampuan fisik dan timbulnya kelainan-kelainan terhadap organ-organ penting seperti pembuluh darah menyempit dan tekanan darah meningkat. Akibatnya jantung akan memompakan darah lebih kuat, dalam waktu yang lama akan terjadi penyakit tekanan darah tinggi serta kelainan/penyakit pada jantung (Siswono, 2005). Tersumbatnya pembuluh darah koroner akibat dari penyempitan akan menyebabkan daerah-daerah tertentu dari sel otot jantung tidak dapat disuplai darah, sehingga lama-kelamaan sel tersebut mati. Matinya sel-sel tersebut menyebabkan rasa nyeri pada dada kiri saat kita melakukan aktivitas yang disebut dengan *Angina pectoris* (Nenk, 2009).

$VO_2\text{max}$ adalah salah satu pengukuran yang sering digunakan dalam ilmu keolahragaan. Konsepnya adalah ada sejumlah oksigen yang ditranspor dengan kecepatan tertentu ke mitokondria untuk mendukung fosforilasi oksidatif yang akan menghasilkan ATP (*adenosine tri phosphate*) untuk melakukan aktivitas fisik. $VO_2\text{max}$ telah digunakan secara luas dalam ilmu klinis sebagai alat ukur dalam menilai performa olahraga, penanda kebugaran dan penyakit jantung (Levine, 2007).

$Vo_2\text{max}$ merupakan komponen penting yang harus dimiliki dalam menunjang prestasi, karena untuk melakukan kegiatan olahraga pada waktu yang lebih lama. Selain jantung, paru-paru dan pembuluh darah harus berfungsi baik untuk dapat menunjang kemampuan olahragawan dalam mengkonsumsi oksigen secara maksimal. Kemampuan olahragawan untuk meningkatkan kondisi fisik tergantung daya tahannya saat melakukan kegiatan olahraga, mengenai kemampuannya untuk mengkonsumsi oksigen secara maksimal yang hanya mengalami peningkatan 10-12 %, bagi pemain yang memiliki kebiasaan merokok, kemampuannya untuk mengkonsumsi oksigen secara maksimal dapat berkurang antara 7-10 %. Mengartikan daya tahan sebagai kemampuan olahragawan mengatasi kelelahan fisik dan psikis (mental). Namun demikian bukan berarti kekuatan, kecepatan, kelenturan, dan koordinasi tidak penting (Nenk, 2009).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti untuk mengetahui pengaruh konsumsi rokok terhadap $Vo_2\text{max}$ pada pemain futsal Putra Club *Hatrick* Solo dengan jumlah responden 10 pemain futsal di

dapatkan hasil 6 pemain futsal mengalami pengaruh konsumsi rokok terhadap $VO_2\text{max}$.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh konsumsi rokok terhadap hasil $VO_2\text{max}$ pada pemain Club Futsal *Hatrick* Solo.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pengonsumsi rokok terhadap hasil $VO_2\text{max}$ pemain Club Futsal Putra *Hatrick* Solo ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui $VO_2\text{max}$ pemain futsal yang perokok di Club Futsal Putra *Hatrick* Solo.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui persentase pengaruh konsumsi rokok terhadap hasil $VO_2\text{max}$ pada Pemain Club Futsal Putra *Hatrick* Solo.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan pengetahuan dalam kebiasaan olahragawan yang merokok dengan Vo: max dan untuk landasan awal penulis dalam penelitian.

2. Bagi IPTEK

Untuk menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya pada fisioterapi dalam pengembangan fisioterapi olahraga.

3. Bagi Fisioterapi

Menambah khasanah pengetahuan dalam kasus yang berkaitan dengan kondisi olahragawan yang mengkonsumsi rokok.

4. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat dijadikan bahan informasi yang bermanfaat bagi para olahragawan.