

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan undang-undang tentang kesehatan no. 36 tahun 2009 dalam sistem kesehatan Nasional dijelaskan bahwa setiap bangsa mempunyai sistem sebagai pedoman untuk tumbuh dan kembang sejajar dengan bangsa-bangsa lain. Selain sistem, dibutuhkan pula sumber daya manusia terutama para generasi muda yang berkualitas dalam membangun suatu bangsa. Kualitas tersebut dapat tercermin dari perilaku yang baik serta kesehatan jasmani pada setiap individunya. Salah satu hal yang memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan dan merupakan kebiasaan yang buruk dilakukan oleh generasi muda saat ini adalah merokok.

Berdasarkan data dari *World Health Organisation* (WHO), di antara enam juta kematian akibat merokok per tahun, 80% diantaranya terjadi di negara ekonomi menengah seperti di Indonesia. Sekitar 18 juta remaja di umur 12-13 tahun sudah mulai merokok, yang memiliki presentase sekitar 43,4%. Menurut survei Badan Pusat Statistik Indonesia ditahun 2020, presentase generasi muda yang sudah merokok di umur 15-24 tahun ke atas adalah sebanyak 28,69%. Di Jawa Timur sendiri, presentase masyarakat pada umur 15-24 tahun yang sudah merokok sebanyak 26,4%. Sedangkan di kota Surabaya sendiri presentase masyarakat yang merokok sebanyak 20,7%.

Di dalam rokok terdapat beberapa kandung, yang dimana unsur-unsur pada rokok tersebut tidak dapat diserap oleh tubuh manusia. Hal ini menjelaskan alasan seorang perokok akan terengah-engah apabila melakukan aktivitas berat. Oleh sebab itu, generasi muda yang memiliki kebiasaan merokok, dapat dikatakan bahwa tingkat kebugaran jasmaninya berkurang.

Kebugaran jasmani merupakan kecocokan keadaan fisik seseorang terhadap aktivitas dan tugas yang harus dikerjakan oleh fisik itu.

Kebugaran jasmani bersifat terukur atau relatif, baik secara anatomis maupun fisiologis, artinya fit atau tidaknya seseorang selalu memiliki hubungan dengan tugas fisik yang harus dilaksanakan (Giriwijoyo & Sidik, 2010, p. 3). Seseorang yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang tinggi dapat melakukan aktivitas berat tanpa merasakan lelah yang berlebihan. Namun, sebaliknya jika tidak memiliki kebugaran jasmani atau kesehatan yang buruk, segala aktivitas yang dilakukan akan terasa berat dan melelahkan. Kebugaran jasmani ini sangat dibutuhkan dalam kegiatan permainan futsal. Tanpa adanya kebugaran jasmani yang baik, pemain futsal tidak akan bertahan di lapangan dan tidak dapat memperoleh prestasi yang baik, walaupun memiliki taktik dan teknik yang mumpuni.

Saat ini banyak club futsal di Surabaya yang mengalami peningkatan pesat, salah satunya club futsal YELLOW BLACK FC. Peningkatan pesat ini terjadi dikarenakan pembentukan dan peningkatan kemampuan atlet-atlet yang disiapkan untuk kejuaraan-kejuaraan futsal yang ada di Surabaya. Setiap bulanya, setidaknya terdapat 3 sampai 4 kejuaraan yang diadakan oleh suatu event, liga-liga dan federasi tertentu seperti pertandingan futsal yang diadakan oleh perguruan tinggi, Liga Nusantara Jatim, POPDA, PORPROV, maupun kejuaraan-kejuaraan lainnya. Kejuaraan-kejuaraan tersebut bertujuan sebagai wadah bagi para atlet untuk dapat menyalurkan bakat yang dimiliki, sehingga dapat dikembangkan dan dimanfaatkan sebagai peluang masuk ke dalam tim futsal profesional ataupun akses masuk jalur prestasi dalam menempuh pendidikan lanjut diperguruan tinggi.

Dalam latihan, persiapan lomba ataupun pertandingan persahabatan futsal di YELLOW BLACK FC ini dari 12 pemain terdapat 6 atlet diantaranya merupakan perokok aktif. Dan keenam pemain tersebut cepat mengalami rasa lelah saat melakukan latihan dalam mempersiapkan kejuaraan. Hal tersebut menyebabkan sebagian besar orang beranggapan bahwa efek merokok yang menyebabkan kinerja jantung dan paru-paru menjadi berkurang sehingga kondisi fisik para pemain cepat lelah. Namun, faktanya pendapat tersebut belum terdapat pembuktian secara pasti bahwa keduabelas atlet YELLOW BLACK FC yang

merasa lebih cepat lelah hanya para perokok aktif. Tetapi, rasa lelah bisa timbul juga dikarenakan banyak faktor seperti intensitas latihan yang kurang, istirahat yang kurang dan faktor-faktor lainnya. Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin meneliti apakah benar terdapat dampak antara kebiasaan merokok terhadap tingkat daya tahan pada atlet futsal *Yellow Black FC*.

1.2 Batasan Masalah

Penelitian fokus pada pengkajian tentang dampak kebiasaan merokok terhadap tingkat daya tahan.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada dampak kebiasaan merokok terhadap tingkat daya tahan?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui seberapa besar dampak kebiasaan merokok terhadap tingkat daya tahan.
2. Untuk memberikan literasi informasi kepada para perokok terkait dampak pada tingkat daya tahan.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara Teoritis
Peneliti berharap ini dapat berguna sebagai refensi bagi penelitian selanjutnya yang sejenis.
2. Manfaat Praktis
 - a. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai dampak rokok bagi kesehatan.
 - b. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat bahwa kebiasaan merokok dapat memberikan pengaruh bagi kardiovaskular.
 - c. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai dampak kebiasaan merokok bagi kebiasaan dan tingkat daya tahan remaja.