

ABSTRAK

Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dengan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Pada Klub Sepak Bola Sibintayan Kanagarian Muara Tais Kecamatan Mapat Tunggul Kabupaten Pasaman

OLEH : Anton

Masalah dalam penelitian adalah rendahnya kondisi fisik pemain sepak bola Sibintayan Kanagarian Muara Tais Kecamatan Mapat Tunggul Kabupaten Pasaman. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan merokok dan faktor lainnya, merupakan salah satu kebiasaan hidup yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Pada keadaan merokok pembuluh darah di beberapa bagian tubuh akan mengalami penyempitan, dalam keadaan ini dibutuhkan tekanan yang lebih tinggi supaya darah dapat mengalir ke alat-alat tubuh dengan jumlah yang tetap. Dengan menghisap sebatang rokok akan mempunyai pengaruh besar terhadap kenaikan tekanan darah. Merokok akan mengurangi daya tahan, membuat gelisah, dan tegang, menurunkan daya lihat dan koordinasi gerak tubuh, respon mental menjadi lambat karena daya ingat dan konsentrasi terganggu, sehingga berpengaruh pada kondisi fisik seorang pemain sepakbola. Melihat gejala tersebut maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah kebiasaan merokok mempengaruhi kondisi fisik

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen untuk melihat hubungan kebiasaan merokok dengan kondisi fisik pemain sepak bola. Populasi yang diambil adalah pemain sepak bola pada sepak bola Sibintayan Kanagarian Muara Tais Kecamatan Mapat Tunggul Kabupaten Pasaman yang berjumlah 27 orang. Dalam penelitian ini pengambilan sampel peneliti hanya mengambil pemain yang memiliki kebiasaan merokok yang berjumlah 20 orang. Untuk kondisi fisik macam-macam tes yang digunakan adalah: lari cepat (*sprint*) 50 meter, angkat tubuh (*pull up*) 60 detik, *sit-up* 60 detik, loncat tegak (*vertikal jumping*), dan lari jarak 1000 meter.

Berdasarkan hasil perhitungan deskriptif persentase diketahui kondisi fisik secara keseluruhan pemain di Klub pemain sepak bola pada sepak bola Sibintayan Kanagarian Muara Tais Kecamatan Mapat Tunggul Kabupaten Pasaman 55% termasuk dalam kategori sedang, 30 % termasuk dalam kategori kurang dan sisanya 15% termasuk dalam kategori baik. Dengan demikian hipotesis yang dikemukakan sebelumnya dapat diterima. Hal ini disebabkan karena pada kondisi fisik pemain sepak bola pada sepak bola Sibintayan Kanagarian Muara Tais Kecamatan Mapat Tunggul Kabupaten Pasaman, yang baik hanya 15% disebabkan oleh mereka tidak memiliki kebiasaan perokok, sedangkan yang 55% yang dalam kategori sedang memiliki kebiasaan merokok, dan bahkan yang kurang baik 30% memiliki kebiasaan merokok lebih buruk.