

**PERBEDAAN KAPASITAS VITAL PARU PEMAIN FUTSAL
SMA NEGERI 4 SUNGAI PENUH YANG PEROKOK
DAN YANG TIDAK PEROKOK**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Srata Satu (S1) Sarjana Pendidikan Olahraga*



Oleh:

**MOGIS ARDASTA
NIM/BP :19086189/2019**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESAHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

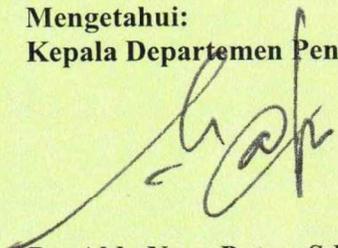
PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Perbedaan Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Yang Perokok dan Yang Tidak Perokok
Nama : Mogis Ardasta
NIM : 19086189
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

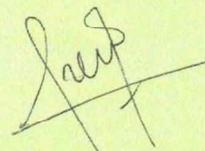
Padang, Maret 2024

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:
Pembimbing



Dra. Rosmawati, M.Pd
NIP. 19610311 198403 2 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Mogis Ardasta
NIM : 19086189

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

Perbedaan Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Yang
Perokok dan Yang Tidak Perokok

Padang, Maret 2024

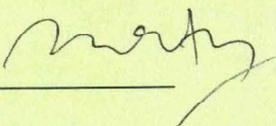
Tim Penguji

1. Ketua : Dra. Rosmawati, M.Pd
2. Anggota : Drs. Deswandi, M. Kes, AIFO
3. Anggota : dr. Eldawaty, MH.Kes

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi saya yang berjudul Perbedaan Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh Yang Perokok dan Yang Tidak Perokok adalah karya tulis saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana di Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya dan bukan merupakan duplikasi orang lain.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Maret 2024
Yang membuat pernyataan



Mogis Ardasta
NIM/BP :19086189/2019

ABSTRAK

Mogis Ardasta. 2023. Perbedaan Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Yang Perokok Dan Yang Tidak Perokok

Adanya Tim futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang merokok dapat menyebabkan hambatan dalam mengikuti latihan atau pertandingan, karena dapat menurunkan kapasitas vital para pemain, sehingga pemain cepat kelelahan dalam mengikuti latihan atau pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1) gambaran kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok, 2) gambaran kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang tidak perokok, 3) perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok dan tidak perokok.

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang berjumlah 10 orang pemain dengan sampel sebesar 5 orang perokok dan 5 orang yang tidak perokok. Data diperoleh dari hasil pengukuran kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok dan tidak perokok dengan menggunakan alat Spirometer. Data yang diperoleh dilakukan pengujian normalitas dan diperoleh hasil $0,161 \geq 0,05$, hal ini berarti data berasal dari distribusi yang normal.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa tidak terdapat perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok dan yang tidak perokok. Perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok dan yang tidak perokok belum termasuk standar baik (tidak terdapat perbedaan). Saran bagi pemain futsal diharapkan dapat menghentikan kebiasaan merokok bagi Kepala sekolah disarankan untuk mengadakan pertemuan dengan siswa, guru dan orang tua-orang tua siswa untuk secara bersama-sama dapat menghentikan kebiasaan buruk siswa tersebut.

Kata Kunci: Kapasitas Vital Paru, Futsal, Perokok, Tidak Perokok.

KATA PENGANTAR

Pertama-tama penulis mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala berkah dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “PERBEDAAN KAPASITAS VITAL PARU PEMAIN FUTSAL SMA NEGERI 4 SUNGAI PENUH YANG PEROKOK DAN YANG TIDAK PEROKOK”. Dalam menyusun Skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Yth:

1. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dra. Rosmawati, M.Pd, selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan motivasi untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Deswandi, M.Kes, AIFO dan Ibu dr. Eldawaty, MH.Kes. selaku penguji yang telah memberikan arahan dan masukan pada saat dan setelah ujian dilaksanakan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang beserta staf akademik yang telah memberi ilmu, motivasi dan pelayanan yang terbaik kepada penulis selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
5. Teman-teman mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah banyak berbagi ilmu dan pengalaman selama perkuliahan.
6. Teman-teman seperjuangan IMR-Padang, abang, kakak, teman-teman dan adik-adik yang telah banyak memberikan ilmu, pengalaman dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini

7. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang sangat saya sayangi terima kasih atas do'a dan dukungan serta kasih sayang yang telah dicurahkan kepada penulis.

Penulis mengharapkan sumbang saran dan kritikan yang sifatnya membangun dari semua pihak demi kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini. Terimakasih.

Padang, Januari 2024
Penulis

MOGIS ARDASTA
NIM : 19086189

MOTTO

Jangan takut untuk mencoba, kalau ada kesempatan sekarang mengapa harus nanti, seandainya gagal sekarang yang nanti akan menanti.

(Mogis Ardasta S.Pd)

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
MOTO	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi Teori	11
1. Futsal	11
2. Anatomi paru-paru.....	16
3. Kapasitas Vital Paru	18
4. Rokok	20
5. Perokok.....	21
B. Kerangka Konseptual	22
C. Hipotesis	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
a. Jenis Penelitian	25
b. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
c. Populasi dan Sampel.....	26
1. Populasi	26
2. Sampel.....	26
d. Defenisi Operasional	26

e. Instrumen Penelitian	27
1. Perlengkapan	27
2. Prosedur Pelaksanaan	27
3. Cara Penggunaan Spirometer	27
F. Jenis dan Sumber Data	28
G. Teknik Pengumpulan Data	28
H. Teknik Analisis Data	28
1. Analisis Deskriptif.....	28
2. Uji Homogenitas	29
3. Uji T Tes.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	32
1. Hasil Pengukuran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Perokok	32
2. Hasil Pengukuran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Tidak Perokok	33
B. Hasil Uji T Tes	33
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	34
1. Gambaran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Perokok	34
2. Gambaran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Perokok	37
3. Gambaran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Perokok	39
D. Keterbatasan Penelitian	42
BAB V KESIMPULAN SARAN DAN IMPLIKASI	
A. Kesimpulan	44
B. Implikasi	44
C. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Pengukuran Kapasitas Vital Paru	19
Tabel 2. Kriteria Kapasitas Paru	29
Tabel 3. Hasil Uji Normalitas	30
Tabel 4. Hasil Pengukuran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Perokok	32
Tabel 5. Hasil Pengukuran Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Tidak Perokok.....	33
Tabel 6. Hasil Uji T Tes Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Merokok dan Tidak Perokok.	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Anatomi Paru-paru	17
Gambar 2 Paru-paru Manusia	17
Gambar 3 Kerangka Konseptual	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Nilai Kapasitas Vital Paru Perokok	51
Lampiran 2. Nilai Kapasitas Vital Paru Tidak Perokok.....	52
Lampiran 3. Hasil Uji Normalitas	53
Lampiran 4. Hasil Uji T Tes.....	55

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat, sebab olahraga dewasa ini sudah dikenal oleh masyarakat baik orang tua, remaja, maupun anak-anak. Hal ini dibuktikan pada hari-hari libur di lapangan-lapangan serta tempat-tempat lainnya yang memungkinkan untuk melakukan kegiatan olahraga. Olahraga berdasarkan sifat dan tujuannya dapat dibagi menjadi olahraga prestasi, olahraga pendidikan dan olahraga rekreasi (Kanca, 2006:15).

Olahraga memiliki peran yang cukup penting untuk meningkatkan keunggulan hidup seseorang. Olahraga untuk orang normal dapat meningkatkan kesegaran dan ketahanan fisik yang ideal. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan Bab VI pasal 80 tentang kesehatan olahraga Ayat 2, yang berbunyi Peningkatan standar derajat kesehatan dan kebugaran jasmani masyarakat merupakan upaya dasar dalam meningkatkan prestasi belajar, kerja dan olahraga. Kegiatan olahraga terjadi kerjasama berbagai otot tubuh yang ditandai dengan perubahan atau alterasi kekuatan otot, kelenturan otot, kecepatan reaksi, ketangkasan, koordinasi gerakan dan daya tahan (*endurance*) sistem kardiorespirasi (Warganegara, 2015).

Dalam berolahraga seseorang membutuhkan energi dalam proses pelaksanaannya, daya tahan yang dimiliki seseorang berpengaruh pada proses berlangsungnya kegiatan olahraga yang dilakukannya. Daya tahan sangat bergantung pada oksigen, karena otot yang digunakan saat melakukan kegiatan olahraga membutuhkan asupan oksigen agar tidak cepat mengalami kelelahan (Warganegara, 2015). Menurut Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum (2007) daya tahan umum adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerak terus-menerus (lebih dari 10 menit). Ketahanan ditinjau dari kerja otot adalah kemampuan kerja otot atau sekelompok otot dalam jangka waktu yang di kuskan, sedangkan pengertian ketahanan dari sistem energi adalah kemampuan kerja organ-organ tubuh dalam jangka waktu yang di kuskan. Jadi oksigen sangat vital perannya, bukan hanya untuk bernapas tapi juga untuk suplai ke otot saat seorang sedang melakukan aktivitas olahraganya.

Sistem respirasi merupakan proses yang sangat penting di dalam tubuh manusia. Tujuan dari bernapas adalah untuk mengambil oksigen (O_2) dari luar tubuh dan di edarkan ke seluruh tubuh untuk proses metabolisme sel-sel dengan hasil keluaran karbondioksida (CO_2) dan air (H_2O). Bernapas terdiri dari inspirasi dan ekspirasi. Inspirasi adalah dimana oksigen masuk kedalam paru-paru dan ekspirasi adalah proses dimana udara yang berada di dalam paru-paru dikeluarkan ke luar tubuh (Wiarso, 2013: 5).

Paru-paru adalah organ pada sistem pernapasan (respirasi) dan berhubungan dengan sistem peredaran darah (sirkulasi) vertebrata yang

bernafas dengan udara. Fungsinya adalah menukar oksigen dari udara dengan karbon dioksida dari darah. Prosesnya disebut "pernapasan eksternal" atau bernafas. Paru-paru juga mempunyai fungsi nonrespirasi. Istilah kedokteran yang berhubungan dengan paru-paru sering mulai di pulmo, dari kata latin pulmones untuk paru-paru. Tapi pada aktivitas yang berat, jumlah energi yang dibutuhkan dapat meningkat sampai 50 kali lipat, terutama jika orang tersebut mengalami peningkatan resistensi jalan napas atau penurunan komplians paru. Oleh karena itu, salah satu keterbatasan utama pada intensitas kerja yang dapat dilakukan adalah kemampuan orang tersebut untuk menghasilkan cukup energi otot untuk proses pernapasan (Guyton dan Hall, 2007).

Menurut Syahrastani (2004:3) Kesegaran jasmani terdiri dari dua bagian, yaitu : Kesegaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan (health related fitness) terdiri dari : daya tahan jantung paru (cardiorespiatory), kekuatan otot, daya tahan otot, fleksibilitas, dan komposisi tubuh. Paru-paru merupakan bagian tubuh yang berfungsi untuk menghirup udara bebas kedalamnya. Dalam buku pengetahuan jasmani Wasasi mengatakan : orang yang terlatih 18-20 kali permenit. Dari uraian diatas dijelaskan bahwa dengan melakukan senam sehat ceria secara teratur dapat memperbaiki daya tahan jantung, jantung dan pernapasan. Semakin baik peredaran darah, jantung dan pernapasan maka kesegaran jasmani semakin meningkat. Menurut Syahrastani (2004:8). Dalam buku Deswandi & Rezli Oktaviani (2018: 112) kapasitas vital paru sama dengan volume tidal dan

volume cadangan ekspirasi. Ini adalah jumlah udara maksimum yang dapat dikeluarkan seseorang dari paru setelah terlebih dahulu mengisi paru secara maksimum dan kemudian mengeluarkan sebanyak-banyaknya (kira-kira 4600 mililiter). Kapasitas vital paru adalah jumlah udara maksimal pada seseorang yang berpindah pada satu tarikan nafas (Corwin, 2001).

Menurut Tambayong (2001) kapasitas vital paru adalah jumlah udara maksimal yang dapat dikeluarkan dari paru, setelah udara dipenuhi secara maksimal. Sedangkan menurut ATS (American Thoracic Society) ada beberapa kategori gangguan fungsi paru: dikatakan berat bila KVP antara (kapasitas vital paru) $\leq 50\%$, dikatakan sedang jika KVP antara 51 – 59%, dan dikatakan ringan jika KVP antara 60 – 79%. Paru adalah satu-satunya organ tubuh yang berhubungan dengan lingkungan di luar tubuh, yaitu melalui sistem pernapasan. Fungsi utama paru yaitu respirasi, merupakan pengambilan O_2 dari luar masuk ke dalam saluran napas dan diteruskan ke dalam darah. Oksigen yang digunakan untuk proses metabolisme CO_2 yang terbentuk pada proses tersebut dikeluarkan dari dalam darah ke udara luar.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi kapasitas vital paru seseorang seperti yaitu: kebiasaan merokok, usia, kegiatan/aktivitas, suhu tubuh, posisi tubuh, tinggi dan berat badan, keturunan atau genetik. Kebiasaan merokok merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi kapasitas vital paru. Pada saat ini kebiasaan merokok memang sudah sangat melekat atau sangat lumrah di kalangan masyarakat Indonesia terutama bagi kaum adam, tanpa memandang usia atau pekerjaan sekalipun. Kebiasaan merokok dalam

kaitannya dengan kesehatan membawa akibat yang tidak kecil. Dari penelitian yang telah dilakukan, ternyata bahwa perokok mempunyai kemungkinan kematian antara 30% - 80% lebih tinggi dari pada tidak merokok. Rokok dapat mengancam kesehatan manusia sebab: a) Nikotin, yang dapat menyebabkan meningkatnya denyut jantung dan tekanan darah. Secara lebih luas nikotin dapat merusak saluran pencernaan, pembuluh darah, ginjal, dan syaraf, b) Tar, yaitu zat penyebab kanker paru-paru dan gangguan seluruh pernafasan, c) Carbon monoxide, yang dapat meningkatkan peredaran zat asam (oxigen) pada butir-butir darah merah berkurang. Sesungguhnya seseorang perokok tidak saja merugikan dirinya, tetapi juga lingkungannya. Hal ini disebabkan karena asap rokok tidak seluruhnya dihisap oleh perokok, tetapi juga dihembuskan ke sekitarnya.

Dengan demikian jelas bahwa merokok sumber pencemaran (polusi) bagi diri perokok dan lingkungannya. Sebagai gambaran betapa bahayanya merokok bagi kesehatan manusia telah diungkap oleh sebuah penelitian yang dilakukan di Sydney, Australia. Penelitian ini dilakukan terhadap 30.000 orang di pusat Pemeriksaan Kesehatan Sydney. Salah satu hasil penelitian mengatakan bahwa seorang perokok berat menghabiskan 30-50 batang rokok perhari, dapat mengurangi usia paru-parunya sebanyak 13 tahun (Nirwandi, 2018: 137138). Umur / usia, pada umumnya semakin bertambah umur seseorang maka semakin rendah frekuensi pernafasannya. Hal ini berhubungan erat dengan makin berkurangnya proporsi kebutuhan energinya. Suhu tubuh, semakin tinggi suhu tubuh maka semakin cepat frekuensi

pernafasannya. Hal ini terjadi karena adanya peningkatan proses metabolisme di dalam tubuh, sehingga diperlukan peningkatan pemasukan oksigen dan pengeluaran CO₂. Posisi tubuh, posisi tubuh sangat berpengaruh terhadap frekuensi pernafasan. Hal ini berkaitan dengan beban yang harus ditanggung oleh organ tubuh. Pada saat posisi tubuh berdiri, otot-otot kaki akan berkontraksi untuk menghasilkan tenaga yang dibutuhkan tubuh untuk tetap tegak berdiri. Sedangkan pada saat posisi tubuh duduk atau berbaring, beban berat tubuh disangga oleh sebagian besar tubuh sehingga tubuh tidak membutuhkan banyak energi, dengan demikian frekuensi pernafasannya rendah.

Rokok adalah gulungan tembakau yang dibalut dengan kertas atau daun nipah. Rokok umumnya terbagi menjadi tiga kelompok yaitu rokok putih, rokok kretek dan cerutu. Bahan baku rokok adalah daun tembakau yang dirajang dan dikeringkan. Cerutu biasanya berbentuk seperti kapal selam dengan ukuran yang lebih besar dan lebih panjang berbanding rokok putih dan rokok kretek. Cerutu terdiri dari daun tembakau yang dikeringkan saja tanpa dirajang, digulung menjadi silinder besar lalu diberikan lem. Gulungan tembakau yang dikeringkan, dirajang, di bungkus dengan kertas rokok dikenal sebagai rokok putih. Apabila ditambah cengkeh atau bahan lainnya dalam rokok putih ia dikenali sebagai rokok kretek.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melakukan penelitian tentang tembakau dan rokok, dan antara lain melontarkan enam hal yaitu: “Rokok adalah pintu pertama ke narkotika, rokok merupakan pembunuh nomor tiga

setelah jantung dan kanker, satu batang rokok menyebabkan umur seseorang memendek 12 menit, di Indonesia, 57.000 orang pertahun mati karena merokok, kenaikan konsumsi rokok di Indonesia rata-rata sebesar 44% (tertinggi di dunia)".

Kebiasaan merokok akan mempercepat penurunan faal paru. Pada orang dengan fungsi paru normal dan tidak merokok mengalami penurunan nilai volume ekspirasi paksa satu detik (FEV1) 20 ml pertahun, sedangkan pada orang yang merokok (perokok) akan mengalami penurunan FEV1 lebih dari 50 ml pertahunnya. Penurunan fungsi pernafasan akan terus terjadi kecuali kita melakukan hal-hal untuk menjaga agar fungsi pernafasan tersebut dalam kondisi yang baik, diantaranya dengan melakukan olahraga aerobik seperti sepak bola, basket, renang, lari jarak jauh dan lainnya.

Tim futsal SMAN 4 Sungai Penuh yang merupakan tim futsal yang di bentuk melalui ekstrakurikuler futsal. Tujuan di bentuk tim ini yaitu sebagai wadah positif bagi siswa-siswa agar bisa berprestasi dibidang olahraga khususnya futsal serta terhindar dari masalah kenakalan remaja, seperti merokok, narkoba, seks bebas, dan kenakalan remaja lainnya.

Berdasarkan observasi yang di lakukan oleh peneliti pada pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh masih ada di temukan beberapa pemain yang kedapatan merokok, hal ini dapat di ketahui ketika peneliti mengamati para pemain saat berada di luar jam sekolah dan jam latihan, peneliti bertanya kepada semua pemain dan para pemain mengakui dengan jujur siapa saja yang perokok dan tidak perokok. Sehingga hal ini berdampak pada belum

sampainya tujuan tim ini di bentuk sebagai wadah positif agar terhindar dari kenakalan remaja, belum tertanamnya pola hidup sehat yang baik, mempengaruhi kualitas kapasitas vital paru para pemain yang perokok. Hal ini juga akan berdampak pada kebugaran jasmani yang tidak sama antara pemain yang perokok dan tidak perokok sehingga dapat menghambat tim futsal SMAN 4 Sungai Penuh untuk berprestasi secara maksimal.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui “perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok dan tidak perokok”. Dengan adanya penelitian ini di harapkan dapat membantu pelatih dan pemain dalam berprestasi secara maksimal baik itu individu maupun tim.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kesegaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan (health related fitness) terdiri dari : daya tahan jantung paru (cardiorespiatory), kekuatan otot, daya tahan otot, fleksibilitas, dan komposisi tubuh.
2. Pola hidup sehat pemain futsal SMAN 4 Sungai Penuh.
3. Rendah nya kualitas kebugaran jasmani pemain futsal SMAN 4 Sungai Penuh yang perokok.
4. Perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMAN 4 Sungai Penuh yang perokok dan yang tidak perokok.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka dalam penelitian ini peneliti membatasi masalah pada Perbedaan Kapasitas Vital Paru Pemain Futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang Perokok dan Tidak Perokok.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah yang peneliti ajukan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negeri 4 Sungai Penuh yang perokok dan tidak perokok?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dalam penelitian yang peneliti ajukan sebagai berikut

1. Untuk mengetahui kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negei 4 Sungai Penuh yang perokok?
2. Untuk mengetahui kapasitas vital paru pemain futsal SMA Negei 4 Sungai Penuh yang tidak perokok?
3. Tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk menguji perbedaan kapasitas vital paru pemain futsal SMAN 4 Sungai Penuh yang perokok dan yang tidak perokok.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, untuk menambah pengalaman dalam penelitian ilmiah dan mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan serta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) Prodi Pendidikan

Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Departemen Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Padang.

2. Bagi olahragawan dan bukan olahragawan, sebagai acuan untuk meningkat atau menaikkan kesehatan dan pengetahuan akan pentingnya olahraga secara teratur yang sesuai dengan prinsip-prinsip latihan agar terhindar dari bahaya radikal bebas.
3. Kepustakaan, sebagai sumbangan ilmiah dan bahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti hal yang berhubungan dengan penelitian ini.
4. Kepada peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan kajian yang sama dengan waktu lebih lama, dan melakukan perbandingan terhadap penelitian selanjutnya.