

**PELAKSANAAN PROGRAM KESEHATAN OLAHRAGA DI
PUSKESMAS LIMAKAUM I KECAMATAN LIMAKAUM KABUPATEN
TANAH DATAR**

SKRIPSI

*Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Olahraga (S. Or)*



Oleh:

Rian Eka Putra

1202501

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : **Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di
Puskesmas Limakaum I Kecamatan Limakaum
Kabupaten Tanah Datar**

Nama : **Rian Eka Putra**

NIM/ BP : **1202501/ 2012**

Program Studi : **Ilmu Keolahragaan**

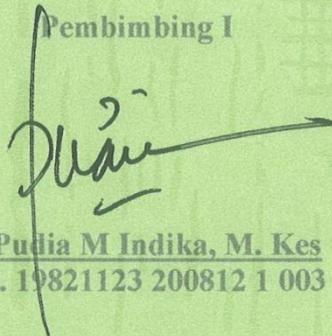
Jurusan : **Kesehatan dan Rekreasi**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Juli 2018

Disetujui Oleh,

Pembimbing I



dr. Pudia M Indika, M. Kes
NIP. 19821123 200812 1 003

Pembimbing II



Dr. Wilda Welis SP, M. Kes
NIP. 19831021 201012 004

Ketua Jurusan



Dr. Wilda Welis SP, M. Kes
NIP. 19831021 201012 004

PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di
Puskesmas Limakaum I Kecamatan Limakaum
Kabupaten Tanah Datar
Nama : Rian Eka Putra
NIM/ BP : 1202501/ 2012
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2018

Tim Penguji

1. Ketua : dr. Pudia M Indika, M. Kes
2. Sekretaris : Dr. Wilda Welis SP, M. Kes
3. Anggota : Drs. Abu Bakar, M. Si
4. Anggota : Endang Sepdanius, S. Si, M. Or
5. Anggota : Fahd Mukhtarsyaf, S. Pd, M. Pd

Tanda Tangan

1.

2.

3.

4.

5.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul: **“Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis saya ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2018

Saya yang menyatakan,



Rian Eka Putra
NIM. 1202501

ABSTRAK

Rian Eka Putra (2018) : Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di Puskesmas Limakaum I Kecamatan Limakaum Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui bagaimana pelaksanaan program kesehatan olahraga yang ada di Puskesmas Limakaum I Kecamatan Limakaum Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, informan penelitian ini Kepala Puskesmas, Pemegang Program, dan Kepala Bagian Puskesmas. Data yang diperoleh dalam pelaksanaan program kesehatan olahraga di Puskesmas dengan menggunakan pedoman wawancara (*interview guide*). Teknik analisis data yang di pergunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan membuat gambaran yang dilakukan dengan cara (1) reduksi data atau penyederhanaan (*data reduction*), (2) paparan atau sajian data (*data display*), dan (3) penarikan kesimpulan.

Berdasarkan hasil data yang diolah, menyimpulkan bahwa: 1). Bentuk perencanaan program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum I Kecamatan Limakaum Kabupaten Tanah Datar seperti pembinaan kelompok olahraga yang meliputi: klub sepak bola, klub bola voli, klub bulu tangkis, klub sepak takraw yang ada di nagari/ jorong yang ada di Kecamatan Limakaum, pengukuran tingkat kebugaran jasmani sasarannya adalah calon jemaah haji, kelompok olahraga/ klub, anak sekolah dilakukan di Puskesmas/ lapangan olahraga sekolah dan nagari, olahraga khusus terhadap penderita penyakit seperti: hipertensi, diabetes militus, jantung, senam lansia dan senam prolanis yang dilakukan di puskesmas sendiri. Dan juga beberapa program yang diberikan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten. 2) Bentuk pelaksanaan program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar sudah terlaksana, namun yang dilaksanakan sangat minimal dari yang direncanakan. Karena yang dilaksanakan saat ini hanya senam prolanis dan senam lansia. 3) Puskesmas memiliki beberapa kendala dalam pelaksanaan program, yang mana kendala tersebut berasal dari pemegang program sendiri yang belum terlalu memperhatikan program, dan juga belum tau bagaimana pelaksanaan dari program yang diberikan oleh Dinas Kabupaten. Tetapi pemegang program juga sudah mendapatkan bentuk pemecahan masalah dari kendala tersebut, yaitunya pemegang program sudah keliling ke puskesmas lain yang ada di Kabupaten Tanah Datar, yang sudah maksimal melaksanakan program kesehatan olahraga yang diberikan Dinas Kabupaten, untuk melihat bagaimana pelaksanaan dari puskesmas tersebut. dan juga pemegang program melakukan konsultasi tiap bulannya dengan ibu pimpinan puskesmas.

Kata kunci: **Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga**

KATA PENGANTAR

Assalamualaikm.Wr.Wb

Syukur alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “**Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar**”.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun material, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Drs. Ganefri, M.T, Ph.D selaku Rektor Unifersitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Syafrizal, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Ibuk Dr. Wilda Welis, SP. M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi, dan juga sekaligus sebagai dosen pembimbing II saya, yang telah sabar memberikan arahan dan bimbingan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak dr. Pudia M Indika, M. Kes, selaku dosen pembimbing I, yang telah sabar memberikan arahan dan bimbingan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Abu Bakar, M. Si; Bapak Endang Sepdanius, S. Si, M. Or; Bapak Fahd Mukhtarsyaf, S. Pd, M. Pd, selaku tim penguji yang telah menghadiri sidang akhir saya pada hari ini, dan juga yang akan memberikan saran dan masukan dalam skripsi saya ini.
6. Terima kasih kepada Ibuk dr. Hj. Susi Julianti selaku pemegang program kesehatan olahraga, dan para pegawai Puskesmas yang telah membantu dalam penelitian.
7. Semua rekan Mahasiswa Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang selalu memberikan kontribusi atas kelancaran penulisan skripsi ini.

Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka untuk memperoleh gelar Sarjana Sains (S. Si) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari bahwa penulisan ataupun tata bahasa di dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan, maka dari itu saya selaku penulis, menerima kritik dan saran yang membangun, agar menjadi suatu penelitian yang bermanfaat bagi penulis dan pembaca kedepannya.

Wasalamualaikum.Wr.Wb.

Padang, Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II KERANGKA TEORI

A. Kajian Teori	6
B. Kerangka Konseptual	13
C. Pertanyaan Penelitian	14

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	15
B. Tempat dan waktu Penelitian	15
C. Sumber Data	15
D. Defenisi Operasional	16
E. Prosedur Pengumpulan Data	16
F. Prosedur Penelitian.....	18

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian	19
---------------------------	----

B. Pembahasan Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga.....	20
1. Perencanaan Program Kesehatan Olahraga	20
2. Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga	25
3. Kendala dan Pemecahan Masalah dalam Pelaksanaan	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	37
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	43

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan bagian dari kebutuhan manusia yang sangat mendasar dan untuk itu dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat, pemerintah telah melakukan berbagai upaya dalam bidang kesehatan, antara lain yaitu melalui upaya kesehatan secara promotif (peningkatan), preventif (pencegahan), kuratif (pengobatan), dan rehabilitasi (pemulihan). Upaya kesehatan dilakukan berguna untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan masyarakat. Upaya kesehatan ini banyak macamnya seperti: pelayanan kesehatan, peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit, kesehatan sekolah, kesehatan olahraga dan seterusnya.

Upaya pemerintah dalam meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang maka diciptakan sebuah program yaitu program kesehatan olahraga. Departemen kesehatan Republik Indonesia menjelaskan kesehatan olahraga merupakan suatu upaya kesehatan yang memanfaatkan olahraga atau latihan fisik untuk meningkatkan derajat kesehatan, maksud dan tujuan kesehatan olahraga telah dijelaskan dalam UUNo 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan Olahraga pasal 80 ayat 1 yang berbunyi, "*Upaya kesehatan olahraga ditujukan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran masyarakat*". Berdasarkan bunyi UU tersebut, dapat kita ketahui bahwa upaya kesehatan olahraga bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia.

Olahraga merupakan suatu aktifitas fisik yang bertujuan untuk melatih tubuh seseorang secara jasmani maupun rohani. Dari sudut pandang ilmu faal olahraga, Griwijoyo (2012:37) mengatakan bahwa, “Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya, sesuai dengan tujuannya melakukan olahraga”. Jadi, olahraga merupakan serangkaian gerak tubuh yang teratur dan terstruktur dilakukan secara terencana untuk mencapai tujuan dan maksud tertentu. Umumnya masyarakat melakukan olahraga dengan tujuan untuk mewujudkan keinginan mereka untuk hidup sehat dan bugar, hal ini membuktikan bahwa mereka berolahraga dengan tujuan untuk kesehatan mereka sendiri.

Kegiatan olahraga sangat penting bagi setiap orang. Dengan adanya aktivitas olahraga kita dapat memperoleh kebugaran jasmani, kesehatan dan sebagai sarana rekreasi. Tujuan olahraga adalah untuk mempunyai fisik yang kuat dan sehat, berprestasi tinggi, memiliki kemampuan mental dan keterampilan kerja yang kritis, kreatif dan sejahtera. Demikian juga halnya dengan Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional No 3 tahun 2005 pasal 4 tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga, yaitu:

“Keolahragan bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkukuh ketahanan nasional serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Saat ini pemerintah telah menganjurkan setiap Puskesmas di Indonesia memiliki program kesehatan olahraga, salah satu Puskesmas yang telah memiliki program olahraga yaitu Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar. Program kesehatan olahraga yang dimiliki oleh Puskesmas Limakaum 1 ini diantaranya: Pembinaan kelompok olahraga, tes kebugaran jemaah haji dan senam mingguan yang dilakukan setiap sabtu paginya. Semua program kesehatan olahraga ini dicanangkan oleh pemerintah untuk kesehatan masyarakat, dari tahun 2009 program ini sudah harus berjalan diseluruh Puskesmas di Indonesia, termasuk Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar.

Berdasarkan gambaran di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka dapat diidentifikasi masalah yakni sebagai berikut:

- 1) Bagaimana pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar?
- 2) Bagaimana bentuk manajemen yang menangani program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar?

- 3) Apa kendala dalam pelaksanaan program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar?
- 4) Darimana sumber dana dalam pelaksanaan Program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum I, Kecamatan Limakaum, Kabupaten Tanah Datar

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti yaitu Bagaimana Pelaksanaan Program Kesehatan Olahraga Di Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar.

D. Perumusan Masalah

Dari latar belakang masalah, identifikasi, dan pembatasan masalah, maka dapat dibuat suatu perumusan masalah, yakni: “Bagaimana gambaran pelaksanaan program kesehatan olahraga yang telah dilaksanakan Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar”.

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui perencanaan program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan program kesehatan olahraga di Puskesmas Limakaum 1, Kec. Limakaum, Kab. Tanah Datar.
3. Untuk mengetahui bentuk kendala dalam pelaksanaan program dan pemecahan masalahnya.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Peneliti sendiri, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi pegawai puskesmas dan pemerintah untuk tidak menganggap olahraga ini hanya sebagai prestasi.
3. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP, sebagai bahan bacaan dan referensi untuk penelitian selanjutnya.