

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kapasitas paru merupakan volume udara yang dapat diekspirasi secara paksa sesudah inspirasi maksimal. Kapasitas vital paru rata – rata pada usia dewasa muda kira – kira 4,6 liter dan pada wanita dewasa kira – kira 3,1 liter. (Guyton AC, Hall JE 2007)

Sekitar 17.600 orang dari 22.000 (sebanyak 80%) anggota Polda Metro Jaya mengidap ISPA, Tingginya penderita ISPA tersebut dikarenakan sebagian besar diantara mereka bertugas dilapangan dengan tingginya pencemaran di Jakarta dimana 70% berasal dari kendaraan bermotor.(Ditjen PPM & PL, 2004)

Dari hasil penelitian bahwa terdapat perbedaan yaitu kejadian ISPA antara polisi lalulintas sebanyak 27 orang (87,1%), lebih besar daripada polisi bagian administrasi sebanyak 24 orang (77,4%). (Heppy Roosarina R, 2009).

Dari hasil penelitian “hubungan antara pemakaian apd, kebiasaan merokok dengan kapasitas vital paru polisi lalulintas” dari 56 responden polisi lalulintas terdapat polisi lalulintas yang kapasitas vital paru tidak normal adalah 40 polisi lalulintas, (waode musniatun, 2016)

Menurut penelitian rofiq setya dkk 2015, dengan judul “ Perbandingan kapasitas vital paru pada polisi lalulintas dengan polisi staf

diwilayah hukum polres cianjur” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai PEV polisi staf vs polisi lalulintas adalah 3,21 liter (0,48) vs 2,82 liter (0,3) dengan nilai p value = 0,000. Nilai FVC rata – rata polisi staf vs polisi lalulintas adalah 3,57 liter (0,46) vs 3,24 liter (0,39) dengan nilai p value = 0,003 dari hasil penelitian tersebut dengan responden 66, menyimpulkan bahwa kapasitas vital paru polisi lalu lintas lebih rendah dari pada polisi staf.(rofiq setya dkk, 2015).

Partisipasi masyarakat pada olahraga didunia masih sangat kurang, hanya sekitar 20% orang dewasa amerika yang melakukan olahraga tingkat aerobik dan ada sekitar 60% yang tidak berolahraga sehingga memiliki berat badan berlebih (keeling, 2006).

Berdasarkan departemen kesehatan tahun 2002, di Indonesia prevalensi kurangnya aktivitas fisik atau berolahraga pada penduduk usia lebih dari 10 tahun mencapai 48,2%. Kurangnya olahraga atau latihan fisik dapat menyebabkan penurunan kapasitas vital paru, sedangkan dengan memiliki kapasitas vital paru yang baik akan memberikan daya tahan yang baik.(Purnama, 2010).

Partisipasi masyarakat Indonesia dalam berbagai olahraga masih kurang apabila dibandingkan jumlah penduduk yang ada. Hasil sensus menunjukkan bahwa partisipasi penduduk berumur 10 tahun ke atas dalam melakukan olahraga mengalami penurunan dari waktu ke waktu. Sementara itu dalam kurun waktu 2003, 2006, dan 2009 partisipasi penduduk dalam melakukan olahraga terus menurun, yaitu dari 25,4%

pada tahun 2003, turun menjadi 23,2% pada tahun 2006, dan terakhir turun menjadi 21,8% pada tahun 2009 (Kemenpora RI, 2010).

Diindonesia, hasil pengukuran tingkat kesegaran jasmani yang dilakukan oleh pusat kesegaran jasmani di 22 provinsi adalah 34,4% kurang dan kurang sekali, 9,53% baik dan baik sekali, dan sisanya dinyatakan sedang, dan dalam penelitiannya diketahui bahwa 71,74% responden yang memiliki kebiasaan olahraga mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang baik, sedangkan hanya 28,26% mempunyai tingkat kebugaran jasmani baik, Untuk responden yang tidak mempunyai kebiasaan olahraga 93,55% memiliki kebugaran jasmani kurang baik dan hanya 6,45% memiliki tingkat kebugaran jasmani baik, dari Rasio Prevalensi 1,3 yang berarti polisi yang tidak mempunyai kebiasaan olahraga mempunyai resiko memiliki kebugaran jasmani kurang baik sebesar 1,3 kali dibandingkan polisi yang mempunyai kebiasaan olahraga. Dengan nilai $p = 0,018$ secara statistic bermakna. (susilowati, 2007)

Hasil uji kapasitas vital paru pada polisi lalu lintas dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor meliputi data kesehatan, umur, riwayat penyakit, masa kerja, kebiasaan merokok dan kebiasaan olahraga. Data kesehatan responden saat dilakukan penelitian (flu, sariawan, radang tenggorokan, darah tinggi, dan sehat) dapat mempengaruhi hasil uji spirometri terutama pada saat peniupan menggunakan mouthpiece. Pada responden kondisi sehat pada saat pengukuran diketahui 62,5% mempunyai KVP normal, sedangkan 37,5% (3 responden) mempunyai

restriksi ringan, kondisi ini disebabkan oleh 3 responden tidak mempunyai kebiasaan olahraga. Dan hasil penelitian kebiasaan olahraga polisi lalulintas yang tidak berolahraga mengalami restriksi ringan sebanyak 16,7% dan yang normal ada 73,3%. Kapasitas vital paru dapat dipengaruhi oleh kebiasaan seseorang melakukan olahraga. Pada olahraga terdapat satu unsur pokok yang penting dalam kesegaran jasmani, yaitu fungsi pernafasan. Berolahraga secara rutin dapat meningkatkan aliran darah melalui paru yang akan menyebabkan kapiler paru mendapatkan perfusi maksimum, sehingga O₂ dapat berdifusi kedalam kapiler paru dengan volume lebih besar atau maksimum. Olahraga sebaiknya dilakukan seminggu tiga kali. Kebiasaan berolahraga akan meningkatkan denyut jantung, fungsi paru, dan metabolisme saat istirahat sehingga penting untuk dilakukan. (Wa ode musniatun, Hariati lestari, 2016).

Keadaan demikian memerlukan adanya suatu kegiatan yang dapat membawa suasana baru, salah satunya dengan berolahraga secara baik. Albert M. Hutapea mengungkapkan, penelitian selama 16 tahun terhadap 17.000 alumnus Universitas Harvard menunjukkan, mereka yang tidak aktif berolahraga (yang membakar tidak lebih dari 5000 kalori per minggu dalam kegiatan olahraga) cenderung mengidap penyakit jantung. (Tamyiz, 2015).

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Adakah Hubungan Kebiasaan olahraga dengan Kapasitas Vital Paru pada Polisi Lalulintas dipolres Pemalang”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan Kebiasaan olahraga dengan Kapasitas Vital Paru pada Polisi Lalulintas dipolres Pemalang”

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan Kebiasaan olahraga pada Polisi Lalulintas dipolres Pemalang .
- b. Mendiskripsikan kapasitas vital paru pada polisi lalulintas dipolres pemalang
- c. Menganalisis Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kapasitas Vital Paru pada Polisi Lalulintas dipolres Pemalang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan institusi pendidikan untuk dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan tentang pentingnya berolahraga untuk meningkatkan Kapasitas Vital Paru.

2. Bagi penelitian berikutnya

Dapat dijadikan sebagai referensi tentang Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kapasitas Vital Paru pada Polisi Lalulintas dipolres Pemalang.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan Judul “Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kapasitas Vital Paru pada Polisi Lalulintas dipolres Pemalang” ini belum pernah diteliti, Tetapi ada penelitian yang sejenis dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

Tabel 1.1 Penelitian Terkait

Nama peneliti dan tahun pembuatan	Variable yang diteliti	Desain penelitian	Hasil penelitian
Haditya nurman mahardhika 2016	Hubungan kapasitas vital paru dengan kardiorespirasi pemain futsal yang mengikuti latihan fisik di club futsal tifosi Yogyakarta	Desain korelasi	Hasil uji statistic diperoleh nilai uji korelasi 0.727 termasuk dalam kategori kuat, dengan nilai signifikansi 0.008. karena nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka H_0 diterima
Hendra T. tumiwa 2016	Gambaran kapasitas vital paru dan V_{O2} MAX pada atlet sepakbola ps bank sulutgo dikota manado	Desain deskriptif	Hasil pemeriksaan kapasitas vital paru pada 32 atlet ps bank sulutgo nilai rata Vital Capacity 4,1 liter. nilai FVC

			yang menunjukkan derajat restriksi dimana kategori normal sebanyak 27 atlet (84%) dan kategori ringan sebanyak 5 atlet (16%)
Rainbow D. tambunan Vennetia R. danes 2016	Perbandingan kapasitas vital paru pada pelajar di dataran tinggi tomohon dengan pelajar di dataran rendah manado	Deskriptif analitik	Rata – rata nilai kapasitas vital paru pada dataran tinggi sebesar 100,11% dan pada dataran rendah 102,70%.setelah dilakukan T independent didapatkan nilai kemaknaan $p = 0,2105$ an yang menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna
Raveri febrinugraha 2013	Tingkat kapasitas vital paru siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMP negeri 1 prambanan	deskriptif	Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa tingkat kapasitas vital paru yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMP negeri 1 prambanan ini tidak berhubungan dengan tingkat kapasitas vital paru siswa yang mengikutinya
Wa ode musniatun, Hariati lestari, 2016	Hubungan masa kerja, penggunaan masker, dan	Analitik observasional dengan pendekatan	Tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kapasitas

	kebiasaan merokok dengan kapasitas vital paru pada polisi lalu lintas di kota kendari	cross sectional	vital paru dengan nilai 0,550 ($p > 0,05$) dan nilai korelasi spearman -0,118. Ada hubungan antara penggunaan masker dengan kapasitas vital paru dengan nilai 0,000 dan nilai korelasi spearman 0,759. Ada hubungan anatara kebiasaan merokok dengan nilai 0,006 ($p < 0,05$) dan nilai korelasi spearman sebesar -0506
--	---	-----------------	---

Oleh karena itu peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian “Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kapasitas Vital Paru pada Polisi Lalulintas dipolres Pemasang”. Penelitian ini sangat berbeda dengan penelitian sebelumnya baik dalam hal permasalahan, tujuan, populasi maupun variabel penelitian.

Tabel 1.2 Perbedaan dengan penelitian sebelumnya

No	Item	Deskripsi
1.	Permasalahan	Hubungan Kebiasaan Olahraga Dengan Kapasitas Vital Paru Pada Polisi Lalulintas Dipolres Pemalang
2.	Tujuan	Mendiskripsikan Hubungan Kebiasaan Olahraga Dengan Kapasitas Vital Paru Pada Polisi Lalulintas Dipolres Pemalang
3.	Populasi	Polisi Lalulintas
4.	Variabel Penelitian	Variabel Terikat : Kapasitas Vital Paru Variabel Bebas : Kebiasaan Olahraga