

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring perkembangan teknologi dan transportasi banyak kita jumpai kendaraan-kendaraan bermotor disetiap ruas jalan di Jakarta dan ini berakibat pada pencemaran udara.

Menurut Dirjen Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan Kementerian Kesehatan, sumber pencemaran udara dapat berasal dari berbagai kegiatan, dan kontribusi pencemaran udara di kota besar sekitar 70-80 persen berasal dari sektor transportasi. Pencemaran udara dari kendaraan bermotor yang melebihi ambang batas akan mengakibatkan gangguan kesehatan. Kemudian parameter pencemar udara ambien menurut Peraturan Pemerintah Nomor 41 tahun 1999, meliputi: sulfur dioksida (SO_2), karbon monoksida (CO), nitrogen dioksida (NO_2), oksidan (O_3), hidrokarbon (HC), PM_{10} , $PM_{2,5}$, TSP (debu), Pb (Timah Hitam), *dustfall* (debu jatuh).¹

Pencemaran udara dapat mengganggu fungsi fisiologis dari organ paru. Dampak dari pencemaran udara tersebut akan memberikan efek yang sangat buruk terutama terhadap system pernafasan, karena pencemaran udara oleh partikel debu dapat menyebabkan berbagai penyakit pernafasan. Gangguan system pernafasan ini akan menurunkan kemampuan fungsi paru, dimana gangguan terhadap penurunan fungsi paru ini dapat diketahui dari volume paru seseorang. Volume paru itu sendiri digunakan sebagai indikator

¹ <http://www.tempo.co/read/news/2014/04/19/060571778/Dampak-Kesehatan-dari-Polusi-Udara-Belakangan-Ini>. Diakses pada hari Senin, (09/03/2015) 15:05

untuk mengetahui kondisi faal paru seseorang apakah masih dalam kondisi yang prima atau tidak yang nantinya dapat mempengaruhi kapasitas aerobik maksimal (VO_2Max) seseorang.

Menurut beberapa pakar olahraga, VO_2Max adalah sistem tubuh yang mengangkut oksigen oleh darah yang di pompa dari paru-paru menuju jaringan otot. Seseorang yang sering berlatih atau berolahraga kemungkinan memiliki stamina yang baik dengan memiliki nilai VO_2Max lebih tinggi, sehingga dapat melakukan latihan yang lebih berat, serta mempunyai daya tahan fisik yang baik. Nilai daya tahan inilah yang digunakan dalam proses bekerja.

Aktifitas fisik atau olahraga menjadi penting karena dengan adanya kegiatan tersebut proses bekerja seorang karyawan menjadi lebih baik, sebab olahraga merupakan penyeimbang dari beratnya beban bekerja dan menyediakan lingkungan berbeda dari lingkungan kerja. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi proses bekerja, yang salah satunya terdapat faktor fisiologis yang terkait dengan kesegaran jasmani. Kesegaran jasmani pada umumnya sangat mempengaruhi aktifitas bekerja seseorang. Kesegaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan diperlukan untuk mempertahankan kesehatan, mengatasi stress lingkungan, dan melakukan aktifitas sehari-hari.

Oleh karena itu diperlukan kajian penelitian khusus untuk mengetahui nilai VO_2Max petugas *delivery*. Dari kajian penelitian ini dapat dilakukan upaya pencegahan untuk mengurangi berbagai dampak negatif yang timbul.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut ;

1. Apakah terdapat hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kapasitas aerobik maksimal ?
2. Apakah terdapat hubungan antara kapasitas vital paru dengan kapasitas aerobik maksimal ?
3. Apakah terdapat hubungan antara tingkat aktivitas fisik dan kapasitas vital paru dengan kapasitas aerobik maksimal pada petugas pesan antar (*delivery*) ?
4. Seberapa besar korelasi antara tingkat aktivitas fisik dan kapasitas vital paru dengan kapasitas aerobik maksimal ?
5. Seberapa besar manfaat dari penelitian ini bagi masyarakat ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah yang diidentifikasi, maka dalam penelitian ini perlu dibatasi agar penelitian ini tidak terjadi salah penafsiran, maka penelitian ini mengangkat permasalahan sebagai berikut :

1. Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dan kapasitas vital paru dengan kapasitas aerobik maksimal pada petugas *delivery PHD* Cibubur Indah

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka penelitian ini dirumuskan mencari hubungan tingkat aktivitas fisik dan kapasitas vital paru dengan kapasitas aerobik maksimal petugas *delivery PHD* Cibubur Indah, ditinjau dari :

1. Apakah terdapat hubungan tingkat aktivitas fisik dan kapasitas vital paru dengan kapasitas aerobik maksimal pada petugas *delivery* ?

E. Kegunaan Penelitian

1. Bagi Penulis, merupakan sarana untuk menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman sebagai bekal di kemudian hari. Selain itu peneliti dapat mempraktekkan mata kuliah yang didapat di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, dengan memberikan pelayanan pengecekan tingkat aktivitas fisik, kapasitas vital paru dan kapasitas aerobik maksimal pada petugas *delivery*.

2. Bagi Masyarakat, petugas *delivery PHD* Cibubur Indah sebagai bahan masukan mengenai bahaya pencemaran udara bagi kesehatan paru, sehingga diperlukan adanya kesadaran untuk menggunakan masker sebagai upaya mengantisipasi paparan zat berbahaya dan pencemaran udara dan juga pentingnya aktivitas fisik seperti olahraga agar memiliki kapasitas aerobik maksimal (VO_2Max) yang baik.
3. Bagi Pembaca, Skripsi ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam melakukan penelitian maupun praktek. Khususnya bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.