

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Menurut Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas pada tahun 2018 menyebutkan bahwa obesitas dari tahun 2007 hingga 2018 mengalami peningkatan yang signifikan. Peningkatan yang paling tinggi terjadi pada periode 2007 hingga 2018 yaitu 7 % dari 14,8% menjadi 21,8 %. Angka ini lebih tinggi dibanding periode 2007 hingga 2013 yaitu 4,3 % dari 10,5 % menjadi 14,8 %. Yang dimana obesitas itu sendiri mengacu pada kondisi indeks massa tubuh diatas 27. Berat badan berlebih juga mengalami peningkatan dari 8,6% tahun 2007, 11,6% tahun 2013, dan 13,6% 2018. Prevelensi berat badan berlebih itu sendiri dengan indeks massa tubuh antara 25 sampai 27. Kemudian, prevelensi obesitas sentral (perut buncit) di masyarakat Indonesia pun adanya peningkatan, jika pada 2007 18,8% 2013 mengalami peningkatan menjadi 26,6% dan tahun 2018 mengalami peningkatan kembali menjadi 31%.



Gambar 1.1 Tingkat berat badan lebih dan obesitas pada dewasa umur >18 tahun

Sumber Data: Diolah berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018)

Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Setiap negara dalam perkembangannya sangat mengharapkan seluruh rakyat dan bangsanya aktif dalam melaksanakan aktivitas olahraga, tidak dipungkiri seluruh negara baik berkembang maupun negara maju pasti memiliki metode bagaimana agar rakyatnya rutin dalam berolahraga, salah satunya yaitu dengan memasyarakatkan olahraga itu sendiri dan mengolahragakan masyarakatnya melalui berbagai hal, seperti pembuatan fasilitas olahraga yang menunjang kegiatan olahraga itu sendiri agar dapat dinikmati oleh seluruh lapisan masyarakat baik menengah ke bawah dan menengah ke atas.

Banyak olahraga yang disosialisasikan baik itu permainan maupun latihan fisik, namun pada umumnya yang sering dipublikasikan yaitu permainan seperti sepakbola, bola voli, bulu tangkis, dan lain-lain. Sangat jarang yang disosialisasikan seperti kebugaran jasmani padahal sangat erat kaitannya dengan kegiatan manusia dalam melakukan pekerjaan dan bergerak.

Daya Tahan Kardiovaskuler adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan sistem jantung, paru-paru dan peredaran darahnya secara efektif dan efisien untuk menjalankan kerja secara terus menerus yang melibatkan kontraksi otot dengan intensitas tinggi dalam waktu yang cukup lama. Daya Tahan Kardiovaskular dibutuhkan oleh seseorang dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari.

Desa Cimandala dipimpin oleh Bapak Cucu Samsudin sebagai kepala Desa. Dalam rangka menyelenggarakan pemerintahan desa, kepala desa

melaksanakan kewenangan hak dan kewajiban selaku pimpinan pemerintah desa yaitu menyelenggarakan rumah tangganya sendiri dan merupakan penyelenggara dan penanggung jawab utama dibidang pemerintahan, pembangunan dan kemasyarakatan serta urusan pemerintahan umum termasuk di dalamnya pembinaan ketentraman dan ketertiban sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku juga menumbuh-kembangkan jiwa gotong royong sebagai sendi utama pelaksanaan pemerintah desa.

Adapun penulis memilih Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor sebagai obyek dalam penelitian ini karena penulis melihat kurangnya aktivitas olahraga pada warga disana, sehingga banyak warga yang tubuhnya tidak ideal bahkan ada beberapa yang perutnya buncit. Maka dari itu saya mengambil sampel Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kelurahan Kabupaten Bogor untuk mengetahui apakah ada keterkaitan hubungan *Body Mass Index* dengan Daya Tahan Kardiovaskular Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat di identifikasikan masalah yaitu, sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungannya antara *Body Mass Index* dengan Daya Tahan Kardiovaskular Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor

2. *Body Mass Index* sangat diperlukan dalam Daya Tahan Kardiovaskular Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor
3. Belum diketahui seberapa besar hubungan antara *Body Mass Index* dengan Daya Tahan Kardiovaskular Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor.
4. Kurangnya pemahaman terhadap Daya Tahan Kardiovaskular Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor
5. Perlu adanya perhatian dalam menjaga *Body Mass Index* dalam Daya Tahan Kardiovaskular

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang diidentifikasi, maka dalam penelitian ini perlu pembatasan masalah agar penelitian tidak menyimpang dan tersebar luas, maka pembatasan masalah ini adalah Hubungan *Body Mass Index* dengan Daya Tahan Kardiovaskular ( $VO_2max$ ) Karang taruna Desa Cimandala, Kabupaten Bogor

### **D. Rumusan Masalah**

Dari yang telah diuraikan diatas dapat maka untuk rumusan masalah yaitu, sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara *Body Mass Index* dengan Daya Tahan Kardiovaskular ( $VO_2max$ ) Karang taruna Desa Cimandala, Kabupaten Bogor ?

### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan ini sebagai bahan masukan dan dapat berguna sebagai berikut:

## 1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi Karang Taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Bogor dan pemerintahan setempat untuk mengetahui tingkat obesitas di Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Bogor

## 2. Secara Praktis

1) Bagi peneliti, menjadikan sebuah kegiatan dan pelajaran berharga dalam rangka menambah ilmu pengetahuan dan sebagai media bagi peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dibangku perkuliahan serta pengabdian peneliti bagi warga kota kelahiran serta mengaktualisasikan pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari di Universitas Negeri Jakarta. Serta ditujukan juga sebagai sebuah Tugas Akhir (skripsi) yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keolahragaan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

2) Bagi obyek penelitian, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi Karang taruna Desa Cimandala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor, sehingga dapat meningkatkan kualitas Daya Tahan Kardiovaskular.

3) Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi serta sumbangan bagi masyarakat umum mengenai pemeriksaan kebugaran jasmani , bahwa dengan ikut pemeriksaan kebugaran jasmani dapat mengetahui tingkat hasil kebugaran tubuh masing-masing, sehingga anggota

bisa melakukan tes kebugaran jasmani secara mandiri agar tetap sehat dan bugar sehingga sadar akan pentingnya mengetahui dan menjaga kebugaran tubuh kita dengan mengikuti tes kebugaran jasmani serta dapat dimanfaatkan sebagai bahan masukan bagi pengembangan keilmuan yang diharapkan dapat diambil manfaatnya oleh pembaca serta referensi untuk penelitian selanjutnya





