



### Intisari

Dewasa ini diperkirakan 2,5 juta orang meninggal setahunnya di dunia akibat penyakit yang berkaitan dengan rokok. Survey Kesehatan Rumah Tangga Departemen Kesehatan RI mendapatkan 52,9% pria dan 3,6% wanita adalah perokok. Kebiasaan merokok jelas berakibat buruk, baik terhadap kesehatan perokok sendiri, maupun terhadap bukan perokok yang berada di sekitarnya. Tetapi sampai saat ini masih banyak perokok yang belum sadar dan belum mengerti akibat-akibat buruk dari merokok.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang bermakna antara kesegaran jasmani perokok dan non perokok. Penelitian yang dilakukan bersifat non eksperimental dan pengumpulan data dengan cara cross sectional.

Pengumpulan subyek yang memenuhi kriteria dilakukan dengan cara penyebaran kuesioner. Dari 160 kuesioner yang dibagikan kepada mahasiswa putra Fakultas Kedokteran UGM hanya 120 buah yang dikembalikan. Dan dari 120 mahasiswa yang mengembalikan kuesioner ini didapatkan 40 orang (53,3%) merokok dan 80 orang (66,7%) tidak merokok. Dan hanya 25 orang perokok dan 42 orang non perokok yang memenuhi kriteria. Selanjutnya hanya 17 orang perokok dan 23 orang non perokok yang bersedia ikut dalam penelitian. Sebelum dilakukan uji kesegaran jasmani terlebih dahulu dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui status gizinya. Dari pengukuran didapatkan 2 orang perokok dan 2 orang kontrol mempunyai status gizi kurang sehingga dikeluarkan dari penelitian. Dari 21 orang kontrol kemudian diambil 15 orang secara acak untuk mendapatkan jumlah yang sama antara perokok dan kontrol.

Indek kesegaran jasmani (IKJ) diukur dengan metode Harvard Step Test cara cepat. Didapatkan rata-rata IKJ kelompok perokok adalah 58,29 sedangkan pada kelompok kontrol adalah 70,04. Dari uji-t terhadap nilai rata-rata IKJ subyek, didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara kesegaran jasmani perokok dan non perokok ( $p > 0,05$ ).

Perlu diadakan penelitian lebih lanjut dengan mengendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi fungsi faal tubuh agar didapatkan hasil yang mendekati keadaan yang sesungguhnya.