

ABSTRAK

Menyelam merupakan aktivitas yang dilaksanakan di bawah air yang dipengaruhi oleh fungsi dan struktur tubuh. Salah satunya yang dikenal adalah penyelaman *scuba* atau *divemaster*. *Divemaster* adalah seseorang melakukan kegiatan di bawah permukaan air, dengan menggunakan peralatan *scuba*. *Divemaster* berisiko mengalami kelelahan secara umum yang diakibatkan lamanya menyelam dan daya tahan kardiorespirasi. Daya tahan kardiorespirasi berhubungan dengan $VO_2 max$. $VO_2 max$ adalah jumlah volume oksigen yang diproses dan dikonsumsi oleh tubuh selama melakukan aktivitas fisik hingga terjadinya kelelahan. Riset ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan $VO_2 max$ terhadap lamanya menyelam *divemaster* memakai metode penelitian *cross sectional* korelasi dengan sampel berjumlah 30 orang. Pengukuran $VO_2 max$ menggunakan *test cooper* (lari 12 menit) sedangkan pengukuran lamanya menyelam menggunakan *stopwatch*. Hasil penelitian dianalisis memakai uji korelasi *pearson product moment* dengan nilai Sig. (2-tailed) 0.000 ($p < 1,00$) dan hasil dari koefisien korelasi 0.598 yang artinya $VO_2 max$ dengan lamanya menyelam memiliki korelasi sedang atau cukup kearah positif. Semakin tinggi $VO_2 max$ maka semakin tinggi lamanya menyelam pada *divemaster*.

Kata kunci : *divemaster*, lamanya menyelam, $vo_2 max$

ABSTRACT

Diving is an activity carried out underwater that is influenced by body function and structure. One of them that is known is scuba diving or divemaster. A divemaster is someone who performs activities under the surface of the water, using scuba equipment. Divemasters are at risk of general fatigue due to the length of diving and cardiorespiratory endurance. Cardiorespiratory endurance is related to VO_2 max. VO_2 max is the total volume of oxygen processed and consumed by the body during physical activity until fatigue occurs. This research aims to identify the relationship of VO_2 max to the length of diving divemaster using cross sectional correlation research method with a sample of 30 people. VO_2 max was measured using the cooper test (12-minute run) while the dive duration was measured using a stopwatch. The results of the study were analyzed using the Pearson product moment correlation test with a Sig value. (2-tailed) 0.000 ($p < 1.00$) and the results of the correlation coefficient of 0.598 which means that VO_2 max with the length of diving has a moderate or moderately positive correlation. The higher the VO_2 max, the higher the diving duration on the divemaster.

Keywords: divemaster, dive duration, VO_2 max