

**PENGARUH KEDISIPLINAN DAN KEBUGARAN JASMANI
TERHADAP KINERJA ANGGOTA POLDA METRO JAYA
SUBDIT JATANRAS**



**JOSE HARUN
6815165339**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2022

**PENGARUH KEDISIPLINAN DAN KEBUGARAN JASMANI
TERHADAP KINERJA ANGGOTA POLDA METRO JAYA SUB DIT
JATANRAS**

Jose harun

**Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Jl. Pemuda No. 10, RT
008/005, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah
Khusus Ibukota Jakarta 13220**

Joseharun10@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebugaran jasmani dan kedisiplinan terhadap kinerja anggota Polda Metro Jaya Sub Dit Jatanras. Dengan menggunakan 2 metode yaitu rockport untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani serta kuesioner tertutup dengan penilaian menggunakan skala likert dari 1 sampai dengan 5 digunakan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan dan kinerja Anggota Polda Metro Jaya Subdit Jatanras. setelah mendapatkan data dari responden selanjutnya data dapat diolah dengan SPSS 19 . Setelah melalui Uji T hasilnya menyatakan bahwa : (1) Kedisiplinan mempengaruhi kinerja (2) Kebugaran jasmani mempengaruhi kinerja (3) Tingkat kebugaran jasmani mempengaruhi kinerja anggota Polda Metro Jaya Subdit Jatanras

The influence of discipline and physical fitness performance against a member of polda metro jaya sub dit jatanras



jose harun





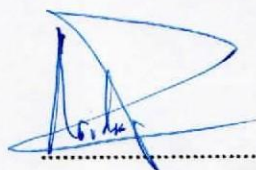
**sport science jakarta state university, jl.Youth no. 10, rt 008 / 005,
rawamangun, disa.Pulo gadung, of east jakarta, a special area of the capital
jakarta 13220**

joseharun10@gmail.com

abstract.This research aims to determine the influence of physical fitness and discipline of the performance a member of polda metro jaya sub dit jatanras.By using the rockport 2 method which is to determine the level of physical fitness and the questionnaire covered with the use of 1 likert scale up to 5 used to know the level of discipline and the performance of a member of polda metro jaya subdit jatanras. After getting data from respondents furthermore the data can be processed with spss 19.After going through a test t the results indicated that: (1) discipline influences the performance (2) health condition affect the performance level (3) health condition affecting ki

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Boyke Adam Hatena Manopo, M.Pd NIP. 197504302006041001		18/02-2022
Pembimbing II Kuswahyudi, S.Or,M.Pd NIP. 198509252015041003		18/02-2022

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr.Bambang Kridasuwarso, M.Pd NIP. 196112071989031004	Ketua Sidang		18/02-2022
2. Muhammad Ilham, M.Pd. NIP.198608072018031001	Sekretaris Sidang		21/2-2022
3. Boyke Adam Hatena Manopo, M.Pd NIP. 197504302006041001	Anggota Sidang		18/02-2022
4. Kuswahyudi, S.Or,M.Pd NIP. 198509252015041003	Anggota Sidang		18/02-2022
5.Dr. Albert W. A. Tangkudung, M.Pd NIP. 198308272015041001	Anggota Sidang		18/02-2022

Tanggal Sidang : 7 Februari 2022

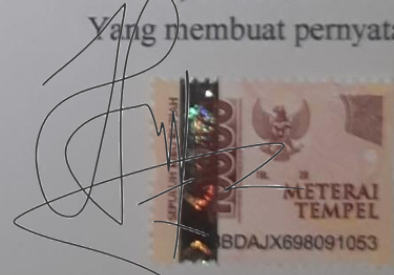
PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dsri pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 21 Februari 2022

Yang membuat pernyataan,



Jose Harun
6815165339



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Jose Harun
NIM : 6815165339
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Ilmu Keolahragaan
Alamat email : Joseharun10@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh kedisiplinan Dan kebugaran Jasmani Terhadap
kinerja Anggota Polda Metro Jaya Subdit Jabatras

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 Februari 2022



(Jose Harun)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan kelulusan Program Studi Ilmu Keolahragaan dan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan, doa, dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini. Akan sangat sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Maka dari itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :**Bapak Dr. Johansyah Lubis**, selaku dekan FIK UNJ. **Bapak Dr. Yasep Setiakarnawijaya, SKM., M.Kes**, selaku ketua program studi. **Bapak Dr. Albert Walter Aridan Tangkudung, S.Sos, M.Pd**, selaku pembimbing akademik . **Bapak Boyke Adam Hatena Manopo, M.Pd dan Bapak Kuswahyudi, S.Or., M.Pd** selaku dosen pembimbing. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan. **Polda Metro Jaya Sub Dit Jatanras**, yang telah memberikan waktu dan tempat untuk kesediaannya sebagai bahan penelitian penulis . bantuan dana pendidikan selama perkuliahan. **Kedua Orang Tua, Keluarga dan teman-teman dari Program Studi Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2016 dan Seluruh teman- teman yang tidak dapat penulis sebutkan namanya.**

Akhir kata, semoga Tuhan membalas kebaikan seluruh pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi penulis dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu olahraga

Jakarta, 04 Maret 2021

Jose Harun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	6
BAB II	7
Kajian Teoritik	7
A. Deskripsi Konseptual	7
1. Variabel Terikat/Y (Kinerja)	7
2. Variabel Bebas (X)	13
a. X_1 (Kedisiplinan)	13
b. X_2 (Kebugaran Jasmani)	20
B. Kerangka Berpikir	28
C. Hipotesis Penelitian	30
BAB III	31
METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Tujuan Penelitian	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
C. Metode Penelitian	31
D. Populasi dan Sampel	32
E. Instrumen Penelitian	34
F. Teknik Pengumpulan Data	45
G. Teknik Analisis Data	46
H. Hipotesis Statistika	47
4) Hipotesis Statistika	62
b) Pengujian Hipotesis (X_1)	63

c) Pengujian Hipotesis (X2)	64
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	70
Lampiran 1 Instrumen	70
Lampiran 2 Hasil Tes Berat Badan.....	80
Lampiran 3 Usia Responden	80
Lampiran 4 Hasil Tes Berjalan.....	81
Lampiran 5 Hasil Tes Denyut Nadi.....	82
Lampiran 6 Hasil Uji VO2Max.....	82
Lampiran 7 Hasil VO2Max Dengan Metode Rockport.....	83
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Kedisiplinan	84
Lampiran 9 Kebugaran Jasmani	84
Lampiran 10 Hasil Uji Kinerja.....	85
Lampiran 11 Surat – Surat	87
Lampiran 12 Dokumentasi	90
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	98



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	29
Gambar 4.1 Grafik Normal P – Plot (Sumber : Output SPSS 19).....	61



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indikator Kinerja	9
Tabel 2.2 Tujuan Penilaian Kinerja	11
Tabel 2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan	13
Tabel 2.4 Macam Kedisiplinan	15
Tabel 2.5 Indikator Kedisiplinan.....	18
Tabel 2.6 Indikator Kebugaran Jasmani.....	21
Tabel 2.7 Komponen Kebugaran Jasmani	23
Tabel 2.8 Kriteria Penilaian VO^2Max	26
Tabel 4.1 Berat Badan Responden Dalam Pound	49
Tabel 4.2 Usia Responden.....	50
Tabel 4.3 Durasi Berjalan Dalam Menit	51
Tabel 4.4 Denyut Nadi Dalam Kali/Menit.....	52
Tabel 4.5 Hasil VO^2Max	53
Tabel 4.6 Kriteria Penilaian VO^2Max Dengan Metode Rockport	54
Tabel 4.7 Hasil VO^2Max Dengan Metode Rockport	54
Tabel 4.8 Hasil Uji Validitas Kedisiplinan	57
Tabel 4.9 Hasil Uji Validitas Kebugaran Jasmani	58
Tabel 4.10 Hasil Uji Validitas Kinerja.....	59
Tabel 4.11 Hasil Uji Realibilitas	60
Tabel 4.12 Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	62
Tabel 4.13 Hasil Analisis Regresi Berganda.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen	70
Lampiran 2 Hasil Tes Berat Badan.....	80
Lampiran 3 Usia Responden	80
Lampiran 4 Hasil Tes Berjalan	81
Lampiran 5 Hasil Tes Denyut Nadi	82
Lampiran 6 Hasil Uji VO2Max	82
Lampiran 7 Hasil VO2Max Dengan Metode Rockport	83
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Kedisiplinan.....	84
Lampiran 9 Kebugaran Jasmani	84
Lampiran 10 Hasil Uji Kinerja	85
Lampiran 11 Surat – Surat.....	87
Lampiran 12 Dokumentasi	90

