

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tugas pokok Kepolisian Negara Republik Indonesia adalah sebagai pemelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat (UU no. 2 tahun 2002 pasal 13). Sejalan dengan era revolusi industri 4.0. tersebut, tantangan tugas POLRI sebagai penanggung jawab terjaganya kondusifitas kamtibmas yang dinamis sebagai prasyarat bagi pembangunan nasional kedepan akan semakin kompleks. Dinamika lingkungan strategis di tingkat global, regional dan nasional juga melahirkan kejahatan yang berdimensi baru sehingga memerlukan kesiapan SDM POLRI yang kompeten dan unggul menurut Safiri, (2020). Dalam rangka mewujudkan tugas pokok tersebut, perlu didukung sumber daya manusia (SDM) yang memiliki postur dan kesamaptaan fisik yang prima dalam melaksanakan tugas. Polisi tidak hanya mengemban tugas sebagai “*crime hunter*” dan “*law enforcement*” belaka, namun juga wajib tampil dan mengemuka sebagai panutan publik, bahkan dituntut untuk berlaku sebagai “*problem solving oriented, order maintaining officer, public service, publik observe, dan chief executive officer*” yang solid dalam kemajemukan dan permasalahan sosial masyarakat menurut Hlukhov et al., (2022)

Proses penerimaan calon prujurit karier merupakan hal sangat penting yang akan menentukan keberhasilan instansi POLRI itu sendiri dalam mendukung perkembangan dan kemajuan bangsa. Salah satu aktivitas dalam

pengelolaan sumber daya manusia adalah rekrutmen dan seleksi. Rekrutmen adalah suatu proses pengumpulan sejumlah pelamar yang memiliki kualifikasi yang sesuai dengan yang dibutuhkan untuk dipekerjakan menurut Malthis, (2001). Penyusutan personel yang terjadi biasanya karena adanya personel yang memasuki masa pensiun, meninggal dunia atau dikeluarkan dari institusi karena melakukan pelanggaran tata tertib disiplin yang telah ditetapkan oleh Kepolisian Negara Republik Indonesia. Oleh karena itu personel baru yang akan menggantikannya akan memiliki masa kerja yang berbeda-beda.

Kualitas sumber daya manusia suatu instansi tergantung pada kualitas para calon-calon siswanya itu sendiri atau dengan kata lain para pelamarnya. Tes kasamaptaan jasmani itu sendiri merupakan salah satu rangkaian proses seleksi dari sekelompok pelamar yang paling cocok atau yang paling memenuhi persyaratan. Semakin tinggi tingkat kebugaran jasmani seseorang, semakin besar kemampuan fisiknya dan produktifitas kerjanya. Mengingat sangat pentingnya proses penerimaan dan seleksi bagi POLRI, diharapkan dengan adanya proses penerimaan dan seleksi yang baik dan efektif akan berdampak pada perkembangan POLRI kedepannya untuk memperoleh sumber daya yang berkualitas. Tes kebugaran jasmani POLRI sering disebut tes kasamaptaan jasmani. Pelaksanaan tes kasamaptaan jasmani POLRI bertujuan untuk mengetahui kondisi jasmani, sehingga diharapkan mempunyai daya tahan tubuh dan kekuatan fisik yang baik agar mampu mengikuti pelatihan dan pelaksanaan tugas pokoknya. Susunan dalam pengujiannya sudah memiliki standar operasional pelaksanaan yang teruji. "Kemampuan kasamaptaan jasmani bagi setiap prajurit merupakan faktor penting dan pendukung utama baik untuk karier

maupun dalam pelaksanaan tugas. Untuk itu agar kemampuan fisik prajurit dapat ditingkatkan perlu dirumuskan atau dibuat program pembinaan jasmani yang benar dan terukur yang dapat dijadikan sebagai pedoman” menurut Burhanudin, Sambas Isfianadewi, Dessy Subkhan, (2018).

Standar operasional pelaksanaan tes kesamaptaan jasmani POLRI memiliki beberapa tahap susunan ujian atau tesnya. Terdapat dua kelompok tes yaitu tes kesamaptaan “A” dan tes kesamaptaan “B”. Dalam tes kesamaptaan “A” terdapat satu jenis tes, yaitu tes lari 12 menit. Dalam tes kesamaptaan “B” terdapat empat macam tes kesamaptaan jasmani, yaitu tes *pull up*, tes *sit up*, tes *push up*, dan tes *shuttle run* jarak 6 x 10 meter. Pada setiap kelompok tes kesamaptaan jasmani POLRI terdapat fokus pada beberapa komponen kondisi fisik. Pada tes kesamaptaan jasmani “A” tes lari 12 menit yang diukur adalah pada komponen daya tahan otot (*muscle endurance*) dan daya tahan jantung dan pernafasan atau peredaran darah (*cardio respiratory endurance*). Pada tes kesamaptaan “B” tes *pull up* yang diukur adalah kekuatan dan daya tahan otot lengan bagian dalam. Sedangkan tes *sit up* mengukur kekuatan dan daya tahan serta kelentukan otot perut. Tes *push up* mengukur kekuatan dan daya tahan otot lengan bagian luar. dan tes *shuttle run* mengukur komponen kecepatan, kelincahan, dan keseimbangan tubuh.

Upaya ini dilakukan untuk mewujudkan kegiatan Kesamaptaan Jasmani sesuai dengan harapan yang diinginkan. Baik itu dari segi seleksi peserta didik, hingga hasil yang dicapai. Dalam pencapaian visi dan misi Kepolisian Negara Republik Indonesia, tes kesamaptaan jasmani POLRI merupakan suatu usaha dalam pengelolaan sumber daya manusia. Tes kesamaptaan jasmani merupakan

salah satu proses rekrutmen dan seleksi yang dilakukan POLRI dalam memilih calon siswa yang cocok dan memenuhi persyaratan sesuai kebutuhan dari segi kebugaran jasmani. Tes tersebut dibagi menjadi beberapa komponen kondisi fisik serta jenis tes yang sudah dikelompokkan. Tes kesamaptaaan jasmani yang digunakan POLRI meliputi; (1) tes lari 12 menit; (2) tes pull up; (3) tes sit up; (4) tes push up; (5) tes shuttle run menurut Susanto, (2020); Zetou et al., (2014).

Beberapa penelitian yang terkait dengan topik ini adalah penelitian Saefudin et al., (2021) yang membuat Perancangan Sistem Laporan Terpadu Pada Bagian Pembinaan Religi Biro Perawatan Personel SSDM POLRI Berbasis Website. Selanjutnya mengevaluasi hasil tes kesamaptaaan POLRI di Mojokerto mulai tahun 2014 sampai dengan tahun 2018, menurut Achmad et al., (2021); Welk, (2022) membuat Sistem Pendukung Keputusan Kelayakan Calon Brigadir POLRI Berdasarkan Tes Kesamaptaaan Jasmani Pada Polda Papua Menggunakan Metode Simple Additive Weighting (SAW).

Menurut Lockie et al., (2019) dengan penelitian yang berjudul *The influence of physical fitness on reasons for academy separation in law enforcement recruits*, studinya menganalisis efek kebugaran fisik yang dalam rekrutmen penegak hukum. Sedangkan Pihlainen et al., (2020) dengan judul *Effects of baseline fitness and BMI levels on changes in physical fitness during military service*, untuk mengetahui efek kebugaran dasar pada saat wajib militer selama dinas militer. Menurut Stone et al., (2020) dengan judul *Effects of an Experimental vs. Traditional Military Training Program on 2-Mile Run Performance During the Army Physical Fitness Test*, membandingkan program

latihan yang baru dibuat dengan program latihan yang lama pada kinerja lari 2 mil selama tes kebugaran fisik tentara.

Selanjutnya Tsai et al., (2019) dengan judul *Association between mild anemia and physical fitness in a military male cohort: The CHIEF study*, Hubungan anemia dengan kebugaran jasmani di militer Taiwan. Hasilnya, anemia berhubungan dengan penurunan kardioresirasi. Menurut Pihlainen et al., (2018) yang berjudul *Associations of physical fitness and body composition characteristics with simulated military task performance*, Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi hubungan karakteristik kebugaran fisik dan komposisi tubuh dengan kinerja daya tahan anaerobik, diuji dalam beban tempur menggunakan tes simulasi militer (military simulation test MST). Hasilnya (MST, military simulation test), adalah metode penilaian spesifik militer yang menjanjikan dari kekuatan otot ekstremitas bawah dan kapasitas daya tahan, yang merupakan komponen kinerja penting dalam situasi pertempuran. Seperti dikatakan Grandou et al., (2019) dalam bukunya yang berjudul *The Effects of Sleep Loss on Military Physical Performance*, yang hasilnya adalah kurang tidur memiliki dampak negatif terbesar pada kapasitas aerobik, daya tahan otot dan kinerja khusus militer dalam populasi militer.

Menurut Santtila et al., (2020) dengan judul *Changes in physical fitness and anthropometrics differ between female and male recruits during the Finnish military service*, Perubahan kebugaran fisik dan antropometrik berbeda antara rekrutan wanita dan pria selama dinas militer Finlandia. Hasilnya, mengungkapkan perbedaan jenis kelamin dalam adaptasi terhadap pelatihan

militer standar. Baik pria maupun wanita yang direkrut meningkatkan kebugaran fisik mereka, tetapi peningkatan yang lebih kecil diamati pada wanita yang menggunakan program pelatihan yang sama. Dikatakan juga oleh Müller-Schilling et al., (2019) yang berjudul *Physical fitness as a risk factor for injuries and excessive stress symptoms during basic military training*, Kebugaran fisik sebagai faktor risiko cedera dan gejala stres yang berlebihan selama pelatihan dasar militer. Berdasarkan uraian yang telah peneliti jabarkan, maka peneliti ingin membuat Model Latihan Fisik di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditulis, fokus penelitian dalam penelitian ini adalah model latihan fisik untuk calon perwira usia 30-45 tahun dengan pangkat brigadir dan sudah sarjana di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia. Model yang dibuat berbasis aplikasi berupa panduan latihan fisik untuk menunjang kesamaptaaan jasmani para perwira yang mengikuti Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia di kota Sukabumi.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah yang telah dijelaskan, penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut.

1. Bagaimanakah Model Latihan Fisik “*Eno Exercise*” di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia?

2. Apakah Model Latihan Fisik “*Eno Exercise*” di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia efektif?

D. Tujuan Penelitian

1. Menghasilkan Model Latihan Fisik “*Eno Exercise*” di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia.
2. Menguji Efektivitas Model Latihan Fisik “*Eno Exercise*” di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia.

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritik:

Kegunaan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu serta wawasan dalam mengembangkan program Kesamaptaaan Jasmani Di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia.

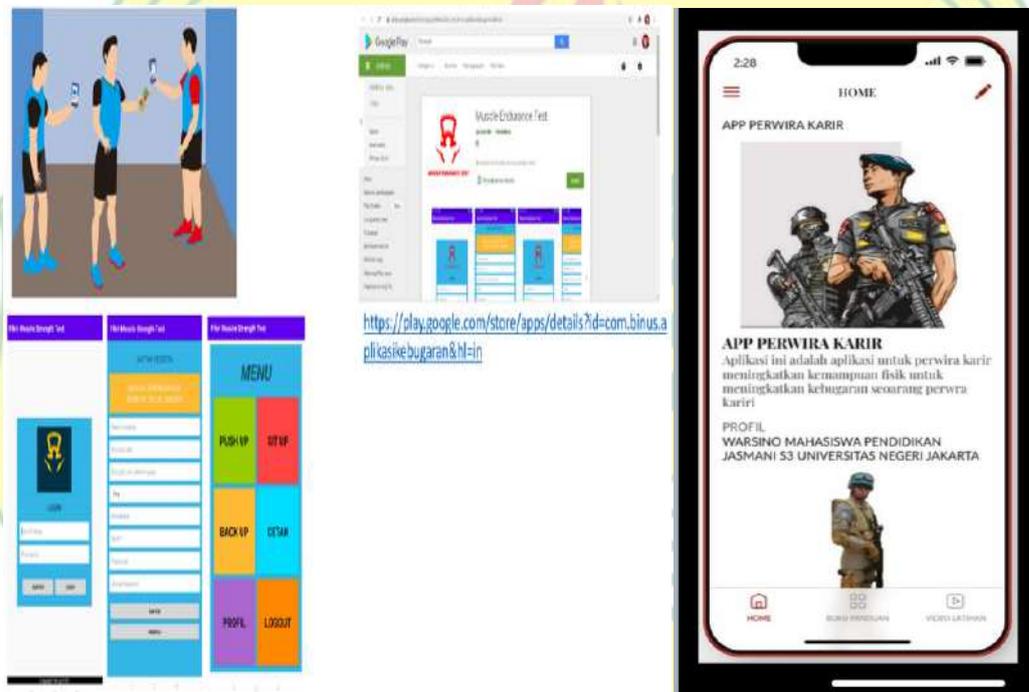
2. Manfaat Praktis:

Manfaat praktis dari pelaksanaan penelitian ini adalah: a) Bagi POLRI sebagai evaluasi dari program Kesamaptaaan Jasmani; b) Bagi Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan POLRI dapat dijadikan sebagai sumber evaluasi dalam melaksanakan Kesamaptaaan Jasmani; c) Bagi Para Instruktur di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan

dan Pelatihan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam kegiatan kesamaptaan jasmani berikutnya.

F. *State of The Art*

Berikut ini penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik penelitian penulis untuk menentukan letak perbedaan, ketidaksinambungan, sehingga menghasilkan novelty.



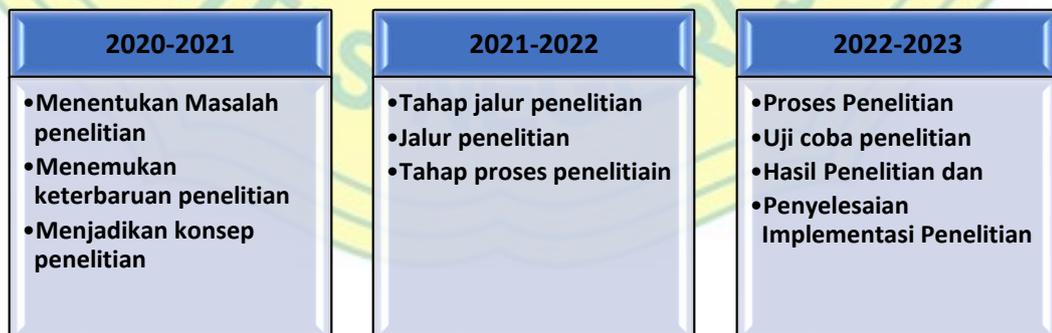
Aplikasi dan Buku Model yang menjadi Keterbaruan Penelitian ini

Berdasarkan uraian di atas, kebaruan dalam penelitian ini yaitu sebuah model latihan fisik untuk calon perwira Polri di Sekolah Pembentukan Perwira Lembaga Pendidikan dan Pelatihan Kepolisian Negara Republik Indonesia yang selama ini belum ada. Model latihan ini nantinya akan dibuat dalam aplikasi yang bisa digunakan oleh seluruh calon ataupun Peserta Didik Perwira Polri tersebut.

G. Road Map Penelitian

Kebugaran Jasmani biasanya digunakan sebagai bentuk latihan menggabungkan postur fisik dengan latihan pernapasan serta meditasi untuk melatih keseimbangan, fleksibilitas dan kekuatan (Northey et al., 2018; H. Reid & Foster, 2017). Dalam kebugaran Jasmani ada unsur-unsur yang bisa digunakan dalam tingkat kecil atau besar, model latihan yang diberikan berbeda disesuaikan dengan usia dan tujuan latihan fisik itu diberikan bagi kalangan model latihan fisik yang diberikan lebih menyenangkan sedangkan bagi orang dewasa latihan fisik digunakan untuk kesehatan mental, fisik dan sosial (Hoy et al., 2021; Nayak et al., 2015). Latihan fisik memiliki potensi untuk mengembangkan karakter, hal ini sesuai dengan tujuan dari latihan fisik sendiri yaitu menyatukan pikiran dan tubuh untuk menghasilkan sebuah efek yang baik.

Berdasarkan jabaran-jabaran tersebut maka dikembangkan model latihan fisik yang akan meningkatkan fleksibilitas dan daya tahan anaerob, serta model latihan ini akan dikembangkan dalam bentuk program latihan, dimana yoga akan diberikan diawal sebagai program pemanasan sebelum latihan fisik.



Sumber: Arsip Peneliti

Gambar 1.1. Road Map Penelitian