

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Penelitian.

Sesuai dengan UU no 3 th 2002 tentang Pertahanan Negara memperjelas tugas dan tanggung jawab institusi Tentara Nasional Indonesia , lebih diperkuat lagi dengan adanya UU no 34 tahun 2004 tentang TNI yang memuat antara lain tugas pokok ketiga angkatan, yaitu angkatan darat, angkatan laut dan angkatan udara,tugas tersebut adalah :

1. Operasi militer untuk perang;
2. Operasi militer selain perang, yaitu untuk:
  - a. Mengatasi gerakan separatis bersenjata;
  - b. Mengatasi pemberontakan bersenjata;
  - c. Mengatasi aksi terorisme;
  - d. Mengamankan wilayah perbatasan;
  - e. Mengamankan obyek vital nasional yang bersifat strategis;
  - f. Melaksanakan tugas perdamaian dunia sesuai dengan kebijakan politik luar negeri;
  - g. Mengamankan Presiden dan Wakil Presiden beserta keluarganya;
  - h. Memberdayakan wilayah pertahanan dan kekuatan pendukungnya secara dini sesuai dengan sistem pertahanan semesta;
  - i. Membantu tugas pemerintahan di daerah;
  - j. Membantu Kepolisian Negara Republik Indonesia dalam rangka tugas keamanan dan ketertiban masyarakat yang diatur dalam undang-undang;
  - k. Membantu mengamankan tamu negara setingkat kepala negara dan perwakilan pemerintah asing yang sedang berada di Indonesia;
  - l. Membantu menanggulangi akibat bencana alam, pengungsian dan pemberian bantuan kemanusiaan;
  - m. Membantu pencarian dan pertolongan dalam kecelakaan (*search and rescue*); serta

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- n. Membantu pemerintah dalam pengamanan pelayaran dan penerbangan terhadap pembajakan, perompakan, dan penyelundupan.

1

Dijelaskan dalam Undang-undang tersebut bahwa pertahanan negara adalah “Segala usaha untuk menegakkan kedaulatan negara, mempertahankan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia dan keselamatan segenap bangsa dari ancaman militer serta ancaman bersenjata terhadap keutuhan bangsa dan Negara” ( UU no 34 tahun 2004 ) dengan demikian tugas TNI tidaklah ringan, sehingga diperlukan penyiapan personel secara fisik harus mampu menghadapi medan tugas dan secara mental dituntut untuk memiliki daya juang yang tinggi, maupun penguasaan materiil ( persenjataan ) agar tidak salah dalam penggunaan dan peruntukannya. Termasuk dimuat dalam undang-undang tersebut peran dan fungsi tiap angkatan. Angkatan Darat merupakan bagian dari Tentara Nasional Indonesia yang memiliki tugas pokok:

- a. Melaksanakan tugas TNI matra darat di bidang pertahanan;
- b. Melaksanakan tugas TNI dalam menjaga keamanan wilayah perbatasan darat dengan negara lain;
- c. Melaksanakan tugas TNI dalam pembangunan dan pengembangan kekuatan matra darat; dan
- d. Melaksanakan pemberdayaan wilayah pertahanan di darat.(Undang-undang no 34 th 2004 tentang TNI pasal 7 ayat 2)

Angkatan darat memiliki fungsi dalam menjalankan tugasnya yaitu kecabangan yang dibedakan menjadi tiga belas kecabangan yaitu : (1)Infanteri,

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

(2) Arteleri, (3) Kavaleri, (4) Arhanud, (5) Zeni, (6) Perbekalan dan angkutan, (7)Peralatan,(8) Perhubungan, (9) Hukum,(10) Kedokteran,(11) Penerbangan, (12) POM (13) Ajudan Jenderal ( Doktrin AD Kartika Eka Paksi). Ketiga belas kecabangan ini dipisahkan menjadi tiga bagian yaitu satuan tempur (Infanteri), satuan bantuan tempur dan satuan bantuan administrasi (Non Infanteri).

Dihadapkan tugas pokok TNI AD dengan kondisi wilayah darat Indonesia yang sangat variatif dari pegunungan, lembah, padang rumput, rawa, hutan tropis dan masih banyak lagi bentuk medan lainnya, utamanya bagi satuan tempur yang menggunakan kemampuan fisik sebagai salah satu faktor yang menentukan dalam menyelesaikan tugas yaitu mencari, mendekati dan menghancurkan musuh dengan berjalan kaki, sehingga dibutuhkan kondisi fisik atau tingkat kesegaran jasmani prajurit yang baik sesuai norma yang ditentukan oleh Institusi tersebut demi tercapainya tugas pokok.

Dalam rangka memenuhi kebutuhan personel sesuai dengan tingkat kecakapan dan pemenuhan jabatan pada wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia, Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat melakukan rekrutmen dari warga Negara sipil untuk dijadikan militer dan dari militer yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan jabatan. Pada pendidikan pertama maupun pendidikan pembentukan prajurit TNI AD di lembaga pendidikan manapun selalu dibarengi dengan pembentukan fisik yang program latihannya menyesuaikan jabatan dan kebutuhan penggunaan satuan berikutnya, contoh untuk pendidikan pembentukan perwira aspek jasmani sangat

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

berpengaruh, jika siswa nilai akhir jasmaninya kurang dari 65 (sesuai standard) dapat dipastikan siswa tersebut tidak lulus, walaupun aspek kepribadian (afektif) dan pengetahuan (kognitif) siswa tersebut tinggi atau sudah memenuhi syarat kelulusan. Apalagi jenis pendidikan untuk pemenuhan jabatan sampai setingkat Komandan batalyon aspek fisik harus memenuhi norma yang telah ditetapkan (Buku petunjuk lapangan TNI AD tentang Pembinaan Kesemaptan Jasmani Personel TNI AD).

Seleksi masuk pendidikan penerimaan calon siswa yang berasal dari prajurit TNI AD sesuai dengan macam, bentuk dan tingkat pendidikannya yaitu untuk pendidikan pembentukan bintanga maupun perwira TNI AD dengan persyaratan fisik seperti yang tertuang pada Bujuklap TNI AD tentang Pembinaan Kesemaptan Jasmani Personel TNI AD (Skep : 884 / IX / 1986 : 20) sebagai berikut :

1. Postur tubuh minimal klasifikasi normal
2. Kesegaran jasmani minimal klasifikasi baik (nilai dari satuan sebelumnya)
3. Ketangkasan minimal klasifikasi “dapat”

Sedangkan persyaratan kesemaptan jasmani dalam jabatan Komandan di satuan TNI AD secara fisik (Skep : 884 / IX / 1986 : 20) sebagai berikut:

1. Postur tubuh dengan klasifikasi “harmonis”
2. Kesegaran jasmani dengan klasifikasi “baik” (nilai dari satuan sampai dengan tingkat Danyon)
3. Ketangkasan jasmani militer dengan klasifikasi
  - a). Untuk satpur / banpur “cakap”
  - b). Untuk satbanmin minimal “dapat”

Dari uraian diatas menurut penulis bahwa kesegaran jasmani kedudukannya sangat penting bagi prajurit apalagi untuk jabatan Komandan, seperti halnya Secapaad yang membentuk perwira dengan jabatan setingkat Komandan Peleton, mutlak memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik sehingga lebih efektif dalam mencapai tugas pokoknya.

Menurut Barrow (1983) yang dikutip oleh Supardi (1991 : 36) bahwa

Kekurangan gerak atau kekurangan keterlibatan secara aktif dalam olahraga dapat menyebabkan derajat kebugaran jasmani yang rendah kebugaran yang sempurna adalah suatu keadaan yang tidak hanya bebas dari penyakit, namun juga memiliki tingkat kebugaran yang optimal yakni suatu kondisi seseorang dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari tanpa kelelahan yang berlebihan serta mempunyai cadangan kemampuan untuk hal yang bersifat gawat darurat.

Lebih lanjut Widaninggar (2003 :1) mengemukakan bahwa “ Kesegaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti”.

Pengertian jasmani menurut Lutan (1991: 7) yang terkait dengan kesehatan adalah “ Kemampuan seseorang untuk melakukan tugas fisik yang memerlukan kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas”. Kebugaran itu dicapai dari kombinasi dan latihan teratur dan kemampuan yang melekat pada seseorang (kebugaran terkait dengan performa agilitas keseimbangan , koordinasi kecepatan, power dan waktu reaksi. Komponen kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan adalah

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



kemampuan aerobik, kekuatan otot, daya tahan otot, fleksibilitas dan komposisi tubuh yang terkait dengan kegiatan kesehatan.

Komponen kebugaran jasmani dibagi ke dalam beberapa bagian, yang dikemukakan oleh Moeloek (1984 : 3) bahwa kebugaran jasmani terdiri atas :

- 1). Daya tahan (*endurance*).
- 2). Kekuatan otot (*muscle strength*).
- 3). Tenaga ledak otot (*muscle explosive power*).
- 4). Kecepatan (*speed*).
- 5). Ketangkasan (*agility*).
- 6). Kelentukan (*flexibility*).
- 7). Kesimbangan (*balance*).
- 8). Kecepatan reaksi (*reaction time*).
- 9). Koordinasi (*coordination*).

Latihan beban adalah latihan-latihan yang sistematis dengan beban hanya dipakai sebagai alat untuk menambah kekuatan otot guna mencapai berbagai tujuan tertentu misalnya memperbaiki kondisi fisik, kesehatan, kekuatan, prestasi dalam cabang tertentu, menurut Harsono, (1988 : 185) manfaat latihan beban adalah sebagai berikut :

- 1). Meningkatkan massa otot yang berarti meningkatkan metabolisme basal yang digunakan untuk membakar kalori lebih 24 jam sehari.
- 2). Latihan beban memberikan energi.
- 3). Latihan beban memberikan dampak positif pada hampir semua cabang olahraga.
- 4). Latihan beban memperkuat tulang mengurangi resiko terkena osteoporosis.
- 5). Meningkatkan daya tahan otot.
- 6). Menurunkan tekanan darah istirahat.
- 7). Menurunkan resiko terkena diabetes pada orang dewasa
- 8). Meningkatkan tingkat kolestrol darah (HDL).
- 9). Memperbaiki postur tubuh.

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

10). Meningkatkan keseimbangan dan koordinasi.

Menurut Santoso Giriwijoyo (2004 : 21 ) menjelaskan sebagai berikut :

Kebugaran jasmani sesungguhnya adalah derajat sehat dinamis tertentu yang dapat menanggulangi tuntutan jasmani dalam melaksanakan tugas sehari-hari dengan selalu masih mempunyai cadangan kemampuan ( tidak lelah berlebihan untuk melakukan kegiatan fisik extra serta telah pulih kembali esok harinya menjelang tugas sehari-harinya lagi ).

Pembebanan fisik pada seseorang adalah sangat individual dan tergantung pada tugasnya, maka kebugaran jasmani yang dimilikinya harus sesuai dengan pembebanan dalam tugasnya, semakin berat tugas fisik yang harus dilakukannya semakin tinggi juga kebugaran jasmani yang harus dimilikinya.

Manfaat kebugaran jasmani bagi tubuh antara lain dapat mencegah berbagai penyakit seperti jantung, pembuluh darah dan paru-paru sehingga meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan jasmani yang bugar hidup menjadi semangat dan menyenangkan. Berdasarkan konsep kebugaran jasmani tersebut, maka kebugaran jasmani yang dibutuhkan setiap orang sangat berbeda tergantung dari sifat tantangan fisik yang dihadapinya.

Di lingkungan Angkatan Darat penelitian yang membahas tentang peningkatan kesegaran jasmani utamanya di lembaga pendidikan belum pernah dilakukan dengan menggunakan kajian secara ilmiah yang khusus bagi lembaga pendidikan, selama ini menggunakan pengalaman dan kebijaksanaan dari Komando melalui buku petunjuk serta program latihan yang didasarkan dari turun temurun. Namun pada penelitian

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sebelumnya di kalangan akademis yang berkaitan dengan kebugaran jasmani adalah pengaruh senam aerobik dan permainan bola basket terhadap kebugaran jasmani, konsentrasi, dan prestasi akademik, yang menyimpulkan bahwa siswa yang diberi perlakuan senam aerobik terdapat peningkatan kebugaran jasmaninya signifikan dari pada yang tidak diberi perlakuan. Kemudian penelitian yang berkaitan dengan daya juang adalah korelasi antara daya juang terhadap motivasi belajar dan korelasi daya juang terhadap prestasi akademik yang menyimpulkan bahwa semakin tinggi daya juangnya semakin tinggi motivasi belajarnya, semakin rendah daya juangnya semakin rendah juga motivasi belajarnya. Sama halnya dengan prestasi akademik, semakin tinggi daya juangnya siswa semakin tinggi prestasi akademiknya.

Penelitian-penelitian sebelumnya di lingkungan TNI AD yang berkaitan dengan masalah kebugaran jasmani lebih mengarah kepada pengaruh latihan lari (aerobik) terhadap kebugaran jasmani, dan belum ada penelitian yang mengungkapkan tentang latihan dengan menggunakan beban yang berupa beban ransel beserta perlengkapan militer lainnya dan tanpa beban terhadap kebugaran jasmani sehingga peneliti perlu melanjutkan penelitian ini dengan obyek penelitian Perwira Siswa yang sedang melaksanakan pendidikan pada Diktukpa TNI AD di Secapaad.

Menurut data Departemen Jasmani pada saat dilakukan tes awal tahun 2008 - 2011 siswa yang masuk ke Secapaad, ditemukan antara 20% sampai dengan 30% tidak memiliki kebugaran jasmani yang sesuai dengan standard . Tahun 2008 terdapat

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kebugaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



0,82% siswa katagori BS, 62,87% siswa katagori B, 35,80%siswa katagori C,dan 0,51% siswa katagori K. Tahun 2009 terdapat 1,95% siswa katagori BS, 65,9% siswa katagori B, 31,53 siswa katagori C, dan 0,69% siswa katagori K. Tahun 2010 terdapat 2,4% siswa katagori BS, 71,7% siswa katagori B, 24,7% siswa katagori C,dan 0,3 siswa katagori K. Tahun 2011 terdapat 3,0% siswa katagori BS, 88,6% siswa katagori B, 7,8% siswa katagori C dan 0,4% siswa katagori K . Dari kondisi seperti ini menandakan bahwa belum semua siswa memiliki kesegaran jasmani seperti yang ditentukan sehingga para siswa harus mengikuti tes ulang kesegaran jasmaninya. Oleh karena itu peneliti berupaya untuk mengembangkan metode latihan yang sudah ada dengan metoda yang lain untuk meningkatkan kesegaran jasmani siswa sesuai dengan prinsip-prinsip latihan yang benar. Selama ini bimbingan dan pengasuhan jasmani yang dilakukan di Secapaad menggunakan metode beban yang menempel di perlengkapan siswa antara lain ransel, kopelrem, veples, senjata dan yang lainnya yang berat beban tersebut mencapai 15 kg, dan pada saat latihan lari dilakukan secara bersama-sama dalam satu kelompok barisan hubungan peleton atau kompi bahkan batalyon yang antara satu kelompok dengan kelompok yang lain tidak boleh mendahului, sehingga mereka yang memiliki kemampuan larinya lebih baik tidak bisa mendahului rekan di depannya.

Rendahnya tingkat kesegaran jasmani sebagian siswa Secapaad tersebut akan dapat menimbulkan dampak terhadap kurang optimalnya siswa selama mengikuti pendidikan, bahkan bagi siswa sendiri akan menyulitkan dirinya untuk mengikuti

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

materi pelajaran jasmani atau materi praktek lapangan lainnya, dan pada akhirnya bisa menyebabkan tidak lulus dalam pendidikan.

Dihadapkan dengan tugas pokok dan jabatan serta tingkat kepangkatannya (*Perwira Pertama*), bagi perwira pertama yang terjun langsung dilapangan, dengan memiliki kesegaran jasmani rendah akan mengalami kesulitan menjalankan tugasnya, sehingga jika dalam satu Batalyon, unsur pimpinan setingkat Danton ataupun perwira pertama tidak memiliki kesegaran jasmani yang standard dapat dipastikan akan menghambat pergerakan pasukan saat melakukan *manuver* penyerangan, akibatnya adalah kekalahan dalam pertempuran.

Pendidikan pembentukan Perwira Angkatan Darat dari kecabangan apapun baik yang bersumber dari Akademi Militer (Akmil), Sekolah Perwira Karier (Sepa PK), dan Sekolah Calon Perwira (Secapa) semuanya dibentuk dengan program pendidikan yang sama pada bidang jasmaninya. Namun dari hasil *rekrutmen* yang dilaksanakan oleh panitia seleksi tidak semua calon siswa memiliki tingkat kesegaran jasmani yang sama karena dengan alasan bahwa pemenuhan jabatan yang kosong harus terisi, sehingga banyak diantara calon siswa Secapaad dilihat dari aspek jasmaninya belum memenuhi persyaratan yang ditetapkan. Berawal dari uraian tersebut maka pada saat calon siswa dinyatakan diterima sebagai siswa Secapaad, pembina dan pelatih segera melakukan tes awal untuk mengambil data kesegaran jasmani dan selanjutnya diadakan pembinaan fisik yang bertujuan untuk memenuhi standard kesegaran jasmaninya dengan cara dilakukan bimbingan dan pengasuhan jasmani

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

seperti yang diprogramkan oleh Resimen sebagai Pembina bagi siswa yang menempuh pendidikan di Secapaad. Bimbingan dan pengasuhan jasmani yang dilakukan adalah seperti terlampir dalam program Bimsuh

Di Secapaad seluruh calon perwira baik dari kecabangan apapun diberlakukan sama dalam pembinaan jasmaninya. Pembinaan dilakukan secara rutin, terencana, dan terprogram. Menurut Bujuklap TNI AD tentang Pembinaan Kesamaptaan Jasmani Personel TNI AD 1986: 26 bahwa :

Pada pelaksanaan latihan perorangan membentuk sikap dititik beratkan pada latihan kekuatan otot, pembentukan sikap dan gerak. Kesamaptaan jasmani dasar (Kesegaran jasmani) dengan menggunakan program kesegaran jasmani prajurit TNI-AD frekwensi latihan perminggu 3-5 kali. Ketangkasan jasmani militer yaitu kecakapan khusus jasmani militer yang selalu dibutuhkan dalam operasi ( Satpur / Banpur dan Banmin). Olahraga dilakukan untuk menunjang kemampuan perorangan dan satuan serta mendukung aspek sosial.

Hal ini dimaksudkan agar keluaran dari sekolah perwira tersebut memiliki tingkat kesegaran jasmani (garjas) yang tidak jauh berbeda antara perwira yang satu dengan yang lainnya.

Aspek jasmani pada pendidikan militer selalu menjadi penekanan utamanya sampai pada pendidikan setingkat Komandan Batalyon, karena sampai setingkat jabatan tersebut sangat diperlukan tingkat kemampuan fisiknya, jika seorang Komandan memiliki tingkat kesegaran jasmani baik akan berdampak positif pada aspek psikis dan sosialnya, menurut Bujuklap TNI AD tentang Pembinaan Kesamaptaan Jasmani Personel TNI AD (1986 : 13) yaitu :

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Kepercayaan diri yang kuat
2. Menimbulkan kepuasan dan kenikmatan dalam menjalani karirnya
3. Komunikasi sosial yang serasi
4. Meningkatkan derajat kesehatan
5. Meningkatkan kesejahteraan dan moral
6. Meningkatkan kewibawaan.

Norma Garjas 2011 : B 163 pada pendidikan pembentukan calon perwira yang dididik oleh Secapaad, pada aspek jasmani dalam *Tripola dasar* memiliki bobot nilai 10% namun jika nilai kesegaran jasmaninya tidak memenuhi standard dipastikan bahwa siswa yang mengikuti pendidikan tersebut tidak akan lulus, serta tidak berhak menggunakan pangkat *Letnan dua* sebagai seorang perwira pertama dengan jabatan setingkat Komandan Peleton dan selanjutnya mengikuti pendidikan dasar kecabangan. Semua siswa selama pendidikan diperlakukan sama kecuali bagi siswa yang sakit atau mendapat ijin dari dokter karena alasan kesehatan, namun adanya perlakuan yang sama dan seleksi yang sama, dengan anggapan bahwa latihan yang diberikan pada taraf pembentukan yaitu berlangsung selama 28 minggu ( $\pm$  7 bulan) akan meningkatkan kesegaran jasmani siswa, karena selain melaksanakan lari 2700 meter pagi hari dan 2700 meter malam hari, siswa juga menggunakan PDLT dengan beban seberat 15 kg, dengan demikian dianggap bahwa tingkat kesegaran jasmani mereka semakin meningkat dengan menggunakan beban, hal tersebut harus dibuktikan terlebih dahulu. Dengan kata lain dari uraian diatas bahwa kesegaran jasmani merupakan persyaratan pokok bagi seorang prajurit, sehingga akan memperpanjang usia pakai dalam jabatan yang ditempatinya.

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Berkaitan dengan padatnya kegiatan yang dijadwalkan maupun yang tidak terjadwalkan oleh lembaga seorang perwira siswa harus mampu menyelesaikan pendidikannya dalam waktu yang telah ditetapkan ( 7 bulan ). Padatnya kegiatan tersebut jika tidak dibarengi dengan daya juang yang tinggi akan menghambat pencapaian tujuan, suatu contoh perwira siswa A, pada taraf kedua selama 2 bulan telah mengikuti 23 materi pelajaran, dari 23 materi pelajaran tersebut dia tidak lulus 8 materi pelajaran, sehingga harus mengulang evaluasinya, padahal kegiatan perwira siswa sampai jam 17.30 ( Kurikuler ) dan berakhir sampai jam 23.00 (Bimbingan dan Pengasuhan). Perwira siswa A tersebut belum lagi mengerjakan tugas-tugas yang dibebankan oleh pembibingnya, jika terdapat kesalahan masih mendapat tindakan disiplin. Perwira siswa A juga harus mengatur jadwal belajarnya untuk memperbaiki nilai yang tidak lulus. Menjelang pagi hari jam 03.30 bangun pagi untuk menyiapkan diri ke tempat ibadah, kegiatan protokoler dan seterusnya. Kegiatan tersebut dapat berjalan dengan lancar dan tidak terhambat jika perwira siswa A tersebut tidak terkena dinas dalam ( *Piket* ), jika perwira siswa A terkena piket kemungkinan jadwal belajar dan pembinaan fisik akan terganggu. Apalagi perwira siswa A kondisi kesegaran jasmaninya belum memenuhi standard, dapat dipastikan akan lebih sulit dan berat dalam menjalani masa pendidikannya.

Dari ilustrasi di atas menggambarkan kesulitan perwira siswa untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan kondisi dari sebelum pendidikan dan selama masa pendidikan, tetapi tugas dan kewajibannya sebagai seorang perwira

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



siswa, menuntut tetap memiliki kemampuan untuk menghadapi berbagai macam tantangan dan hambatan yang ada, guna mencapai hasil atau tujuan, dan harus didukung oleh daya juang individu. Seseorang yang memiliki daya juang kemungkinan mampu bertahan dalam situasi yang paling sulit sekalipun, begitu juga dengan seorang perwira siswa dan kemungkinan dia dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai. Perwira siswa yang memiliki daya juang kemungkinan akan tetap terus bergerak maju mencapai tujuan di tengah situasi dan kondisi yang sulit sekalipun. Perwira siswa akan berjuang untuk mendapatkan tujuan dan tidak akan berhenti berusaha sebelum tujuan mereka tercapai.

Kemampuan untuk bertahan dalam kondisi penuh tekanan dan menanggulangi persoalan sehingga dapat mencapai kesuksesan seperti yang dilakukan oleh perwira siswa A tersebut dinyatakan oleh Stoltz (2000) dengan *Adversity Quotient* atau daya juang. Menurut Stoltz (2000) daya juang bukan satu-satunya kemampuan yang dibutuhkan individu untuk meraih kesuksesan, tetapi merupakan kemampuan terpenting dalam usaha meraih kesuksesan hidup. Stoltz menyatakan bahwa daya juang membuat individu mampu memandang situasi yang sulit sebagai keadaan yang selalu dapat diatasi. Setiap kesulitan merupakan tantangan, setiap tantangan merupakan peluang, dan setiap peluang harus disambut. Kebanyakan orang yang berhadapan dengan kesulitan akan berhenti sebelum tenaga dan batas kemampuan orang tersebut sungguh-sungguh teruji. Orang mudah menyerah pada situasi yang sulit, padahal menurut Stoltz (2000 : 6) “ Individu mampu mencapai tujuan hidupnya

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

jika individu tersebut mau terus bergerak maju ke depan walau terdapat berbagai rintangan atau bentuk-bentuk kesengsaraan lain”.

## **B. Identifikasi Masalah.**

Kesegaran jasmani merupakan salah satu persyaratan yang menentukan diterima atau tidaknya calon prajurit siswa dalam mengikuti pendidikan militer dan harus dipenuhi sesuai standard ketentuan TNI AD maupun dilembaga pendidikannya. Program latihan telah dilakukan untuk meningkatkan kemampuan siswanya, mengingat skor pada penilaian akhir kesegaran jasmani merupakan salah satu sebab yang sangat menentukan lulus tidaknya seorang siswa dalam mengikuti pendidikan.

Metoda latihan untuk meningkatkan kesegaran jasmani yang telah dilakukan secara umum pada pendidikan militer yaitu menggunakan beban ransel PDLT, namun peneliti melihat ketika para siswa melakukan kegiatan lari menggunakan beban ransel PDLT, mereka sepertinya bermalas-malasan tanpa memiliki daya juang untuk meningkatkan kemampuan kesegaran jasmaninya, karena sudah merasa dirinya diterima sebagai siswa di Secapaad. Menurut Giriwijoyo ( 2010 : 205 ) bahwa

Latihan otot untuk meningkatkan kemampuan fungsional otot perlu menggunakan beban yang berupa berat badan sendiri ( berat beban internal ) atau beban yang berasal dari luar ( beban external ). Pemberian beban harus fisiologis yaitu sesuai dengan kemampuan yang dimiliki atlet pada saat akan menjalani pelatihan sesuai dengan tujuan pelatihan dan juga harus sesuai dengan cabang olahraganya.

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa peningkatan kebugaran jasmani pada siswa memerlukan program latihan yang benar dan sesuai dengan prinsip-prinsip latihan. Latihan fisik yang menggunakan beban maupun yang tidak, keduanya memiliki peran yang penting dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani. Namun pada saat ini pengaruh dari kedua bentuk latihan tersebut (menggunakan beban ransel dan yang tanpa beban) berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmaninya belum diketahui secara jelas.

### **C. Rumusan Masalah.**

Berdasarkan uraian pada latar belakang penelitian tersebut dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metoda PDLT berbeban dengan tanpa beban terhadap kebugaran jasmani pada perwira siswa Secapaad?
2. Apakah terdapat interaksi bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metoda (PDLT) berbeban dan tanpa beban dengan daya juang terhadap kebugaran jasmani pada perwira siswa Secapaad ?
3. Apakah terdapat pengaruh antara bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metoda (PDLT) berbeban dengan tanpa beban terhadap kebugaran jasmani pada perwira siswa Secapaad yang memiliki daya juang tinggi ?

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kebugaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4. Apakah terdapat pengaruh antara bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metoda (PDLT) berbeban dengan tanpa beban terhadap kesegaran jasmani pada perwira siswa Secapaad yang memiliki daya juang rendah?

#### **D. Tujuan Penelitian.**

Mengacu pada rumusan masalah yang diajukan, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan umum. Diharapkan dalam penelitian ini dapat mendeskripsikan tentang pengaruh bimbingan dan pengasuhan jasmani menggunakan metoda PDLT berbeban dengan yang tanpa beban terhadap siswa yang memiliki daya juang rendah dan tinggi terhadap kesegaran jasmaninya.
2. Tujuan khusus. Yang menjadi tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:
  - a. Meneliti perbedaan pengaruh bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metode PDLT berbeban dan tanpa beban pada perwira siswa Secapaad terhadap kesegaran jasmani.
  - b. Meneliti interaksi antara bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metode (PDLT) berbeban dan tanpa beban dengan perwira siswa Secapaad yang memiliki daya juang terhadap kesegaran jasmani.

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- c. Meneliti pengaruh bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metode PDLT berbeban dengan tanpa beban terhadap kesegaran jasmani pada perwira siswa Secapaad yang memiliki daya juang tinggi.
- d. Meneliti pengaruh bimbingan pengasuhan jasmani menggunakan metode PDLT berbeban dengan tanpa beban terhadap kesegaran jasmani pada perwira siswa Secapaad yang memiliki daya juang rendah.

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

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, bahan masukan dan pertimbangan Komando atas dalam mengambil kebijaksanaan di satuan khususnya pada bidang jasmani prajuritnya serta bagi penelitian di masa yang akan datang. Adapun manfaat yang bisa diambil dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis
  - a. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi satuan tentang pentingnya melatih kesegaran jasmani terhadap anggota di satuannya dengan menggunakan metode dan prinsip-prinsip latihan yang benar.
  - b. Sebagai bahan referensi untuk mengembangkan program di satuan utamanya pada pembinaan jasmani periodik.
  - c. Sebagai bahan pertimbangan Komandan untuk menentukan kebijakan dalam hal pembinaan jasmani satuan.

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



2. Secara praktis.
  - a. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai motivator di satuan.
  - b. Lebih menggiatkan prajurit dalam meningkatkan kebugaran jasmaninya.
  - c. Menunjang tercapainya tugas pokok maupun tugas sehari-harinya.

**F. Batasan Penelitian.**

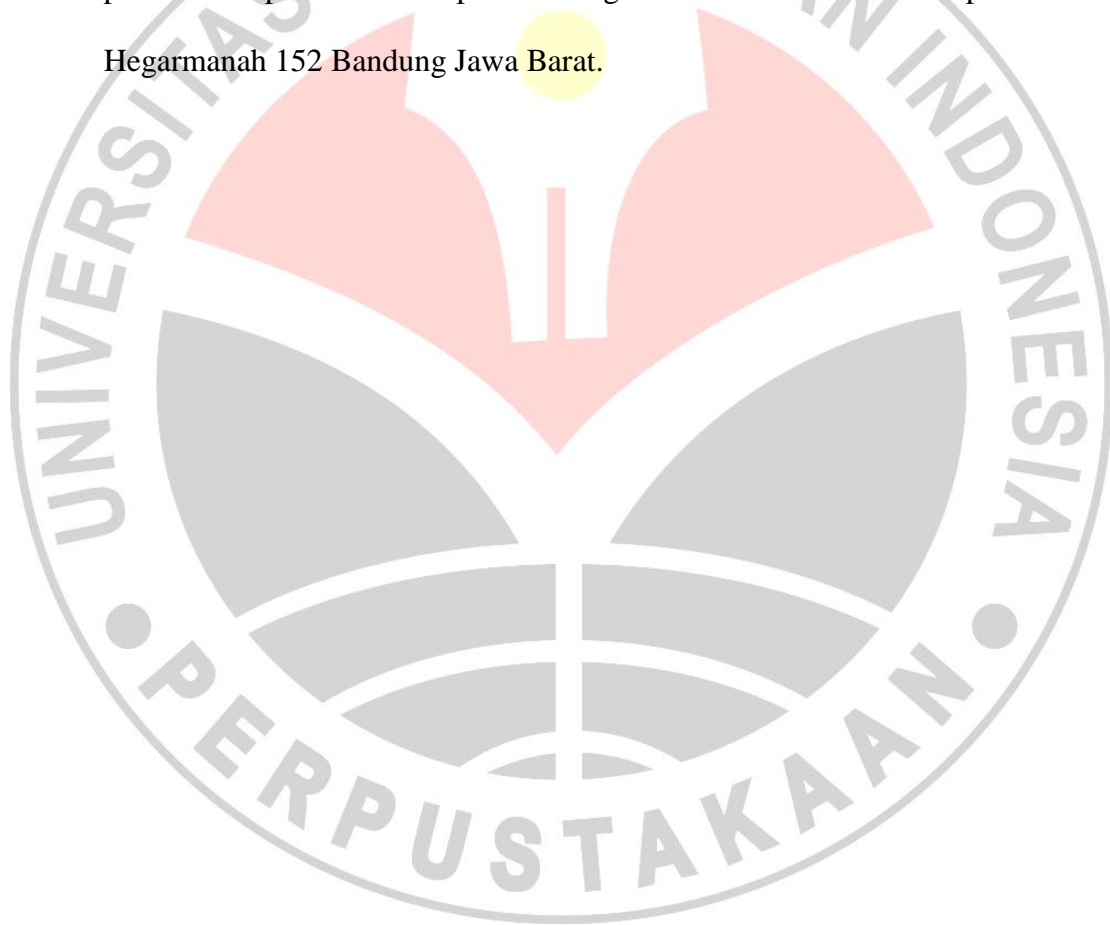
Berdasarkan uraian pada latar belakang penelitian tersebut agar tidak meluas dalam penelitiannya, maka perlu peneliti batasi dalam pembahasannya, sebagai berikut :

1. Variabel bebas pada penelitian ini meliputi : a) Metode (PDLT) berbeban dan b) Metode tanpa beban.
2. Variabel terikat pada penelitian ini adalah kebugaran jasmani.
3. Variabel moderator pada penelitian ini adalah daya juang dalam penelitian dibagi menjadi dua yaitu daya juang rendah dan daya juang tinggi.
4. Sobyek penelitian ini adalah Perwira Siswa (Pasis) berjumlah 531 berasal dari seluruh Indonesia yang lolos seleksi pusat, yang sedang melaksanakan pendidikan pembentukan perwira (Diktukpa) gelombang 1 TA.2012.
5. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 2 peleton yang terdiri atas 23 Pasis menggunakan metode ( PDLT ) berbeban dan 21 Pasis tanpa beban.

**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kebugaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

6. Kesegaran jasmani dalam penelitian ini mengacu pada definisi Giriwijoyo yang kemudian dijabarkan oleh Kodiklat TNI AD yang mencakup daya tahan umum, kekuatan otot lengan, kelincahan, dan daya tahan otot.
7. Secapaad adalah satu – satunya lembaga pendidikan pusat yang merupakan Badan Pelaksana Pusat ( Balakpus TNI AD) untuk menyelenggarakan pendidikan pembentukan perwira angkatan darat. Lokasi Secapaad di Jl Hegarmanah 152 Bandung Jawa Barat.



**Rudi Hanif Fanur Fatah, 2013**

Pengaruh Bimbingan Dan Pengasuhan Menggunakan Metode (PDLT) Berbeban Dan Tanda Beban Pada Pasis SECAPAAD Yang Berdaya Juang Terhadap Kesegaran Jasmani  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)