

**ANALISIS HASIL TES KESAMAPTAAN JASMANI PESERTA SELEKSI CALON  
BINTARA TENAGA KESEHATAN TNI AU ALUMNI POLTEKKES TNI AU  
ADISUTJIPTO YOGYAKARTA****Febriana Astuti<sup>1\*</sup>, Rafiastiana Capritasari<sup>2</sup>, Mintoro Sumego<sup>3</sup>, Temu Eko  
Hardjanto<sup>4</sup>**<sup>1-4</sup>Poltekkes TNI AU Adisutjipto

Email Korespondensi: febrianafarmasis@gmail.com

Disubmit: 27 Februari 2023

Diterima: 13 Maret 2023

Diterbitkan: 14 Maret 2023

DOI: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9424>**ABSTRACT**

*The connecting link between soldiers in the officer class who are leaders and enlisted soldiers who are executors of activities is the non-commissioned officer class soldiers. The preparedness test, which means ready to be alert in all conditions, is called aptitude. According to the Technical Guidelines for the Physical aptitude test in the Indonesian Air Force, the physical aptitude test is carried out to determine whether the physical condition of potential health worker non-commissioned officer selection participants meets the requirements as a member of the Indonesian Air Force. This study aimed to discover the physical abilities of prospective non-commissioned officers for health workers who were alumni of the Adisutjipto Air Force Health Polytechnic. This quantitative descriptive research in collecting data uses the aptitude test and survey measurement methods. The sampling technique used in this study is nonprobability sampling, which uses total sampling. Measurements and tests are used to collect data where the test consists of two tests, abilities A and B. The final results of the aptitude test were 11.43% of non-commissioned officer candidates for health workers who met the requirements/K1 with details of all being female, totaling four people and 88.57% who did not meet the requirements/K2, namely 23 women and 23 men. as many as eight people. Prospective non-commissioned officers for health workers alums of the Adisutjipto Air Force Poltekkes of 88.57% did not meet the requirements / K2 because they had never participated in welfare activities.*

**Keywords :** *Prospective Non-Commissioned Officers, Health Workers, Aptitude Test*

**ABSTRAK**

Mata rantai penghubung antara prajurit pada golongan perwira yang merupakan pimpinan dan prajurit tamtama yang merupakan pelaksana kegiatan adalah prajurit golongan bintara. Tes kesiapsiagaan yang bearti siap siaga dalam segala kondisi disebut dengan kesamaptan. Tes kesamaptan jasmani sesuai Petunjuk Teknis Tes kesamaptan Jasmani Di Lingkungan TNI AU dilakukkann untuk mengetahui kondisi jasmani calon peserta seleksi bintara tenaga kesehatan apakah memenuhi sarat sebagai anggota TNI AU. Tujuan dari penelitian ini adalah agar mengetahui kemampuan jasmani calon bintara tenaga kesehatan yang berasal dari alumni Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto. Penelitian deskriptif kuantitatif ini dalam mengumpulkan data menggunakan metode pengukuran tes kesamaptan dengan metode survey. Teknik sampling yang digunakan dalam

penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dengan teknik sampel menggunakan *sampling total*. Pengukuran dan tes digunakan untuk mengumpulkan data. Dimana tes terdiri atas dua tes yaitu kesamaptaaan A dan B. Hasil akhir tes kesamaptaaan terdapat sebesar 11,43% calon bintanga tenaga kesehatan yang memenuhi syarat/K1 dengan rincian seluruhnya berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 4 orang dan sebesar 88,57% yang tidak memenuhi syarat/K2 yaitu perempuan berjumlah 23 dan laki-laki berjumlah sebanyak 8 orang. Calon bintanga tenaga kesehatan alumni Poltekkes TNI AU Adisutjipto sebesar 88,57% tidak memenuhi syarat/K2 dikarenakan mereka belum pernah mengikuti kegiatan kesamaptaaan.

**Kata Kunci:** Calon Bintang, Tenaga Kesehatan, Tes Kesamaptaaan

## PENDAHULUAN

Kegiatan penerimaan Calon bintanga TNI AU adalah kegiatan penyediaan tenaga (Diaga) prajurit merupakan bagian dari pembinaan prajurit TNI AU. Proses penerimaannya dilaksanakan oleh Markas Besar TNI AU (MABES TNI AU) dengan tujuan untuk mendapatkan calon sesuai dengan kriteria yang telah ada dan telah ditentukan tanpa mengurangi kualitas serta kuantitas rekrutmen atau hasil seleksi.

Salah satu upaya pembinaan kesehatan adalah dengan melaksanakan kegiatan uji kesamaptaaan jasmani bagi calon personel TNI AU atau Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara, hal tersebut merupakan upaya untuk mendapatkan personel dengan derajat kesehatan yang baik pada saat rekrutmen personel TNI AU.

Mata rantai penghubung antara prajurit golongan perwira yang merupakan pimpinan dan prajurit pelaksana kegiatan atau tamtama adalah pajurit golongan bintanga. Dalam Pendidikan bintanga haruslah menumbuhkan iklim yang merupakan dorongan atau rangsangan bagi prajurit bintanga untuk berkembang sesuai dengan minat, ciri pribadi, bakat, kemampuan, selain itu juga diharapkan dapat menumbuhkan rasa setia kawan dan semangat Kerjasama (MABES TNI AU, 2019).

Kesamaptaaan berasal dari kata samapta yang berarti siap siaga.

Dengan kata lain kesamaptaaan berarti kesiapsiagaan dalam segala kondisi (Sujarwo, 2017). Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa kesmaptaaan adalah keadaan dimana suatu individu siap siaga baik secara mental, emosional dan fisik menghadapi segala kondisi dan situasi kerja yang berbeda-beda.

Tes kesamaptaaan jasmani sesuai Petunjuk Teknis Tes Kesamaptaaan Jasmani Di Lingkungan TNI AU bertujuan untuk mengetahui kondisi jasmani calon peserta seleksi bintanga tenaga kesehatan apakah memenuhi sarat sebagai anggota TNI AU.

Proses seleksi dan penerimaan merupakan proses yang penting dalam menyeleksi bintanga tenaga Kesehatan TNI AU. Dengan adanya proses seleksi dan proses penerimaan ini akan berefek pada perkembangan TNI AU kedepannya. Terutama dalam meningkatkan kualitas da memperoleh sumberdaya yang lebih baik. Dari penjelasan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ analisis hasil tes kesamaptaaan jasmani peserta seleksi calon bintanga tenaga kesehatan TNI AU tahun 2022.

Penelitian ini berujuan untuk mengetahui tingkat kesamaptaaan jasmani alumni poltekkes tni au adsutjipto Yogyakarta yang mengikuti seleksi penerimaan calon Bintang Tenaga Kesehatan TNI AU oleh Markas Besar TNI AU (MABES TNI AU).

## KAJIAN PUSTAKA

Kegiatan yang membuat penilaian terkait dengan kelayakan suatu implementasi, perencanaan dan hasil dari suatu kebijakan atau program disebut dengan evaluasi (Ali, 2003). Evaluasi akan berdampak pada perkembangan kesamaptaaan jasmani dari anggota, hal ini sesuai dengan masalah dalam hasil dari kondisi kesamaptaaan jasmani. Kemampuan untuk menyelesaikan tugas sehari-hari tanpa kelelahan dan dengan mudah yang artinya masih dapat menikmati waktu luang dan dalam keadaan darurat juga mampu melakukan pekerjaan yang tak terduga disebut dengan kesamaptaaan Kockey (Sumarjo, 2002).

Tes kesamaptaaan jasmani merupakan alat untuk mengukur kemampuan jasmani bagi prajurit, pegawai negeri sipil, dan calon prajurit. Tes kesamaptaaan jasmani adalah tes yang terdiri dari baterai kesamaptaaan "A" berupalari 12 menit dan baterai tes kesamaptaaan jasmani "B" berupa tes Shuttle run, push up, sit up dan pull up bagi pria serta *chinning* modifikasi *sit up*, modifikasi shuttle run dan push up pada perempuan.

Berlari mengelilingi lintasan atletik dengan ukuran 400 meter dilakukan selama 12 menit. Pada peserta laki-laki setidaknya harus mencapai 2400 meter atau 6 kali putaran dalam waktu 12 menit. Sedangkan untuk perempuan setidaknya 2000 meter atau 5 kali putaran. Untuk mencapai hasil tersebut peserta perlu melakukan latihan lari secara bertahap dan rutin.

Laki-laki melakukan pull up sedangkan perempuan melakukan *chinning*. Latihan pull up yang dilakukan oleh peserta pria dilakukan dengan bergantung dan berpegangan di tiang vertical kemudian badan ditarik keatas

sampai dagu dan melalui tiang kemudian Kembali lagi turun perlahan-lahan sampai posisi tangan lurus. Dalam pull up indicator keberhasilannya adalah dapat melakukan Gerakan tersebut dengan sempurna sebanyak 10 kali. Sedikit tetapi sempurna lebih baik daripada jumlahnya banyak namun tidak sempurna. Sedangkan *chinning* untuk perempuan dilakukan dengan cara berdiri didepan iang mendatar, dengan kaki tetap menginjah tanah, tangan memegang pegangan tiang. Kemudian peserta dapat menggerakkan badannya ke belakang dan ditarik kedepan dalam posisi tegak dan Kembali laki kebelakang, kemudian ditarik Kembali. Untuk indicator keberhasilan dalam latihan *chinning* yaitu Gerakan dilakukan dengan sempurna sebanyak 20 kali.

Sit up dilakukan dengan posisi tidur kemudian kedua kaki ditekuk rapat dan dilakukan gerakan duduk bangun. Tangan kemudian berada di posisi dibelakang kepala dan dianyam, kemudian saat bangun diusahakan untuk bisa mencium lutut. Gerakan ini dilakukan minimal 35 kali pada laki-laki dan 30 kali untuk perempuan dengan indicator keberhasilan sit up yaitu dapat melakukan gerakan dalam waktu maksimal 1 menit atau tidak lebih. Latihan ini memiliki tujuan untuk memperkuat otot perut dan kelenturan.

Sedangkan pus up dilakukan dalam posisi telungkup dan Gerakan naik urun dilakukan dengan kedua kaki dan tangan menjadi tumpuan. Pada perempuan lutut menjadi tumpuan, sedangkan pada laki-laki ujung kakilah yang menjadi tumpuan. Pada saat turun badan tidak menyentuh tanah dan saat naik tangan Kembali ke posisi lurus. Gerakan ini dilakukan minimal 35 kali pada laki-laki. Lakukan gerakan ini minimal 30 kali pada perempuan dan 35 kali untuk laki-laki dengan

indicator keberhasilan yaitu peserta dapat melakukan keseluruhan Gerakan dengan waktu maksimal 1 menit atau tidak lebih.

Lari membentuk angka 8 diantara dua buah tiang dengan jarak 10 meter atau disebut dengan shuttle run. Shuttle run dilakukan sebanyak 3 kali putaran sampai Kembali ke start atau tempat semula. Tujuan dari Latihan ini adalah untuk mengukur kelincahan dan akselerasi dari peserta. Dimana Indikator keberhasilannya yaitu para peserta dapat melakukan seluruh Gerakan dengan waktu maksimal 20 detik atau tidak lebih dari itu.

TNI Angkatan Udara atau TNI AU merupakan Tantara Nasional Indonesia Angkatan Udara yang memiliki tanggung jawab dalam operasi pertahanan Negara Republik Indonesia di udara. Prajurit TNI AU merupakan warga negara Indonesia yang memenuhi syarat yang mengabdikan diri dalam dinas keprajuritan dan sesuai dengan perundang-undangan serta diangkat oleh pejabat yang berwenang. Bintara TNI AU merupakan golongan kepangkatan prajurit yang ada di bawah TNI AU (*Undang-Undang Nomor 34 Tahun 2004 Tentang Tentara Nasional Indonesia. Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 127 Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4439, 2004*).

#### **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian deskriptif kuantitatif ini menggunakan Teknik pengukuran tes kesamaptaan dan metode survey dengan populasi penelitian yaitu peserta seleksi bintara tenaga kesehatan TNI AU yang merupakan alumni dari

Poltekkes TNI AU Adisutjipto yang berjumlah 35 peserta. Nonprobability sampling merupakan Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini dimana menggunakan sampling total. Penggunaan sampling total dikarenakan jumlah populasi dibawah seratus sehingga semua populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2020). Survey digunakan sebagai metode penelitian dalam studi ini, kemudian dalam mengumpulkan data menggunakan pengukuran dan juga tes. Terdapat dua jenis tes yaitu tes kesamaptaan A dan Tes kesamaptaan B. Dengan klasifikasi sebagai berikut: Tes kesamaptaan A dalam bentuk lari dalam waktu 12 menit, sedangkan Kesamaptaan B terdiri atas shuttle run, push up, sit up dan juga pull up yang bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik dari peserta. Kemudian norma dalam penilaiannya terdiri dari 4 kategori yaitu kategori I (Baik sekali) nilai akhir 81,00-100; kategori II (Baik) nilai akhir 61,00-80,99; kategori III (cukup) nilai akhir 41,00-60,99; kategori IV (kurang) nilai akhir 21,00-40,99; kategori V (kurang sekali) nilai akhir <21 (MABES TNI AU, 2019). Norma batas lulus pada tes kesamaptaan terdiri dari tiga kategori yaitu memenuhi syarat (MS) nilai >41, Pertimbangan/K-1 nilai 21 s.d. 40, tidak memenuhi syarat (TMS)/K-2 nilai < 20. Penelitian ini menggunakan Teknik analisis data yaitu deskriptif kualitatif dalam analisis data menggunakan analisis perhitungan yang akan menunjukkan hasil presentase capaian yang kemudian akan dijelaskan dengan menggunakan kalimat.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Usia (tahun)		
20	3	8.6
21	9	25.7
22	16	45.7
23	6	17.1
24	1	2.9
25	3	8.6
Jenis Kelamin		
Laki - laki	8	22.9
Perempuan	27	77,1
Program Studi		
Farmasi	15	42.9
Gizi	7	20.0
Radiologi	13	37.1

Dari hasil klasifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, dapat diketahui bahwa umumnya partisipan berusia 22 tahun dengan jumlah 16 responden (45.7%) dan diikuti oleh responden dengan usia 21 tahun sebanyak 9 responden (25.7%) serta responden yang berusia 24 tahun yang paling sedikit yaitu 1 responden saja. Perempuan mendominasi pada karakteristik jenis kelamin yaitu berjumlah 27

partisipan (77.1%), disisi lain partisipan laki-laki sebanyak 8 responden (22.9%). Kemudian pada karakteristik berdasarkan program studi responden di dominasi dari program studi farmasi yaitu sebanyak 15 responden (42.9%) diikuti oleh program studi radiologi sebanyak 13 responden (37.1%) dan responden dengan jumlah terkecil dari program studi gizi yaitu 7 responden (20%)

Tabel 2. Hasil Tes Lari 12 Menit

No	Kriteria	Rentang Nilai	Jumlah	Presentase
1.	Sangat Baik (SB)	81,00-100	0	0
2.	Baik (B)	61,00-80,99	0	0
3.	Cukup (C)	41,00-60,99	0	31,43%
4.	Kurang (K)	21,00-40,99	11	68,57%
5.	Sangat Kurang (SK)	<21	24	0
Jumlah			35	100%

Setelah melakukan tes lari selama 12 menit peserta seleksi bintang tenaga kesehatan TNI AU hasilnya menunjukkan bahwa peserta

keseluruhan mendapatkan hasil rata-rata dalam kategori sangat kurang. Sehingga dari 35 peserta seleksi bintang tenaga kesehatan yang berasal

dari alumni poltekkes TNI AU Adisutjipto tidak ada yang memenuhi syarat (MS) pada kategori samapta A lari 12 menit.

**Tabel 3. Hasil Tes Pull Up**

No	Kriteria	Rentang Nilai	Jumlah	Presentase
1.	Sangat Baik (SB)	81,00-100	0	0
2.	Baik (B)	61,00-80,99	9	25,7%
3.	Cukup (C)	41,00-60,99	13	37,1%
4.	Kurang (K)	21,00-40,99	1	2,9%
5.	Sangat Kurang (SK)	<21	12	34,3%
Jumlah			35	100%

Di table 2 dapat dilihat hasilnya bahwa kemampuan seleksi bintanga tenaga kesehatan TNI AU setelah melakukan tes push up

dalam waktu 60 detik, dapat diketahui bahwa hasil yang mendominasi berada di kategori cukup dan sangat kurang.

**Tabel 4. Hasil Tes Sit Up**

No	Kriteria	Rentang Nilai	Jumlah	Presentase
1.	Sangat Baik (SB)	81,00-100	2	5,7%
2.	Baik (B)	61,00-80,99	16	45,7%
3.	Cukup (C)	41,00-60,99	12	34,3%
4.	Kurang (K)	21,00-40,99	4	11,4%
5.	Sangat Kurang (SK)	<21	1	2,9%
Jumlah			35	100%

Dari tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa kemampuan seleksi bintanga tenaga kesehatan TNI AU setelah melakukan tes sit up

selama 60 detik hasilnya menunjukkan bahwa didoinasi oleh kategori baik dan cukup.

**Tabel 5. Hasil Tes Push Up**

No	Kriteria	Rentang Nilai	Jumlah	Presentase
1.	Sangat Baik (SB)	81,00-100	16	45,7%
2.	Baik (B)	61,00-80,99	12	34,3%
3.	Cukup (C)	41,00-60,99	1	2,9%
4.	Kurang (K)	21,00-40,99	5	14,3%
5.	Sangat Kurang (SK)	<21	1	2,9%
Jumlah			35	100%

Hasil tes push up pada penelitian ini di dominasi oleh kategori sangat baik yaitu sebanyak 16 peserta (45,7%) kemudia diikuti oleh kategori baik sebanyak 12 peserta (34,3%) gerakan push up dilakukan paling sedikit 30 kali pada perempuan

dan 35 untuk laki-laki dan 30 kali untuk perempuan dan 35 kali untuk laki-laki. Dimana dapat melakukan gerakan seluruhnya dengan waktu maksimal 1 menit merupakan indikator keberhasilan push up.

Tabel 6. Hasil Tes Shuttle Run

No	Kriteria	Rentang Nilai	Jumlah	Presentase
1.	Sangat Baik (SB)	81,00-100	2	5,7%
2.	Baik (B)	61,00-80,99	16	45,7%
3.	Cukup (C)	41,00-60,99	9	25,7%
4.	Kurang (K)	21,00-40,99	5	14,3%
5.	Sangat Kurang (SK)	<21	3	8,6%
Jumlah			35	100%

Hasil tes shuttle run pada penelitian ini di dominasi oleh kategori baik sebanyak 16 peserta (45,7%). indikator keberhasilan dalam melakukan tes shuttle run adalah lari

yang membentuk angka 8 di antara dua buah tiang yang berjarak 10 meter serta gerakan tersebut dilakukan waktu tidak lebih dari 20 detik.

Tabel 7. Hasil Akhir Tes kesamaptaan

No	Kriteria	Rentang Nilai	Jenis Kelamin		Presentase
			Perempua n	Laki-laki	
1.	Memenuhi Syarat (MS)	>51	0	0	0
2.	Memenuhi Syarat (MS) K1	45 - 50,99	4	0	11,43%
3.	Tidak Memenuhi Syarat (TMS) K2	<44,99	23	8	88,57%
Jumlah			27	8	100%

Pada tabel 7 ditampilkan hasil akhir dari hasil tes samapta A dan samapta B. hasil tes akhir merupakan hasil gabungan antara hasil tes samapta A dan samapta B. Dapat disimpulkan jika sebagian besar

peserta tidak memenuhi syarat atau masuk dalam kategori TMS K2 yaitu sebanyak 23 peserta (88,57%) yang terdiri atas 8 peserta putra dan 23 peserta putri.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Poltekkes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta, tepatnya pada peserta seleksi bintanga tenaga kesehatan TNI AU yang bersumber dari alumni Poltekkes TNI AU Adisutjipto. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hasil kemampuan jasmani peserta seleksi bintanga tenaga kesehatan TNI AU yang berasal dari alumni Poltekkes TNI AU Adisutjipto. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 35 orang

peserta selesksi yang diambil secara total sampling dari populasi yang ada.

Pada data karakteristik responden untuk jenis kelamin, umumnya berjenis kelamin perempuan dengan total 27 partisipan dan laki-laki berjumlah 8 partisipan. Hal ini sesuai dengan data dari bagian kemahasiswaan dan alumni Poltekkes TNI AU Adisutjipto yang mana mayoritas mahasiswa dan alumni poltekkes TNI AU Adisutjipto berjenis kelamin perempuan baik dari prodi farmasi, gizi maupun radiologi.

Hartati, Imbiri dan Setiani (2020) dalam penelitiannya tentang tingkat pengetahuan mahasiswa terkait infeksi COVID-19 pada poltekkes kemenkes Jayapura, yang datanya dikumpulkan dari 115 mahasiswa dengan perempuan berjumlah 84 orang dan laki-laki berjumlah 31 orang. Dalam penelitian yang dilakukan Rubiyanti (2019) didapatkan bahwa jumlah mahasiswa farmasi lebih banyak perempuan karena lebih banyak diminati perempuan daripada laki-laki. Hasil dari sebaran demografis jenis kelamin responden pada mahasiswa farmasi UMM didapatkan responden paling banyak dengan jenis kelamin perempuan dengan presentase sebesar 80.6% (75 orang) dan responden laki-laki sebesar 19.4% (18 orang) (Khoiriyah, Atmadani & Yunita, 2022).

Karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas peserta seleksi bintanga nakes panda khusus TNI AU berusia 22 tahun sebanyak 16 partisipan, diikuti oleh usia 21 tahun yaitu sebanyak 9 responden, usia 23 tahun berjumlah 6 partisipan, usia 20 dan 25 tahun jumlah responden sama yaitu 3 partisipan dan partisipan dengan jumlah paling sedikit ada pada usia 24 tahun yaitu hanya 1 responden saja (2,9%). Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan atau belajar di perguruan tinggi yang berusia antara 18 hingga 25 tahun. Usia 18 hingga 24 tahun merupakan young adulthood atau berarti usia dewasa awal (Willis, 2011).

Berdasarkan program studi, partisipan umumnya berasal dari program studi farmasi yaitu sebanyak 15 responden (42,9%), diikuti responden dari prodi radiologi sebanyak 13 responden (37,1%) dan paling sedikit dari program studi gizi yaitu 7 responden (20%). Hasil analisis berdasarkan karakteristik responden asal program studi di dominasi oleh program studi farmasi, yang juga

didukung oleh data dari bagian kemahasiswaan dan alumni Poltekkes TNI AU Adisutjipto yang menjelaskan bahwa jumlah alumni untuk program studi D3 Farmasi angkatan ke dua sebanyak 20 alumni, program studi D3 Radiologi 17 alumni dan untuk program studi D3 Gizi sebanyak 11 alumni ya

Lari 12 menit merupakan tes kesamaptan jasmani yang bertujuan untuk melihat kemampuan kerja jantung, paru dan daya tahan. Pada penelitian ini untuk tes lari 12 menit diperoleh hasil bahwa sebagian besar peserta seleksi bintanga kesehatan TNI AU berada pada kategori sangat kurang sebanyak 24 peserta dan kategori kurang 11 peserta. Berlali mengelilingi lintasan atletik dilakukan selama 12 menit dan sejauh 2400 meter (Kementerian Pertahanan, 2019). Latihan bertahap dan rutin perlu dilakukan agar peserta seleksi mendapatkan hasil sesuai kriteria dan bisa memenuhi standar yang ditentukan oleh panitia seleksi.

Tes kesamaptan jasmani B *pull up/chinning* yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan otot bahu serta punggung bagian atas. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa sebanyak 13 peserta berada pada kategori cukup, 12 peserta berada pada kategori sangat kurang, 9 peserta berada pada kategori baik. Pada perempuan yaitu *chinning* dan untuk laki-laki *pull up*. Dengan indikator keberhasilan *pull up* pada laki-laki yaitu bisa melakukan *pull up* dengan Gerakan sempurna sebanyak 10 kali. Gerakan sempurna meskipun sedikit dibandingkan jumlah banyak namun gerakannya tidak sempurna. Indikator keberhasilan latihan *chinning* yaitu dapat melakukan Gerakan dengan sempurna sebanyak 20 kali, dimana *chinning* dipeuntukan bagi peserta perempuan.

Tes kesamaptan jasmani B *sit up* bertujuan untuk mengetahui daya tahan dan kekuatan otot perut serta



kelentukan tubuh. Hasil penelitian pada tes sit up diperoleh sebanyak 16 peserta dengan kategori baik, 12 peserta pada kategori cukup, 4 peserta pada kategori kurang, 2 peserta pada kategori sangat baik, 1 peserta pada kategori sangat kurang. Pada Latihan sit up indikator keberhasilannya yaitu bisa melakukan keseluruhan Gerakan dalam waktu maksimal 1 menit atau tidak lebih, sebanyak 30 kali pada wanita 35 kali pada peserta laki-laki. Rata-rata hasil tes *sit up* menunjukkan bahwa para peserta seleksi memiliki daya tahan dan kekuatan otot perut serta kelentukan tubuh yang baik.

Tes kebugaran jasmani B push up bertujuan untuk mengetahui daya tahan dan kekuatan otot lengan bagian luar dan otot bahu serta otot dada. Hasil penelitian pada tes push up diperoleh sebanyak 16 peserta berada pada kategori sangat baik, 12 peserta berada pada kategori baik, 1 peserta berada pada kategori cukup, 5 peserta berada pada kategori kurang dan 1 peserta berada pada kategori sangat kurang. Dalam push up indikator keberhasilannya adalah mampu melakukannya dengan waktu maksimal 1 menit atau tidak lebih sebanyak 30 kali pada wanita, 35 kali pada peserta laki-laki. Rata-rata hasil tes push up menunjukkan bahwa para peserta seleksi memiliki daya tahan dan kekuatan otot lengan bagian luar dan otot bahu serta dada sangat baik.

Tes kesamaptaan jasmani B *shuttle run* bertujuan untuk mengetahui kecepatan reaksi, kelincahan, koordinasi gerak, keseimbangan, dan kemampuan otot tungkai. Hasil penelitian pada tes sebanyak 2 peserta pada kategori sangat baik, 16 peserta pada kategori baik, 9 peserta pada kategori cukup, 5 peserta pada kategori kurang dan 3 peserta berada pada kategori sangat kurang. Pada *shuttle run* indikator keberhasilannya adalah melakukan gerakan tidak melebihi 20 detik.

Rata-rata hasil tes *shuttle run* menunjukkan bahwa para peserta seleksi memiliki kecepatan reaksi, kelincahan, koordinasi gerak, keseimbangan, dan kemampuan otot tungkai yang baik.

Pada hasil akhir yang merupakan gabungan antara tes kesamaptaan A dan Kesamaptaan B diperoleh hasil sebagian besar peserta tidak memenuhi syarat (TMS) K2. Berdasarkan petunjuk teknis dari Mabes TNI AU calon bintara memiliki persyaratan kelulusan atau norma batas lulus pada tiga kategori yaitu memenuhi syarat (MS) jika nilai total lebih dari 51, memenuhi syarat pertimbangan atau K1 jika nilai akhir 45-50,99 atau terdapat salah satu subkomponen mendapat nilai K1, tidak memenuhi syarat/ (TMS) K2 jika nilai akhir kurang dari 44,99 atau terdapat salah satu subkomponen atau lebih mendapat nilai K2.

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani, yaitu faktor internal dan eksternal. Contohnya seperti berat badan, usia, jenis kelamin dan tinggi badan dipengaruhi oleh faktor internal. Sedangkan pola istirahat, pola makan dan aktivitas fisik merupakan kebugaran jasmani yang dipengaruhi faktor eksternal (Erniyanti, 2016).

Berdasarkan hasil tes kondisi tubuh atau fisik dapat dilihat bahwa umumnya belum dapat memenuhi syarat. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tes samapta "A" yang merupakan tes lari 12 menit perlu diperhatikan karena hasilnya masih tergolong rendah yang merupakan tanda bahwa belum maksimalnya latihan fisik. Hal tersebut sejalan dengan Fendri, Hartono, Hadjarati dan Kadir (2021) yang menyatakan bahwa tes samapta A dan B pada mahasiswa Universitas Gorontalo berada pada kategori Cukup. Rata-rata keseluruhan berada di kategori khusus pada tes fisik, dengan presentase 12,5% untuk baik.

18,75% untuk kurang dan 75% cukup yang merupakan kategori rata-rata.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Juwanto (2006) yang menyatakan bahwa tes samapta A dan Samapta B masuk kedalam kategori baik, jika dirata-rata. Menurut penelitian Burhanudin S dkk (2018), upaya untuk meningkatkan kesamaptaaan jasmani prajurit dengan cara pelatihan dan pembinaan kesamaptaaan jasmani secara bertahap, bertingkat dan berlanjut dengan penerapan program latihan yang tepat sesuai kebutuhan tugas untuk menghindari terjadinya cidera.

### KESIMPULAN

Analisis hasil akhir dari tes kesamaptaaan jasmani terdapat sebesar 11,43% calon bintara tenaga kesehatan yang memenuhi syarat/K1 dengan rincian seluruhnya berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 4 orang dan sebesar 88,57% yang tidak memenuhi syarat/K2 dimana perempuan berjumlah 23 dan laki-laki berjumlah 8 orang. Kemampuan jasmani calon bintara tenaga kesehatan alumni Poltekkes TNI AU Adisutjipto sebesar 88,57% tidak memenuhi syarat/K2 dikarenakan mereka belum pernah mengikuti kegiatan kesamaptaaan. Saran diperlukan peningkatan pada latihan yang berfokus pada ketepatan. Kelincahan, kecepatan, koordinasi serta cara merubah arah secara periodik dan terukur di Poltekkes TNI AU Adisutjipto. Pada penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan tidak hanya gambaran tentang hasil kesamaptaaan tetapi dihubungkan dengan faktor yang mempengaruhi hasil kesamaptaaan.

### DAFTAR PUSTAKA

Ali, L. (2003). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka.  
Burhanudin, S., Isfianadewi, D., & Subkhan,

M. (2018). *ANALISIS KESAMAPTAAN JASMANI PRAJURIT DI LINGKUNGAN AKADEMI MILITER MAGELANG* (Doctoral dissertation, STIE Widya Wiwaha).

Erniyanti, E. (2016). *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Angkatan 2016*. Universitas Negeri Makasar.

Fendri, R. Hartono, M.H., Hadjarati., & Kadir, S. (2021). Tingkat Kebugaran Jasmani Resimen Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo Di Era Pandemi Covid-19. *Jambura Health and Sport Journal*, 3(2).

Hartati, R., Imbiri, M.J., & Setiani, D. (2020). Gambaran Pengetahuan Mahasiswa Tentang Infeksi Covid-19 Selama Pembelajaran Daring di Poltekkes Kemenkes Jayapura. *Gema Kesehatan*, 12(1).

Juwanto. (2006). *Survey Tingkat Kondisi Fisik Anggota Resimen Mahasiswa Mahadipa Perguruan Tinggi Negeri Se-Kota Semarang*. Universitas Negeri Semarang.

Kementerian Pertahanan. (2019). *Modul Kesiapsiagaan*. [https://kepri.kemenkumham.go.id/attachments/article/2595/MODUL\\_3\\_KESIAPSIAGAAN\\_BN-FINAL\\_EDIT\\_20-11-2017.doc](https://kepri.kemenkumham.go.id/attachments/article/2595/MODUL_3_KESIAPSIAGAAN_BN-FINAL_EDIT_20-11-2017.doc)

Khoiriyah, L., Atmadani, R.N., & Yunita, S. (2022). Profil Pengetahuan, Sikap Dan Tingkat Konsumsi Multivitamin Saat Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa Farmasi UMM. *Indonesian Health Science Journal*, 2(1).

MABES TNI AU. (2019). *Keputusan Kepala Staf Angkatan Udara Nomor Kep/326.a/XI/2019 tentang Petunjuk Teknis di Lingkungan Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara*. <https://www.kemhan.go.id/itjen/wp%09content/uploads/2017/06/Juk%09nis-ttg-PNBP>

Rubiyanti, R. (2019). Hubungan Sikap Dan Hambatan Terhadap Persepsi

Mahasiswa Farmasi Di Salah Satu Perguruan Tinggi Di Tasikmalaya (Mahasiswa D3 Farmasi) Tentang Complementary And Alternative Medicine (Cam). *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 119-124.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Alfabeta.

Sujarwo. (2017). *Buku Kesamaptaan*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Sumarjo. (2002). *Pengetahuan dan Olahraga dan Kesehatan*. Penerbit Departement Pendidikan dan Kebudayaan.

*Undang-Undang Nomor 34 Tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia. Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 127 Tambahan lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4439.* (2004).

[https://www.dpr.go.id/dokblog/dokumen/F\\_20150616\\_4760.PDF](https://www.dpr.go.id/dokblog/dokumen/F_20150616_4760.PDF)

Willis, S. (2011). *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. Alfabeta.