

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kadet mahasiswa merupakan komponen cadangan dalam doktrin sistem pertahanan Indonesia yaitu Sistem Pertahanan dan Keamanan Rakyat Semesta (Sishankamrata).(Kemhan_RI, 2015) Selaku komponen cadangan mewajibkan untuk tiap kadet mahasiswa memiliki fisik yang prima.(DPR RI, 2004) Hal ini dikarenakan Indonesia memiliki berbagai medan seperti hutan, gunung, rawa, dan laut. Masing-masing medan tentunya memiliki kesulitannya sendiri. Hal ini juga didukung iklim tropis di Indonesia sehingga terkadang menambah sulit dalam penugasan. Dengan berbagai medan dan berubahnya iklim, fisik yang prima adalah syarat utama yang harus dimiliki kadet mahasiswa untuk mendukung keberhasilan saat latihan maupun penugasan.(Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2018, 2018)

Kekuatan fisik kadet mahasiswa ditunjang oleh postur tubuh yang ideal. Salah satu cara untuk mengetahui postur tubuh yang ideal dapat dilakukan melalui pengukuran antropometri pada kadet mahasiswa.(Sari et al., 2019) Pengukuran antropometri biasa digunakan untuk menilai status gizi seseorang, derajat kesehatan individu, kelompok, dan komunal.(Candra et al., 2021) Pada

penelitian terdahulu, menjelaskan bahwa kondisi fisik atlet yang baik mempengaruhi atlet untuk meraih prestasi yang maksimal.(Eni, 1967) Pada salah satu penelitian terdahulu juga menggambarkan adanya pengaruh yang signifikan latihan *pull up* dan *push up* terhadap kekuatan tangan.(Burhan & Herlina, 2022) Oleh karena itu, jenis pemeriksaan antropometri yang digunakan peneliti adalah pengukuran lingkaran lengan atas yang dikaitkan dengan nilai *push up* dan *pull up*.

Universitas Pertahanan Republik Indonesia menyelenggarakan kegiatan dimana kadet mahasiswa wajib mengambil nilai kebugaran jasmani yang salah satunya adalah *push up* dan *pull up*. Didapatkan hasil bahwa nilai *push up* dan *pull up* pada kurang lebih $\frac{1}{4}$ kadet mahasiswa *cohort* 3 tidak maksimal, untuk itu peneliti ingin melihat pengukuran antropometri ukuran lingkaran lengan atas yang dikaitkan dengan kebugaran jasmani tersebut.

Kesegaran jasmani sangat penting bagi kadet mahasiswa. Hal tersebut dikarenakan tingginya aktivitas fisik yang dilakukan kadet mahasiswa. Jika kadet mahasiswa sebagai komponen cadangan memiliki fisik yang prima dan kemampuan yang mumpuni maka ini tentunya akan berdampak baik kepada negara. Hal ini dikarenakan postur, kebugaran jasmani dan intelektual yang baik selalu dikaitkan dengan pertahanan yang kuat bagi sebuah

negara.(Kemhan_RI, 2015; Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2018, 2018) Hal ini juga menambah *deterrent effect* bagi negara manapun yang ingin menginvasi. Tak kalah pentingnya, hal ini tentunya juga memperkuat pengaruh diplomasi Indonesia di dunia dalam hubungan internasional antar negara lain sehingga Indonesia memiliki daya tawar yang tinggi di mata dunia.(Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2018, 2018)

1.2. Rumusan Masalah

Untuk meningkatkan kemampuan kadet mahasiswa yang nantinya diperkirakan akan bergabung dengan pertahanan negara, maka diperlukan adanya evaluasi sebagai gambaran terkait pemetaan kekuatan kadet mahasiswa *cohort* 3 terkait kesegaran jasmani khususnya kekuatan otot tangan dan bagaimana cara untuk meningkatkannya sehingga pertahanan negara lebih unggul dan memperkuat pengaruh diplomasi di mata dunia. Oleh karena itu, pada penelitian ini akan difokuskan kepada :

1. Bagaimana kondisi terkini kekuatan kadet mahasiswa dalam melaksanakan *push up* dan *pull up*?
2. Apakah ada pengaruh ukuran lingkaran lengan atas terhadap kemampuan *push up* kadet mahasiswa?

3. Apakah ada pengaruh ukuran lingkaran lengan atas terhadap kemampuan *pull up* kadet mahasiswa?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah mengetahui ada tidaknya hubungan ukuran lingkaran lengan atas terhadap kemampuan *push up* dan *pull up* kadet mahasiswa, kondisi terkini kekuatan *push up* dan *pull up* kadet mahasiswa, dan mengetahui ukuran lingkaran lengan atas apakah berpengaruh signifikan terhadap banyaknya jumlah frekuensi *push up* dan *pull up*. Hal ini tentunya ditujukan untuk mengetahui pemetaan terkini kemampuan kadet mahasiswa *cohort* 3 dan upaya untuk meningkatkan kesegaran jasmani Kadet Mahasiswa *cohort* 3 yang nantinya masuk ke dalam unsur pertahanan Indonesia.

1.3.2. Tujuan Khusus

Penelitian ini ditujukan guna mengetahui seberapa besar hubungan ukuran lingkaran lengan atas terhadap kemampuan *push up* dan *pull up* kadet mahasiswa. Penelitian ini juga ditujukan agar mempunyai gambaran dasar terkait kekuatan dan kemampuan kadet mahasiswa yang berkaitan dengan kekuatan otot tangan karena nantinya diperkirakan akan bergabung dengan pertahanan

negara yang dimiliki Indonesia. Berikut tujuan khusus yang ingin dicapai oleh peneliti :

1. Mengetahui kondisi terkini kekuatan kadet mahasiswa dalam melaksanakan *push up* dan *pull up*
2. Mengetahui pengaruh ukuran lingkaran lengan atas terhadap kemampuan *push up* kadet mahasiswa
3. Mengetahui pengaruh ukuran lingkaran lengan atas terhadap kemampuan *pull up* kadet mahasiswa

Selain itu, peneliti ingin melihat nilai minimal ataupun nilai rata-rata terkait postur tubuh yang dapat menggambarkan kesehatan jasmani kadet mahasiswa. Dengan penelitian ini juga diharapkan dapat merumuskan kriteria kadet mahasiswa Universitas Pertahanan Republik Indonesia yang unggul. Dengan demikian pertahanan Indonesia di masa mendatang lebih maju, disegani, dan memiliki daya tawar di mata dunia.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Akademis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan menambah wawasan dan ilmu pengetahuan terkait postur tubuh yang ideal terhadap nilai kesehatan jasmani pada kadet mahasiswa Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi pemerintah dan Kementrian Pertahanan

Pemerintah dan Kementrian Pertahanan dapat mengetahui kemampuan bibit pertahanan terkini. Selanjutnya dapat memetakan kekuatan yang dimiliki, serta dapat merumuskan pemberdayaan, peningkatan, dan pengembangan kualitas pertahanan.

b. Bagi praktisi dan stakeholder

Bagi praktisi, stakeholder, komandan resimen, komandan batalyon dapat mengetahui status kadet mahasiswa terbaru. Selanjutnya dapat merumuskan pola pengasuhan yang berkaitan dengan pengajaran, pelatihan, pengasuhan yang ideal untuk kadet mahasiswa. Serta mendapatkan bibit postur pertahanan negara yang ideal yang berdasarkan *minimum essential force*.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan wawasan kepada tenaga kesehatan tentang pentingnya postur tubuh yang ideal untuk mencapai kesegaran jasmani yang maksimal.

d. Bagi Peneliti

Meningkatkan wawasan dan implementasi tentang pentingnya penguatan fisik bagi kadet mahasiswa Universitas Pertahanan Republik Indonesia untuk terus dibina dan dikembangkan guna mendapatkan postur pertahanan negara yang ideal.

e. Bagi Institusi UNHAN RI

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi civitas akademika Universitas Pertahanan Republik Indonesia dapat memahami pentingnya mencari postur tubuh yang ideal untuk dapat memaksimalkan potensi kesegaran jasmani.