

## Gambaran kapasitas aerobik dan faktor-faktor yang berhubungan pada anggota Polri Direktorat Reserse, Polda Metro Jaya, 1996

Lukman Hakim, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=79466&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kebugaran jasmani merupakan unsur yang penting bagi anggota Polri termasuk anggota reserse agar selalu dalam kondisi siap untuk menjalankan tugasnya (mission ready).

Kapasitas aerobik merupakan salah satu tolok ukur utama dari Kebugaran jasmani (De Vries,1986) maupun Kapasitas kerja (Astrand, 1977).

Dari berbagai data yang ada tampak bahwa beban kerja anggota Polri di Direktorat Reserse Polda Metro Jaya cukup berat, dan diestimasikan bahwa tingkat kebugarannya kurang dengan segala resiko kesehatan yang dapat timbul.

Tujuan penelitian ini adalah secara umum untuk melihat gambaran epidemiologis mengenai kapasitas aerobik anggota Polri di Direktorat Reserse Polda Metro Jaya sedangkan tujuan khusus adalah

- 1) Untuk mengetahui tingkat Kebugaran jasmani anggota Polri Direktorat Reserse Polda Metro Jaya
- 2) Untuk melihat distribusi dari berbagai variabel antara lain variabel dependen Kapasitas aerobik, variabel independen a.l Komposisi tubuh, Kadar hemoglobin, Latihan Kebugaran jasmani, Pengetahuan tentang Kebugaran jasmani, Pandangan tentang Kebugaran jasmani dan kaitannya dengan produktifitas kerja serta Kebiasaan merokok, termasuk beberapa variabel lain yang ingin diamati .
- 3) Untuk melihat hubungan satu persatu dan secara serempak antara 6 variabel independen dengan variabel dependen yaitu Kapasitas aerobik.

Jenis penelitian ini adalah penelitian cross sectional dengan pendekatan korelasional, sampel adalah anggota reserse pria dari Direktorat Reserse Polda Metro Jaya .

Penelitian ini dilakukan di Polda Metro Jaya ,Jakarta Raya pada bulan November sampai Desember, 1996.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kapasitas aerobik dari sampel anggota Polri Direktorat Reserse Polda Metro Jaya sesuai metode A.strand yang bernilai kurang sampai kurang sekali adalah 85.71 % sedangkan selebihnya yaitu Cukup 11.42 % , Baik 2.85 % .

Hubungan dari 6 variabel independen secara satu persatu yang bermakna hanya ada 2 yaitu Komposisi tubuh ( $p < 0.0001 < 0.1$ ) dan Kadar Hemoglobin ( $p: 0.03 < 0.1$ )

Dalam analisa multivariat dengan menggunakan metode multi regresi linier maka dari keenarn variabel yang dimasukkan secara bersama-sama dan setelah dilakukan metoda backward maka didapat persamaan sebagai

model adalah :

$y = 45.646 - 1.071 \text{ XI (lemak)} + 1.178 \text{ X2 (nilai pandangan)}$  dengan nilai keeratan hubungan R square: 0.253, C.L : 90%.

Saran dari penelitian adalah berkaitan dengan penyuluhan tentang masalah Gizi kerja ,kemudian mengenai Pandangan terhadap Kebugaran jasmani. Selain itu terbuka berbagai peluang untuk meneliti lebih dalam lagi mengenai Kapasitas aerobik khususnya bagi anggota Reserse Polri dengan rancangan penelitian yang lebih akurat dan jangkauan yang lebih luas. Dimasa datang disarankan pula lebih dioptimalisasikannya status kesehatan maupun kebugaran jasmani anggota Polri dalam pernbinaan karier seorang anggota Polri .Sebagai saran lain adalah suatu pemikiran mengenai kemungkinan perlunya penambahan personil reserse baik secara kualitas dan kuantitas khususnya di Polda Metro Jaya mengingat beban kerja yang ada,kemudian perlu dibuat suatu paket program latihan kebugaran jasmani yang dapat dilakukan sendiri oleh anggota reserse dikala mereka mempunyai waktu luang.

Daftar Kepustakaan : 42 (1953-1996)

<hr>

<i>Aerobic Capacity Feature and its Related Factors of Policemen in the Crime Investigation Directorate of the Metro Jaya Regional Police 1996Physical fitness is an important component a policeman, especially a crime investigator, should have in order to stay mission ready in carrying out his task.

Aerobic capacity is one of the main parameters of physical fitness (De Vries, 1986) as well as physical work capacity (Astrand , 1977 ).

From the collected data it is obvious that the workload of Police crime investigators is heavy while it is estimated that their physical fitness is not that good with all its health risk.

The general purpose of this study is to see the epidemiologic feature of the aerobic capacity of the Policemen in the Crime Investigation Directorate of The Metro Jaya Regional Police and the specific purpose are:

- 1) To see the physical fitness level of the crime investigators in the Crime Investigation Directorate of The Metro Jaya Regional Police in 1996.
- 2) To see the distribution of various variables such as:
  - The dependent variable i.e.: aerobic capacity
  - The independent variables i.e.: Body composition, Hemoglobin concentration, physical fitness exercises, knowledge about physical fitness, perception on physical fitness and its relation with work productivity, smoking habit, and some other variables that are important to see.
- 3) To see the correlation between the above six independent variables with aerobic capacity the dependent variable, individually and simultaneously.

The design of this research is cross sectional with correlational approach, the samples are the police investigators in Crime Investigation Directorate of Metro Jaya Regional Police. This research is carried out in Jakarta Metropolitan Regional Police on November to Desember 1996.

Results of this study showed that the aerobic capacity levels of the 70 samples are: 85.71 % are low, 11.42 % are average, and 2.85 % are in good condition. In bivariate analysis two variables out of six are statistically significant, which are: the Body composition ( $p:0.0001 <0.1$ ) and the Hemoglobin concentration ( $p: 0.03 <0.1$ ). In linear multi regression of the 6 variables using the backward method we get a model equation:

$$y = 45.646 - 1.071 X_1 (\text{Body composition}) + 1.178 X_2 (\text{Perception of Physical fitness}).'$$

$y = \text{Aerobic capacity}$ ,  $R \text{ square} = 0.253$ ,  $C.L \ 90 \%$

Based on this research there are some suggestions to improve the Aerobic Capacity condition of the police investigators in Crime Investigation Directorate of Metro Jaya Regional Police:

1. It is necessary to carry out a programmed to promote The importance of nutrition for work performance and The Right Perception of Physical fitness and its relation with productivity.
2. Further research on aerobic capacity of police criminal investigator with more accurate design and larger population should be done in the near future.
3. It is necessary as well to optimize the role of health and physical status in career management of the personnel in general.
4. It is necessary to improve the quantity and quality especially of the crime.. investigators in Crime Investigation Directorate of Metro Jaya Regional Police because of their heavy work load.
5. It is necessary to design a Physical fitness training program, which could be done by the Crime Investigators on their own, when they have time.

References : 42 (1953-1996)