

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan disajikan hasil penelitian dari pengumpulan data yang dilakukan di Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya pada tanggal 14 Juni 2022. Hasil penelitian ini meliputi data umum yaitu umur, pendidikan, permasalahan dalam keluarga, pemicu masalah dan riwayat penyakit, riwayat kegagalan tes sedangkan data khusus tingkat kecemasan pada prajurit TNI yang akan melaksanakan penilaian kesegaran jasmani lari 12 menit di Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya. Pengolahan data menggunakan presentase, hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel. Dengan lembar kuesioner yang sesuai dengan kriteria sampel yang telah ditentukan.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya. Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya berada di bawah naungan Kodam V/Brawijaya (Komando Daerah Militer V/Brawijaya). Batalyon Satuan ini terdiri atas Kompi Markas, Kompi Senapan A, B, C, Kompi Bantuan, Tim K-9, dan Tim Gultor yang bermarkas di Jl. Gajah Mada No 1 Surabaya Jawa Timur. Prajurit Raider 500/Sikatan merupakan sebuah pasukan elit yang bertugas sebagai pasukan khusus atau pasukan operasi khusus yang dilatih untuk melakukan misi perang non-konvensional, anti-

teroris, pengintaian, aksi langsung, dan pertahanan luar negeri. Untuk itu sebagai prajurit Raider harus selalu menjaga kesegaran jasmani terutama lari 12 menit. Penilaian kesegaran jasmani dilaksanakan 2 kali dalam 1 tahun.

4.1.2 Data Umum

Data umum merupakan karekteristik umum responden umur, pendidikan, permasalahan dalam keluarga, pemicu masalah dan riwayat penyakit, riwayat kegagalan tes disajikan dalam bentuk distribusi dan tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Umum

Distribusi Frekuensi berdasarkan data umum yang meliputi umur, pendidikan, permasalahan dalam keluarga, pemicu masalah dan riwayat penyakit, riwayat kegagalan tes seperti pada tabel 4.1. sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Umum Responden di Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya Tahun 2022

No	Data umum	Frekuensi	Presentase %
Umur			
1	17-25 Tahun	13	34
2	26-35 Tahun	18	48
3	36-45 Tahun	7	18
	Jumlah	38	100
Pendidikan			
4	SMA	31	82
5	PT	7	18
	Jumlah	38	100
Permasalahan Dalam Keluarga			
6	Ya	4	11
7	Tidak	34	89
	Jumlah	38	100

Faktor pemicu masalah			
8	Keluarga	0	0
9	Pekerjaan	2	5
10	Atasan	1	3
11	Teman	1	3
Jumlah		4	11
Riwayat Penyakit			
12	Ya	6	16
13	Tidak	32	84
Jumlah		38	100
Penyakit Yang diderita			
14	Hipertensi	2	5
15	Diabetes	0	0
16	Patah Tulang	4	11
17	Kolestrol	0	0
18	Asam urat	0	0
19	Tidak ada	0	0
Jumlah		6	16
Riwayat Kegagalan Tes Sebelumnya			
20	Kurang latihan	4	11
21	Sakit	6	16
Jumlah		10	27

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh hampir setengah responden 48% berumur 26-35 tahun sebanyak 18 orang, 34% berumur 17-25 tahun sebanyak 13 orang dan sebagian kecil responden 18% berumur 36-45 tahun sebanyak 7 orang. Pendidikan responden hampir seluruhnya 82% berpendidikan SMA sebanyak 31 orang dan sebagian kecil 18% berpendidikan PT sebanyak 7 orang. Dilihat dari permasalahan dalam keluarga hampir seluruh responden 89% tidak memiliki masalah sebanyak 34 orang dan sebagian kecil responden 11% memiliki masalah dalam keluarga sebanyak 4 orang. Faktor pemicu masalah sebagian kecil 5% dipicu oleh pekerjaan sebanyak 2 orang, 3% dari atasan sebanyak 1 orang dan 3% dari teman sebanyak 1 orang. Riwayat penyakit hampir seluruh responden 84% tidak memiliki riwayat penyakit sebesar 32 orang dan sebagian kecil responden 16% memiliki riwayat penyakit sebanyak 6 orang. Penyakit yang diderita sebagian kecil responden 11% menderita

patah tulang sebanyak 4 orang dan 5% menderita hipertensi sebanyak 2 orang. Riwayat kegagalan tes sebagian kecil responden 16% dikarenakan sakit sebanyak 6 orang dan 11% karena kurang latihan sebanyak 4 orang.

4.1.3 Data Khusus

Data khusus merupakan karakteristik responden yang diamati yaitu tingkat kecemasan pada prajurit TNI yang akan melaksanakan penilaian kesegaran jasmani lari 12 menit.

1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Prajurit TNI Yang Akan Melaksanakan Penilaian Kesegaran Jasmani Lari 12 Menit dikategorikan menjadi tiga kategori seperti pada tabel 4.2 sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Prajurit TNI Yang Akan Melaksanakan Penilaian Kesegaran Jasmani Lari 12 Menit di Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya Tahun 2022

No	Kecemasan	Frekuensi	Persentase %
1	Tidak Ada Kecemasan	2	5
2	Kecemasan Ringan	16	42
3	Kecemasan Sedang	20	53
4	Kecemasan Berat	0	0
Jumlah		38	100

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar responden 53% kecemasan sedang sebanyak 20 orang, hampir setengah responden 42% mengalami kecemasan ringan sebanyak 16 orang dan sebagian kecil 5% tidak ada kecemasan sebanyak 2 orang.

Tabel 4.3 Tabulasi Silang Data Umum Dan Data Khusus Tingkat Kecemasan Pada Prajurit TNI Yang Akan Melaksanakan Penilaian Kesegaran Jasmani Lari 12 Menit di Yonif Raider 500 Sikatan Surabaya Tahun 2022

Data umum	Kecemasan								Jumlah	
	Tidak ada		Ringan		Sedang		Berat		f	%
	F	%	f	%	f	%	f	%		
Umur										
17-25 Tahun	0	0	9	24	4	11	0	0	13	34
26-35 Tahun	2	5	3	8	13	34	0	0	18	47
36-45 Tahun	0	0	4	11	3	8	0	0	7	19
Pendidikan										
SMA	0	0	13	34	18	47	0	0	31	81
PT	2	5	3	8	2	5	0	0	7	19
Permasalahan dalam keluarga										
Ya	0	0	2	5	2	5	0	0	4	11
Tidak	2	5	14	37	18	47	0	0	34	89
Faktor pemicu										
Pekerjaan	0	0	2	5	0	0	0	0	2	5
Atasan	0	0	0	0	1	3	0	0	1	3
Teman	0	0	0	0	1	3	0	0	1	3
Ada riwayat penyakit										
Ya	0	0	1	3	5	13	0	0	6	16
Tidak	2	5	15	39	15	39	0	0	32	84
Jenis Penyakit										
Hipertensi	0	0	1	3	1	3	0	0	2	6
Patah tulang	0	0	0	0	4	11	0	0	4	11
Riwayat kegagalan tes										
Kurang latihan	0	0	1	3	3	8	0	0	4	11
Sakit	0	0	1	3	5	13	0	0	6	16

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan table 4.3 di atas kecemasan prajurit berdasarkan data umur hampir setengah responden 34% berada pada umur 26-35 tahun kecemasan sedang sebanyak 13 orang. Pada data pendidikan hampir setengah responden 47% kecemasan sedang dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 18 orang. Dilihat dari permasalahan dalam keluarga hampir setengah responden 47% tidak memiliki permasalahan dalam keluarga sebanyak 18 orang. Dilihat dari faktor pemicu sebagian kecil 5%

disebabkan karena pekerjaan dengan kecemasan ringan sebanyak 2 orang. Dilihat dari riwayat penyakit hampir setengah responden 39% tidak ada riwayat penyakit mengalami kecemasan ringan sebanyak 15 orang dan sebagian kecil responden 13%. Dilihat dari jenis penyakit sebagian kecil responden 11% mengalami kecemasan sedang dengan penyakit patah tulang sebanyak 4 orang. Dilihat dari riwayat kegagalan tes sebagian kecil responden 13% mengalami kecemasan sedang karena sakit sebanyak 5 orang.

4.2 Pembahasan

Hasil penelitian berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar responden 53% kecemasan sedang sebanyak 20 orang, hampir setengah responden 42% mengalami kecemasan ringan sebanyak 16 orang dan sebagian kecil 5% tidak ada kecemasan sebanyak 2 orang. Kecemasan atau *anxiety* adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang sering muncul pada prajurit ketika akan melaksanakan penilaian lari 12 menit yang pelaksanaannya setiap 6 bulan sekali. Kecemasan prajurit dalam menjalani penilaian lari 12 menit merupakan perasaan yang menggelisahkan sebagai reaksi dari ketidakmampuan untuk mengatasi suatu masalah (Petunjuk Teknik Kesegaran Jasmani Angkatan Darat, 2020).

Ditinjau dari segi umur kecemasan prajurit berdasarkan data umur sebagian kecil responden 24% berada pada umur 17-25 tahun kecemasan ringan dan 26-35 tahun kecemasan sedang sebanyak 9

orang, sebagian kecil responden dengan kecemasan berat 8% pada umur 36-45 tahun sebanyak 3 orang. Menurut Isaac dalam Untari (2014) seseorang yang mempunyai usia lebih tua ternyata lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dari pada seseorang yang lebih muda. Semakin tua umur seseorang akan terjadi proses penurunan kemampuan fungsi organ tubuh (regenerative) hal ini akan mempengaruhi dalam kesiapan fisik dalam menjalani penilaian lari 12 menit sehingga dapat menimbulkan kecemasan berlebih pada seseorang yang memiliki usia lebih tua.

Menurut peneliti semakin tua usia prajurit maka kecenderungan kecemasan prajurit dalam menjalani penilaian lari 12 menit semakin meningkat karena di masa usia tua tingkat kesehatan menjadi turun dan keadaan fisik yang mulai melemah dibandingkan pada usia muda dimana kondisi fisik masih prima dan bagus sehingga prajurit percaya diri mampu menjalani penilaian lari 12 menit dengan mudah.

Ditinjau dari pendidikan hampir setengah responden 34% kecemasan ringan dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 13 orang dan sebagian kecil responden tidak ada kecemasan dengan tingkat pendidikan PT sebanyak 2 orang. Menurut Notoatmodjo (2017) semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi. Artinya semakin tinggi pendidikan seseorang seharusnya pengetahuan yang dimiliki semakin bagus sehingga dapat mengelola kecemasan yang dirasakan saat penilaian lari 12 menit dengan baik. Sebaliknya dengan tingkat pendidikan yang rendah dapat mempengaruhi kecemasan yang

tinggi pada prajurit, hal ini mungkin disebabkan oleh pengetahuan dan daya serap informasi yang kurang tentang proses penilaian lari 12 menit yang harus dicapai.

Menurut peneliti dengan tingkat pendidikan yang tinggi seseorang mampu menerima informasi dengan baik sehingga dapat menurunkan kecemasan pada prajurit dalam melaksanakan penilaian lari 12 menit. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa prajurit yang berpendidikan PT tidak ada kecemasan dalam menjalani penilaian lari 12 menit. Sehingga dapat diartikan pendidikan seseorang mempengaruhi tingkat kecemasan prajurit dalam pelaksanaan penilaian lari 12 menit.

Ditinjau dari permasalahan dalam keluarga hampir setengah responden 37% tidak memiliki permasalahan dalam keluarga dalam kecemasan ringan sebanyak 14 orang dan sebagian kecil responden 5% kecemasan sedang ketika mengalami permasalahan dalam keluarga sebanyak 2 orang. Menurut Semiun (2017) permasalahan dalam keluarga dapat menimbulkan kecemasan pada seseorang karena permasalahan yang sedang dihadapi sangat mempengaruhi pikiran seseorang sehingga ketika seseorang sedang menghadapi masalah maka akan sulit berkonsentrasi dan fokus dalam melaksanakan penilaian lari 12 menit yang dapat mengakibatkan kegagalan tes dan mendapatkan hasil yang kurang maksimal.

Menurut peneliti ketika seseorang mengalami permasalahan dalam keluarga dapat memberikan dampak yang kurang baik pada prajurit yang akan melaksanakan penilaian lari 12 menit. Dengan adanya masalah

dapat mengganggu pikiran prajurit sehingga kecemasan dalam melaksanakan penilaian lari 12 menit semakin meningkat menjadi tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ketika prajurit tidak memiliki masalah dalam keluarga maka kecemasan ringan dan yang memiliki masalah dalam keluarga kecemasan sedang dan berat.

Ditinjau dari riwayat penyakit hampir setengah responden 39% tidak ada riwayat penyakit mengalami kecemasan ringan sebanyak 15 orang dan sebagian kecil responden 13% memiliki riwayat penyakit kecemasan sedang sebanyak 5 orang. Riwayat penyakit adalah masalah atau riwayat seseorang tentang kesehatan tubuh yang dialami sebelumnya seperti penyakit berat, operasi/pembedahan, atau penyakit yang tengah diderita seperti diabetes, kelainan pada organ yang dapat mempengaruhi seseorang dalam pelaksanaan penilaian lari 12 menit bagi seseorang prajurit.

Menurut peneliti ketika seseorang memiliki riwayat penyakit sebelumnya yang diderita seperti patah tulang harus memiliki motivasi dan kesiapan khusus sebelum melaksanakan penilaian lari 12 menit karena kondisi tubuh yang kurang sehat dibandingkan dengan orang lain. Orang dengan riwayat penyakit sebelum melaksanakan penilaian lari 12 menit harus melakukan latihan fisik secara berkala dan teratur untuk melatih kekuatan otot dan untuk mengukur kemampuan sebelum melaksanakan penilaian lari 12 menit.