

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN KESIAPAN PRAJURIT DALAM MENGIKUTI TES
KESEGERAN JASMANI PADA USULAN KENAIKAN
PANGKAT (UKP) DI YONMEK 512/QY
MALANG



OLEH
ANDHIKA DWI PRASTYA
191065

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2021/2022

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN KESIAPAN PRAJURIT DALAM MENGIKUTI TES
KESEGRAN JASMANI PADA USULAN KENAIKAN
PANGKAT (UKP) DI YONMEK 512/QY
MALANG

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan

Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan

RS dr. Soepraoen Malang



OLEH

ANDHIKA DWI PRASTYA

191065

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2021/2022

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Andhika Dwi Prastya

Tempat, tanggal lahir : Maros, 01 Februari 1988

NIM : 191065

Alamat : Asrama Militer Yonif Mekanis 512/QY

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun. Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 4 Juni 2022

Yang menyatakan



Andhika Dwi Prastya
NIM. 191065

CURRICULUM VITAE



Nama : Andhika Dwi Prastya

Tempat, tanggal lahir : Maros, 01 Februari 1988

Alamat : Asrama Militer Yonif Mekanis 512/QY

Riwayat Pendidikan :

SD : SDN 4 Karang Sari Blitar Lulus Tahun 2000

SMP : SMPN 8 Blitar Lulus Tahun 2003

SMA : SMAN 1 Kademangan Lulus Tahun 2006

Secaba : Secaba PK 2009

MOTO DAN PERSEMBAHAN

**“PENDIDIKAN ADALAH SENJATA YANG PALING MEMATIKAN DI
DUNIA, KARENA DENGAN PENDIDIKAN KITA DAPAT MENGUBAH
DUNIA MENJADI LEBIH BERMAKNA”**

Dengan segalapuja dan puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa dan atas dukungan dan do'a dari orang-orang tercinta.,akhirnya Karya Tulis Ilmiah ini dapat dirampungkan dengan baik dan tepat pada waktunya.

Oleh karena itu dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

1. Tuhan YME, karena hanya atas izin dan karuniNyalah maka Karya Tulis Ilmiah ini dapat dibuat dan diselesaikan pada waktunya. Puji syukur yang tak terhingga pada Tuhan yang meridhoi dan mengabulkan segala do'a.
2. Kedua orang tuaku yang selalu memberikan mendukung moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya,karena tiada kata seindah lantunan do'a dan tiada do'a yang paling khusuk selain do'a orang tua.
3. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing, penguji dan pengajar,yang selama ini penuh tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya.

4. Istri dan anak ku tercinta yang senantiasa memberi dukungan, semangat, senyum, serta do'anya untuk menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh rekan-rekan Keperawatan ITSK RS Dr. Soepraoen yang telah memberikan semangat, dukungan serta bantuannya demi terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini.

Terima kasih yang sebesar-besarnya untuk kalian semua, akhir kata saya persembahkan Karya Tulis Ilmiah ini untuk kalian semua, orang-rang yang saya sayangi dan semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan berguna untuk kemajuan ilmu pengetahuan dimasa yang akan datang. AMIN..

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan

Di Depan Tim Penguji

Tanggal, 14 Juni 2022

Oleh:

Pembimbing 1



Ns. Tien Aminah, M.Kep

Pembimbing 2



Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Di uji dan Disetujui Oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang
di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi, Sains Dan Kesehatan
RS. Dr. Soepraoen Malang

Tanggal, 14 Juni 2022

TIM PENGUJI

Nama

Tanda Tangan

Ketua : Ns. Hanim Mufarokhah, M.Kep

Anggota : 1. Ns. Heny Nurmayunita, S.Kep., Ners MMRS

2. Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep



Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



ITSK RS DR. SOEPRAOEN
KETUA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

Ns. Riki Ristanto, M.Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Gambaran Kesiapan Prajurit Dalam Mengikuti Tes Kesegaran Jasmani Pada Usulan Kenaikan Pangkat (UKP) Di Yonif Mekanis 512/QY Malang”** sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi, Sains Dan Kesehatan dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letkol CKM Arief Efendi, SMPH, SH, S.Kep., Ners., MM., M.Kes selaku Rektor Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan dr. Soepraoen Malang.
2. Komandan Yonif 512/QY Malang yang telah memberikan ijin dan dukungan kepada peneliti dalam melaksanakan penelitian di lingkungan Yonif 512/QY
3. Bapak Riki Ristanto, M.Kep selaku ketua prodi Keperawatan Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan dr. Soepraoen Malang

4. Ibu Tien Aminah, M.Kep pembimbing I dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Apriyani Puji Hastuti, M.Kep selaku Pembimbing II dalam pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Prajurit Yonif 512/QY yang telah bersedia dengan ikhlas dalam menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa Prodi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini yang dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis berusaha untuk membuat Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun demikian, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharap adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curriculum Vitaeiv
Moto dan Persembahanv
Lembar Persetujuanvii
Lembar Pengesahanviii
Kata Pengantarix
Daftar Isixi
Daftar Gambar	xiv
Daftar Tabelxv
Daftar Singkatan Lambangxvi
Daftar Lampiran	xvii
Abstrak	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep UKP	7
2.1.1 Pengertian UKP	7
2.1.2 Jenis Kenaikan Pangkat Prajurit	7
2.1.3 Kepangkatan Prajurit TNI-AD.....	9
2.1.4 Administrasi UKP	11
2.1.5 Prosedur UKP	13
2.1.6 Teknik Penilaian UKP	16
2.1.7 Sarana dan Prasarana UKP.....	29
2.2 Konsep Kesiapan.....	31
2.2.1 Pengertian Kesiapan.....	31
2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan	32
2.2.3 Prinsip-prinsip Kesiapan	33
2.2.4 Indikator Kesiapan	34
2.2.5 Pengukuran Kesiapan.....	35
2.3 Konsep Prajurit	35
2.3.1 Pengertian Prajurit	35
2.3.2 Peran, Tugas dan Fungsi Prajurit	36
2.3.3 Kesehatan Fisik Prajurit	36
2.4 Kerangka Konsep	38
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	41
3.2 Kerangka Kerja	42

3.3 Populasi, Sampel, Sampling	43
3.3.1 Populasi	43
3.3.2 Sampel.....	43
3.3.3 Sampling	44
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	44
3.4.1 Identifikasi Variabel	44
3.4.2 Definisi Operasional.....	44
3.5 Pengumpulan dan Analisa Data.....	47
3.5.1 Proses Pengumpulan Data	47
3.5.2 Analisis Data	49
3.6 Etika Penelitian	51
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	58
4.2 Pembahasan.....	63
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	67
5.2 Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sikap Awal <i>pull ups</i>	19
Gambar 2.2 Gerakan <i>pull ups</i> pada saat naik melewati palang	19
Gambar 2.3 Gerakan <i>pull ups</i> pada saat turun dari palang	20
Gambar 2.4 Sikap awal sit ups twist	21
Gambar 2.5 Gerakan pada saat naik	22
Gambar 2.6 Sikap awal <i>lunges</i>	23
Gambar 2.7 Gerakan <i>lunges</i> pada saat melangkah.....	24
Gambar 2.8 Sikap awal <i>Push Ups</i>	25
Gambar 2.9 Gerakan <i>push ups</i> pada saat naik	26
Gambar 2.10 Gerakan pada saat lari.....	28
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	42

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	44

DAFTAR SINGKATAN

Garjas	: Kesegaran Jasmani
HR	: Halang Rintang
KASAD	: Kepala Staf Angkatan Darat
KPLB	: Kenaikan Pangkat Luar Biasa
KPLBOMP	: Kenaikan Pangkat Luar Biasa Operasi Militer Perang
KPLBOMSP	: Kenaikan Pangkat Luar Biasa Operasi Militer Selain Perang
KPLBOMPA	: Kenaikan Pangkat Luar Biasa Operasi Militer Anumerta
KPBOMSPA	: Kenaikan Pangkat Luar Biasa Operasi Militer Selain Anumerta
KPMT	: Kenaikan Pangkat Medan Tempur
KPRP	: Kenaikan Pangkat Reguler Percepatan
PHH	: Kenaiakan Pangkat Penghargaan
RHS	: Riwayat Hidup Singkat
Sprinklak	: Surat Perintah Pelaksanaan
TNI-AD	: Tentara Nasional Indonesia-Angkatan Darat
UKP	: Usulan Kenaikan Pangkat
Yonmek	: Yonif Mekanik

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	71
Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	72
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Dari Kampus.....	73
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian Dari satuan Yonif 512/QY	74
Lampiran 5 Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian	75
Lampiran 6 Bukti Revisi Ujian KTI.....	76
Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	77
Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden	78
Lampiran 9 Kisi-Kisi Kuesioner	79
Lampiran 10 Lembar Kuesioner	80
Lampiran 11 Rekapitulasi Hasil Penelitian	84
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian	86
Lampiran 13 Lembar Konsultasi	89

ABSTRAK

Prastya Dwi, Andika, 2022. **Gambaran kesiapan prajurit dalam mengikuti tes kebugaran jasmani pada usulan kenaikan pangkat (UKP) di Yonif Mekanis 512/QY Malang.** Karya Tulis Ilmiah Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang Prodi Keperawatan . Pembimbing I Ns. Tien Aminah, M.Kep. Pembimbing II Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep

UKP merupakan kegiatan yang wajib dilaksanakan oleh prajurit TNI untuk menunjang karier prajurit dalam penempatan jabatan atau keperluan pendidikan atau penugasan-penugasan lainnya. Kesiapan merupakan salah satu faktor utama pendukung keberhasilan usulan kenaikan pangkat prajurit. Namun kesiapan prajurit dalam menghadapi UKP pada umumnya kurang baik karena dipengaruhi oleh faktor fisik, mental dan pengetahuan prajurit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kesiapan prajurit dalam mengikuti tes kebugaran jasmani pada usulan kenaikan pangkat (UKP) di Yonif Mekanis 512/QY Malang.

Desain penelitian adalah deskriptif. Populasi seluruh prajurit yang sedang mengikuti tes kebugaran jasmani pada usulan kenaikan pangkat sejumlah 45 prajurit. Sampel sebanyak 30 prajurit. Teknik sampling menggunakan *Purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 9-10 Februari 2022 di Lapangan Batalyon Yonif Mekanis 512/QY Malang. Analisa data menggunakan univariat.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki kesiapan cukup sebanyak 16 orang (53%), hampir setengah responden kesiapan baik sebanyak 8 orang (27%) dan sebagian kecil responden memiliki kesiapan buruk sebanyak 6 orang (20%). Hal ini dikarenakan kurangnya latihan fisik dan kesiapan mental saat menghadapi usulan kenaikan pangkat.

Diharapkan prajurit lebih meningkatkan latihan kebugaran jasmani untuk mencapai tingkat kebugaran fisik (*physical fitness*) dalam kategori baik sehingga siap dan siaga dalam melaksanakan tes kebugaran jasmani pada usulan kenaikan pangkat (UKP) dengan hasil yang sangat bagus.

Kata Kunci : Kesiapan, Prajurit, Usulan Kenaikan Pangkat (UKP)

ABSTRACT

Prastya Dwi, Andika, 2022. **An illustration of the readiness of soldiers in taking the physical fitness test on the proposed promotion (UKP) at the 512/QY Mechanical Infantry Battalion in Malang.** Scientific Papers Institute of Technology, Science and Health RS. dr. Soepraoen Malang Nursing Study Program. Advisor I Ns. Tien Aminah, M.Kep. Supervisor II Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep

UKP is an activity that must be carried out by TNI soldiers to support soldiers' careers in placement or educational needs or other assignments. Readiness is one of the main factors supporting the success of the proposed promotion of soldiers. However, the readiness of soldiers in facing UKP is generally not good because it is influenced by physical, mental and knowledge factors of soldiers. This study aims to determine how the readiness of soldiers in taking the physical fitness test on the proposed promotion (UKP) at the 512/QY Mechanical Infantry Battalion Malang.

The research design is descriptive. The population of all soldiers who are taking the physical fitness test on the proposed promotion is 45 soldiers. The sampling technique used purposive sampling. Collecting data using a questionnaire sheet. The research was conducted on 9-10 February 2022 at the 512/QY Mechanical Battalion Field, Malang. Data analysis using univariate.

The results showed that most of the respondents had sufficient readiness as many as 16 people (53%), almost half of the respondents were well prepared as many as 8 people (27%) and a small proportion of respondents had poor readiness as many as 6 people (20%). This is due to a lack of physical training and mental readiness when facing a proposed promotion.

It is expected that soldiers will further improve physical fitness training to achieve physical fitness levels in the good category so that they are ready and alert in carrying out physical fitness tests on proposed promotions (UKP) with very good results.

Keywords: Readiness, Soldier, Proposed for Promotion (UKP)