

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada masa sekarang ini, olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak, kepribadian, kedisiplinan dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan kebugaran jasmani setiap individual. Olahraga adalah salah satu aktivitas yang diminati oleh masyarakat dimana pelaksanaannya yang mudah dan praktis dan tidak memerlukan biaya yang cukup mahal. Olahraga bertujuan untuk memperoleh kesehatan bagi tubuh dan juga mendapatkan prestasi melalui cabang-cabang olahraga.

Di dalam melaksanakan kegiatan olahraga, diperlukan kebugaran jasmani yang baik. Kebugaran jasmani adalah merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan, terlebih dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Tingkat kebugaran jasmani setiap manusia pada umumnya berbeda-beda. Orang yang lebih banyak memiliki aktivitas yang banyak biasanya akan lebih baik tingkat kebugaran jasmaninya dibandingkan dengan orang yang memiliki aktivitas yang lebih sedikit. Hal ini membuktikan bahwa aktivitas dapat mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani.

Kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang menyelesaikan tugas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti, dengan mengeluarkan energi yang cukup besar guna memenuhi kebutuhan geraknya dan menikmati waktu

luang serta memenuhi keperluan-keperluan darurat bila sewaktu-waktu diperlukan (Sajoto, 1988 : 43). Dengan demikian juga halnya dengan anggota Resimen Mahasiswa, sangat penting menjaga kebugaran jasmaninya untuk melaksanakan fungsinya sebagai stabilisator dan dinamisator kampus.

Menwa (Resimen Mahasiswa) didirikan sebagai wujud kepedulian terhadap kesadaran bela Negara. Menwa dapat membentuk mahasiswa yang mempunyai disiplin, mental serta berdedikasi tinggi, menumbuhkan jiwa persatuan dan cinta tanah air. Dalam perannya di perguruan tinggi Menwa menjunjung tinggi kehormatan almamater, membentuk kelancaran dan pelaksanaan program perguruan tinggi sebagai pusat pengembangan ilmu pengetahuan. Resimen Mahasiswa adalah salah unit kegiatan mahasiswa (UKM) yang ada di perguruan tinggi khususnya di Universitas Negeri Medan dimana fungsi utamanya sebagai stabilisator dan dinamisator kampus, Menwa yang bertempat di UNIMED disebut dengan Menwa Satya Nagara. Menwa Satya Nagara UNIMED berdiri Pada tanggal 25 Mei 1977, yang memiliki motto yaitu ; *Widya Castrena Dharma Siddha* yang artinya “Penyempurnaan Kewajiban Dengan Ilmu Pengetahuan dan Ilmu Keprajuritan”. Untuk mencapai hal tersebut maka anggota Resimen Mahasiswa dituntut untuk memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik dan sumber daya manusia yang berkualitas serta terampil untuk dapat mewujudkan fungsinya dengan baik.

Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan berasal dari beberapa Fakultas yang ada di Universitas Negeri Medan yaitu : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,

Fakultas Teknik, Fakultas Bahasa dan Seni, Fakultas Ilmu Sosial, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Fakultas Ekonomi.

Anggota Menwa Satya Nagara Universitas Negeri Medan harus memiliki tingkat Kebugaran Jasmani yang baik. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kebugaran jasmani anggota Menwa, maka dilakukan pelatihan seperti apel rutin tiga kali dalam seminggu serta kegiatan Latihan Kebugaran (Latgar) di Satya Nagara Universitas Negeri Medan, Pra Pendidikan Dasar, Pendidikan Dasar Militer (DIKSARMIL) yang dilakukan di Kompi A PASKHAS BS Medan, Penerimaan Satuan, Pendidikan Kejuruan. Pendidikan Dasar Militer yang dilakukan di Kompi A PASKHAS BS Medan merupakan salah satu Pendidikan yang harus diikuti calon anggota Menwa (CAMEN) untuk menjadi anggota Menwa.

Pada saat mengikuti Pendidikan Dasar Militer, Calon Menwa akan mendapatkan Pelatihan diantaranya: Pembinaan Fisik (Binsik), Peraturan Baris - Berbaris (PBB), Pengetahuan akan Bela Negara, Pelatihan Tata Upacara Militer (TUM), Bela Diri Militer (BDM), Senam Balok, Bongkar Pasang Senjata dan menembak, yang kesemuanya itu bertujuan untuk membina fisik, pengetahuan Militer dan jiwa kepemimpinan yang baik.

Sebelum calon anggota Menwa mengikuti pendidikan dasar militer, calon anggota Menwa dipersiapkan baik fisik maupun mental, berhubung pendidikan dasar militer merupakan pendidikan yang membutuhkan fisik dan mental yang baik.

Untuk mencapai tingkat kebugaran jasmani yang baik diperlukan latihan-latihan fisik. Aktifitas fisik (*Physical conditioning*) memegang peran penting untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Melalui latihan fisik yang teratur dan kesinambungan, seseorang akan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang tinggi sehingga akan dapat melakukan tugas sehari-harinya dengan baik. Kemampuan kerja fisiknya akan semakin baik, sehingga hasil kerjanya semakin produktif. Ada beberapa latihan fisik meningkatkan kebugaran jasmani calon anggota yaitu dengan latihan 3 kali dalam seminggu yaitu : selasa, kamis, dan sabtu dengan pembinaan fisik seperti : lari mengelilingi Unimed, push-up, sit-up, renang, sedangkan pada saat pendidikan dasar militer calon anggota akan melakukan latihan setiap hari selama 2 minggu, dengan kegiatan pembinaan fisik seperti : lari pagi, siang dan malam, push-up, sit-up, senam. Pendidikan dasar militer bagi calon anggota Resimen Mahasiswa adalah suatu pendidikan yang harus dilalui calon anggota untuk menjadi anggota Resimen Mahasiswa dengan tujuan untuk mempersiapkan anggota Resimen Mahasiswa yang memiliki kondisi fisik baik dan memiliki wawasan kebangsaan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti mengenai pendidikan dasar militer tahun 2012 di Kompi A PASKHAS BS Medan, calon anggota menwa Satya Nagara Universitas Negeri medan ada yang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga tidak dapat mengikuti pendidikan dasar dengan maksimal, sehingga materi-materi yang akan di ajarkan pelatih tidak semua dapat di ikuti. Penurunan daya tahan ini dapat dilihat dari keaktifan calon anggota mengikuti

setiap materi pelajaran, Penurunan daya tahan ini juga dapat dilihat saat pembinaan fisik.

Berdasarkan uraian dan permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang peran pendidikan dasar militer terhadap kebugaran jasmani dan selanjutnya menuangkannya dalam bentuk skripsi dengan judul : **Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan Sebelum Mengikuti Pendidikan Dasar Militer Dan Sesudah Mengikuti Pendidikan Dasar Militer Tahun 2013.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari uraian yang telah dikemukakan diatas, agar tidak terjadi kesalah pahaman tentang masalah yang diteliti, maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah terkait dengan latar belakang diatas, yaitu:

1. Faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan.
2. Bagaimana Tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sebelum mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.
3. Bagaimana Tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sesudah mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dalam identifikasi masalah, maka peneliti membatasi masalah pada hal-hal yang pokok saja dengan memperjelas tujuan atau sasaran yang akan dicapai yakni, untuk mengetahui perbedaan tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sebelum mengikuti Pendidikan Dasar Militer dan sesudah mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah diatas, maka peneliti merumuskan beberapa masalah yakni : Apakah Ada Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan Sebelum Mengikuti Pendidikan Dasar Militer dan Sesudah Mengikuti Pendidikan Dasar Militer Tahun 2013.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk :

1. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sebelum mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.
2. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sesudah mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.

3. Untuk mengetahui Perbedaan tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sebelum mengikuti Pendidikan Dasar Militer dan sesudah mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian di dalam pembahasan ini antara lain adalah:

1. Untuk mendapatkan informasi dan data tentang tingkat kebugaran jasmani calon anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sebelum mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.
2. Untuk mendapatkan informasi dan data tentang tingkat kebugaran jasmani calon anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sesudah mengikuti pendidikan dasar militer tahun 2013.
3. Untuk mengetahui perbedaan tingkat kebugaran jasmani Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan sebelum mengikuti Pendidikan Dasar Militer dan sesudah mengikuti Pendidikan Dasar Militer tahun 2013.
4. Bagi Calon Anggota Resimen Mahasiswa Satya Nagara Universitas Negeri Medan dapat menjadi sumber informasi dalam membina dan meningkatkan kondisi kebugaran jasmaninya.
5. Sebagai masukan kepada pengurus Resimen Mahasiswa Sumatera Utara dan pelatih dari KOMPI A PASKHAS BS Medan mengenai Pendidikan Dasar Militer.