



## Variasi Latihan Fisik Anggota Brimob Batalyon B Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir

Ahiruddin<sup>1</sup>, Debby Indah<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Rokania, Indonesia

### Info Artikel

Sejarah Artikel:  
Diterima Maret 2023  
Revisi April 2023  
Diterima Mei 2023  
Tersedia online November 2023

**Kata kunci:** *Latihan fisik*

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan Variasi latihan fisik yang diberikan pelatih Brimob Batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir. Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Subjek penelitian ini adalah anggota Brimob Batalyon B Jonction Rokan Hilir yang berjumlah 20 orang. Dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Instrumen tes yang digunakan adalah pengamatan dan dokumentasi. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah total sampling. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Variasi latihan anggota brimob Batalyon B Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir prestasi sudah optimal atau sistem yang diterapkan sudah menghasilkan sesuai yang diharapkan sehingga fisik anggota brimob baik, 2) Batalyon B Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir saat ini dikelola oleh Polda Riau di bawah Pengawasan Kakorbrimob Polri sehingga struktur kepengurusan sesuai dengan tugasnya masing-masing.

### Abstract

*The aim of this research is to describe the variations in physical training given by the Brimob Battalion B Manggala Jonction Rokan Hilir trainer. The type of research used is descriptive research. The subjects of this research were 20 members of Brimob Battalion B Jonction Rokan Hilir. With a sample size of 20 people. The test instruments used are observation and documentation. The sampling technique used was total sampling. Based on the results of the research obtained, it can be concluded as follows: 1) Variations in training for Brimob Battalion B members, Pioneers of Manggala Jonction Rokan Hilir, performance is optimal or the system implemented has produced results as expected so that the physical characteristics of Brimob members are good, 2) Battalion B Pioneers of Manggala Jonction Rokan Hilir is currently managed by the Riau Regional Police under the supervision of the National Police's Mobile Brigade Headquarters so that the management structure is in accordance with their respective duties.*

\*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Olahraga merupakan unsur penting dalam pemeliharaan kesehatan manusia. Selain itu olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mendapatkan tubuh yang sehat dan kuat, aktivitas itu sendiri cenderung menyenangkan dan menghibur. Olahraga berarti mengolah atau menyempurnakan jasmani atau fisik, Olahraga juga dapat membantu kita untuk mengendalikan berat badan, karena mampu mengurangi lemak dalam tubuh. Olahraga merupakan salah satu latihan fisik yang baik untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani (Supriyoko & Mahardika, 2018).

Salah satu dari tujuan keolahragaan Nasional adalah prestasi. Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan No 11 Tahun 2022 Pasal 1 Ayat 12 yang berbunyi: “Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan” (Indonesia, 2022).

Secara umum Polri memiliki lima fungsi operasional Kepolisian yang memiliki tugas masing-masing yaitu fungsi intelijen, fungsi reserse, fungsi bimbingan masyarakat, fungsi lalu lintas dan fungsi samapta bhayangkara (Mendila, 2021). Kepolisian Negara Republik Indonesia merupakan alat negara yang berperan dalam memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, serta memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat dalam rangka terpeliharanya keamanan dalam negeri (Pasal 5 ayat (1) UU No. 2, 2002). Pada sisi lain polisi juga mengemban tugas sosial kemasyarakatan dimana harus memperhatikan nilai-nilai yang hidup di masyarakat (Anshar & Setiyono, 2020). Dalam kepolisian Indonesia ada beberapa satuan kepolisian diantaranya Sabara, Lantas, Provos dan termasuk juga Brimob. Di setiap kabupaten/kota (Polres) yang ada di Indonesia ada anggota Brimob. Anggota Brimob adalah aset sumber daya manusia Polri yang strategis dimana kepuasan kerja yang dirasakan anggota dari organisasi sangat berpengaruh dan berdampak terhadap kinerja individu dan organisasi (Mohammad Bagus Kurniawan, 2021).

Korps Brigade Mobil atau lazimnya disebut Brimob mempunyai peran yang khusus dibandingkan fungsi Kepolisian lainnya, sebagai mana tertuang dalam buku Postur Brimob yaitu melaksanakan dan mengerahkan kekuatan Brimob guna menanggulangi gangguan kamtibmas berkadar tinggi, utamanya kerusuhan massa, kejahatan terorganisir, senjata api, bom, bahan kimia, biologi dan radioaktif. Esensi Brimob sebagai Polisi Republik Indonesia (Polri) adalah mengedepankan nilai-nilai kepolisian sebelum mengambil tindakan tegas (Fakhri & Jaati, 2018). Adapun peran Korps Brimob yaitu berperan membantu fungsi kepolisian lainnya; melengkapi operasi kepolisian kewilayahan yang dilakukan bersamaan dengan fungsi polisi lainnya; melindungi anggota unit Polisi lainnya serta warga sipil yang berada di bawah 3 man; memperkuat fungsi kepolisian lainnya dalam pelaksanaan tugas operasional daerah; dan menggantikan dan menangani tugas-tugas Kepolisian kewilayahan apabila situasi atau sasaran sudah mengarah ke kejahatan berkadar tinggi (Mohammad Bagus Kurniawan, 2021)

Kondisi fisik merupakan suatu persyaratan yang harus dimiliki oleh seorang atlet di dalam meningkatkan dan mengembangkan prestasi olahraga yang optimal, sehingga segenap kondisi fisiknya harus dikembangkan dan ditingkatkan sesuai dengan ciri, karakteristik, dan kebutuhan masing-masing cabang olahraga (Supriyoko & Mahardika, 2018). Dalam perkembangannya dapat dilakukan sebagai kegiatan menghibur, menyenangkan, atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Pemerintah sendiri menjadikan olahraga sebagai pendukung terwujudnya manusia Indonesia yang sehat dengan menempatkan olahraga sebagai salah arah kebijakan pembangunan yaitu menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup.

Segala aktifitas yang berkaitan dengan olahraga tidak dapat di pisahkan dengan kehidupan manusia, dalam olahraga tentu mempunyai tujuan yang beraneka ragam yang bertujuan tentunya untuk prestasi, kesehatan maupun untuk hiburan atau rekreasi. Olahraga untuk tujuan mencapai prestasi yang optimal dibutuhkan latihan yang

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com

berkesinambungan atau continue. Dengan melakukan olahraga yang rutin, maka akan dapat meningkatkan kemampuan fisik anggota brimob, tujuannya adalah agar dapat menjalankan pekerjaan sebagai abdi negara Indonesia harus maksimal.

Berolahraga mempunyai peran yang besar dalam menentukan tingkat kesehatan seseorang, sementara itu tidak berolahraga dapat mengakibatkan faktor resiko berbagai penyakit dimasa yang akan datang (Cartiman et al., 2019). Olahraga yaitu Pengembangan fisik, pengembangan teknik, pengembangan mental, dan kematangan juara. Dalam sebagian pandangan ahli aspek fisik merupakan pondasi dari anggota kepolisian. Karena kondisi fisik merupakan unsur yang sangat penting sekali didalam abdi negara. Kondisi fisik dan komponen-komponen kondisi fisik merupakan satu kesatuan utuh dari komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya (Indrayana & Yuliawan, 2019). Oleh karena itu latihan fisik perlu mendapatkan perhatian lebih dan serius guna menjaga kedaulatan Indonesia. Brimob Batalyon Jonction merupakan salah satu bagian dari kepolisian Rokan Hilir. Pada dasarnya anggota brimob sangat membutuhkan kondisi fisik yang baik agar kinerja untuk mengabdikan dapat berjalan dengan baik. Variasi latihan yang baik juga dapat membuat anggota brimob senang seperti the monkey, push up, sit up, pull up dan lari. Lari pada anggota brimob baik pagi, siang dan sore. Model lari pada satuan ini ada yang long run juga.

Dayatahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang merupakan kegiatan yang dilakukan relatif lama tanpa kelelahan yang berarti. Salah satu dayatahan yaitu lari 12 menit. Lari 12 menit adalah salah satu bentuk latihan yang perlu dilakukan jika ingin meningkatkan kesegaran jasmani kearah yang lebih baik, karena jika seseorang dapat berlari terus menerus selama 12 menit dan dapat menempuh jarak 2400 meter maka kategori kebugaran jasmaninya baik (Subadiman, 2013). Kelincahan merupakan salah satu faktor kondisi fisik yang sangat dominan yang harus dimiliki oleh anggota kepolisian terutama anggota brimob. Salah satu alat ukur untuk melihat kemampuan kelincahan seseorang yaitu dengan tes shuttle run. Zig-zag run adalah suatu bentuk latihan kecepatan yang dilakukan dengan gerakan yang berbelok-belok dengan melewati tonggak atau cone yang telah disiapkan, dimana latihan ini bertujuan untuk melatih kemampuan berubah arah dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan (Mirfan et al., 2020).

Anggota Brimob idealnya membutuhkan beberapa komponen fisik yang dapat menunjang anggota agar maksimal didalam melakukan tugasnya. Berdasarkan observasi di Polres Rokan Hilir, pada saat latihan dilakukan oleh bentuk-bentuk latihan penunjang kondisi fisik Anggota Brimob Batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir. Dalam latihan tampak terlihat kondisi fisik anggota dan padatnya jadwal pekerjaan.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu variabel, Arikunto dalam (Putra, 2015). Adapun variabel dalam penelitian ini adalah variasi latihan fisik dan subjeknya adalah Anggota Brimob Batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir

## **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini yaitu anggota Brimob Batalyon B Jonction Rokan Hilir yang berjumlah 20 orang.

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com

## Pengembangan Instrument

8

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sebuah penelitian. Adapun alat atau nama tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengamatan dan dokumentasi

## Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan suatu hal yang penting dalam penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian dimaksudkan untuk memperoleh bahan-bahan, keterangan, kenyataan-kenyataan dan informasi yang dapat dipercaya (Barlian, 2016:54). Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan, dalam pengumpulan data ini pengumpulan data dilaksanakan oleh peneliti dengan cara langsung turun kelapangan untuk mendapatkan sejumlah data yang dibutuhkan berkenaan dengan Variasi Latihan Fisik Anggota Brimob Batalyon B Manggala Jonhon Rokan Hilir. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah:

### Observasi

Observasi merupakan salah satu varian pilihan metode pengumpulan data yang memiliki karakter kuat secara metodologis (Hasanah, 2016). Berdasarkan pelaksanaannya observasi dapat dibedakan atas dua jenis, Observasi berperan serta (*participant observation*) dan observasi nonpartisipatif (*nonparticipatory observation*) pengamat tidak ikut serta dalam kegiatan, hanya berperan mengamati kegiatan dan tidak ikut dalam kegiatan". Artinya peneliti bukan merupakan bagian dari kelompok yang ditelitinya dan peneliti hanya datang di tempat kegiatan orang yang diamati tetapi tidak ikut terlibat dalam kegiatan tersebut.

Melalui pengamatan secara langsung, maka peneliti dapat melihat dan mengamati Variasi Latihan Fisik Anggota Brimob Batalyon Jonction Rokan Hilir. Observasi dilakukan untuk mendapatkan informasi yang berupa tempat, pelaku, kegiatan objek, perbuatan, peristiwa, dan waktu. Alasan peneliti melakukan observasi adalah untuk menyajikan gambaran realistik perilaku atau kejadian untuk menjawab pertanyaan dan untuk evaluasi serta melakukan pengukuran terhadap aspek tertentu serta menilai reaksi tersebut apakah sangat kurang atau tidak sesuai dengan apa yang dikehendaki.

### Studi Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang dapat berupa tulisan, gambar, atau karya-karya tertentu (Nurfida & Hodijah, 2018). Kejadian atau peristiwa tertentu yang dapat dijadikan untuk menjelaskan kondisi didokumentasi oleh peneliti. Dalam hal ini peneliti menggunakan dokumentasi foto kegiatan, catatan kegiatan, dan berbagai informasi lain yang dapat mendukung hasil penelitian.

### Teknik Analisa Data

Data dan informasi yang didapat terlebih dahulu disesuaikan dengan aspek- aspek penelitian, selanjutnya data dan informasi tersebut dideskripsikan dalam bentuk temuan penelitian. Konsep yang digunakan untuk menganalisis data penelitian ini adalah bagaimana bentuk variasi latihan fisik yang diberikan oleh Pelatih Brimob Batalyon Jonhon Rokan Hilir. Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam menganalisis data menurut Milles dan Huberman dalam Barlian (2016:155) yang terdiri dari beberapa tahap yaitu: reduksi data penyajian data, interpretasi data, dan menarik kesimpulan.

### Rancangan Pengujian Keabsahan Data

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif, maka analisis datanya menggunakan analisis kualitatif. Setelah semua data telah dikumpulkan maka keabsahan data yang dilakukan analisis

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com

normatif terhadap data- data yang diambil melalui studi dokumenter. Untuk mendapatkan kredibilitas tinggi maka dalam penelitian ini digunakan tiga bentuk pemeriksaan keabsahan.

#### *Teknik ketekunan pengamatan*

Pengamatan dilakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan cara ini urutan peristiwa dan kepastian data akan dapat direkan secara pasti dan sistematis. Hal ini dapat memudahkan peneliti melakukan pengecekan kembali apakah data yang telah dikumpulkan benar atau tidak. Tahap awal peneliti untuk meningkatkan ketekunan adalah dengan cara membaca berbagai referensi buku maupun hasil penelitian yang terkait dengan temuan yang diteliti (Mekarisce, 2020). Dengan membaca maka wawasan peneliti akan semakin luas, sehingga dapat digunakan untuk memeriksa data yang ditemukan itu benar dan dapat dipercaya.

#### **Teknik Member Check**

*Member check* adalah agar informasi yang diperoleh dan digunakan dalam penulisan laporan sesuai dengan apa yang dimaksud sumber data atau informan (Apriliana, 2016). Jadi tujuan *member check* adalah agar informasi yang diperoleh dan akan digunakan dalam penulisan laporan sesuai dengan apa yang dimaksud sumber data atau informasi. Peneliti melakukan pengecekan ulang terhadap hasil wawancara, peneliti melihat dan memastikan bahwa apa-apa saja yang menjadi pertanyaan telah terjawab semua oleh informan dan menganalisis hasil wawancara tersebut agar apa yang disampaikan oleh informan dapat dimengerti dan dipahami oleh peneliti.

#### **Teknik Triangulasi**

Hakikat triangulasi merupakan sebuah pendekatan multi-metode yang dilakukan oleh seorang periset pada saat periset tersebut mengumpulkan serta menganalisis data (Alfanyur & Mariyani, 2020). Triangulasi teknik, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Observasi dilakukan untuk mengamati Variasi Latihan Fisik Anggota Brimob Batalyon Jonhon Rokan Hilir. Alat yang digunakan dalam observasi ini adalah pedoman observasi yang berisikan indikator-indikator kualitas Variasi Latihan Fisik Anggota Brimob Batalyon Jonhon Rokan Hilir. Proses wawancara ini dilakukan dengan membawa alat perekam dan alat tulis untuk dapat merekam dan mempermudah dalam menafsirkan wawancara yang kemudian disusun secara sistematis. Pada proses dokumentasi ini digunakan untuk memperoleh data sekunder, dokumentasi dilakukan terhadap arsip- arsip seperti kegiatan latihan, catatan anggota, peraturan dan sebagainya yang diperlukan oleh peneliti untuk mendukung penelitian dan data primer adalah berupa hasil wawancara dalam bentuk kata-kata.

## **HASIL**

### **Deskripsi Data Penelitian**

Berdasarkan pengumpulan data dan analisis peneliti lakukan pada anggota brimob batalyon B Manggala Jonction, bahwa brimob batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir dalam melakukan pembinaan dalam meningkatkan fisik anggota selalu memperhatikan aspek-aspek yang menunjang dalam meningkatkan kebugaran.

### **Bentuk Variasi latihan fisik yang diberikan pelatih Brimob Batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir**

Dalam pengumpulan data dan analisis yang peneliti lakukan didapat berbagai hal yang menyangkut brimob batalyon B Manggala Jonction semenjak tahun 2007 mempunyai tujuan untuk terwujudnya penyelenggaraan pendidikan dan pelatihan bagi anggota brimob yang dikelola

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com

secara secara maksimal dilakukan dengan pendekatan yang baik.. Variasi latihan ini ditujukan pada anggota brimob agar kemampuan fisik dapat terjaga sepanjang waktu. Batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir ini merupakan salah satu markas brimob yang ada di Provinsi Riau. Segala kegiatan sarana prasarana, pemilihan pelatih, pendanaan dan lainnya itu di kelola oleh Polri. Dalam melakukan latihan anggota Batalyon B Manggala Jonction Rokan Hilir ini mempunyai tempat latihan langsung di di Jl. Manggal Jonction KM 5, Teluk Mega Kecamatan Tanah Putih. Latihan anggota brimob di pimpin oleh pelatih dalam satu minggu 3 kali latihan. Waktu latihan terdiri hari Selasa pagi, Rabu siang dan Jumat pagi. Latihan anggota brimob di batalyon ini terdiri dari lari baik itu untuk daya tahan, kekuatan maupun untuk kecepatan anggota brimob. Selain itu untuk kekuatan anggota brimob juga melakukan latihan rutin push up, pull Up. Adapun penjelasan dari setiap variasi latihan sebagai berikut:

### ***The Monkey***

Latihan ini merupakan salah satu latihan yang dilakukan di satuan Brimob Manggala Jonction Rokan Hilir. Pada latihan model ini menitik beratkan tubuh bagian atas diantaranya lengan, perut dan punggung. Dengan latihan ini dapat memperkuat otot yang bekerja diantaranya *trapezeus*, *abdominalis*, *biceps*, *triceps* dan juga otot *deltoid*. The Monkey merupakan latihan seperti bergelantungan di atas besi/palang dengan variasi-variasi tertentu yang tujuannya untuk memperkuat atau melatih tubuh bagian atas.



Gambar 1. The Monkey

### ***Push Up***

*Push Up* merupakan latihan yang dilakukan untuk mengetahui daya tahan lengan bagian luar. Hitungan penuh 1 push up adalah saat badan turun tidak menyentuh tanah. Sementara, pada saat naik tangan kembali lurus. Pada latihan push up ini pada dasarnya untuk selalu menjaga kemampuan dari setiap anggota brimob agar mempunyai kekuatan otot lengan yang baik.

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau  
\* Email: ahiruddin656@gmail.com



Gambar 2. Push Up



Gambar 3. Push Up

### ***Sit Up***

*Sit Up* merupakan gerakan duduk kemudian bangun lagi yang memiliki tujuan untuk mengetahui daya tahan serta fleksibilitas otot perut. Pada latihan kali ini setiap anggota brimob melakukan dengan baik dengan tujuan membuat kekuatan otot perut selalu prima disetiap saat.

### ***Pull Up***

*Pull Up* dilakukan oleh peserta pria untuk mengetahui kekuatan otot lengan. Gerakannya dihitung dengan cara bergantung pada sebuah palang, lalu peserta menarik badan ke atas sampai dagu melewati palang tersebut dan kembali turun sampai tangan kembali lurus. Latihan pull up pada dasarnya anggota brimob melakukan dengan tujuan untuk memperkuat tubuh bagian atas.



Gambar 4. Pull Up

### Lari Long Run

Lari merupakan salah satu kegiatan yang wajib selalu dilakukan oleh anggota brimob di satuan ini. Lari dilakukan setelah melakukan pemanasan dengan baik, tujuan dari lari untuk selalu menjaga kemampuan dari fisik anggota prima tetap prima. Selain itu manfaat lari bagi anggota dapat menyehatkan otot jantung. Variasinya ada lari pagi, siang dan sore.



16

Gambar 5. Long Run



Gambar 6. Long Run

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau  
\* Email: ahiruddin656@gmail.com



Gambar 7. Long Run.

## **Pembahasan**

### **Variasi Latihan Fisik Anggota Brimob Batalyon B Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir**

Berdasarkan hasil penelitian secara umum menunjukkan bahwa latihan dalam meningkatkan fisik anggota brimob Batalyon Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir sudah baik atau sistem yang diterapkan memberikan hasil yang diharapkan. Dilakukan guna mengantisipasi atas berkembangnya lingkungan strategi baik global, regional maupun nasional yang akan berimplikasi terhadap perkembangan kejahatan mulai dari kejahatan konvensional sampai transnasional. Dan kejahatan terhadap kekayaan negara serta kejahatan yang berimplikasi kontijensi. Hal itu dilakukan karena Korbrimob Polri merupakan bagian dari Polri yang mempunyai tugas pokok menanggulangi kejahatan berintensitas tinggi dengan kemampuan Reserse Mobile. Dalam Brimob, penggunaan kekuatan kepolisian ketika menangani suatu kejadian yang dilakukan secara fisik, baik kekuatan mematikan maupun tidak, itu dibenarkan oleh hukum. Namun, penggunaan kekuatan kepolisian tersebut harus dilaksanakan secara proporsional berdasarkan Perkap Nomor 6/2005.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Variasi latihan anggota brimob Batalyon B Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir prestasi sudah optimal atau sistem yang diterapkan sudah menghasilkan sesuai yang diharapkan sehingga fisik anggota brimob baik.
2. Batalyon B Pelopor Manggala Jonction Rokan Hilir saat ini dikelola oleh Polda Riau di bawah Pengawasan Kakorbrimob Polri sehingga struktur kepengurusan sesuai dengan tugasnya masing-masing.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STKIP Rokania yang telah menerima artikel untuk diterbitkan sehingga dapat berguna bagi peneliti berikutnya. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com

## REFERENSI

- Alfansyur, A., & Mariyani. (2020). Seni Mengelola Data: Penerapan Triangulasi, Teknik, Sumber Dan Waktu Pada Penelitianpendidikan Sosial. *Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah* , 146-150.
- Anshar, R. U., & Setiyono, J. (2020). Tugas dan Fungsi Polisi Sebagai Penegak Hukum dalam Perspektif Pancasila. *Jurnal Pembangunan Hukum Indonesia*, 2(3), 359–372.
- Cartiman, Mubarak, M. Z., & Ginanjar, A. (2019). Profil Daya Tahan Anggota Polisi Sektor Krangkeng. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 52–57.
- Fakhri, M., & Jaati, K. (2018). Gambaran Agresivitas Anggota Brimob Pasca Ekspedisi Papua. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 9(2), 148. <https://doi.org/10.24036/rapun.v9i2.102211>
- Indonesia, P. R. (2022). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan* (pp. 1–89).
- Indrayana, B., & Yuliawan, E. (2019). Penyuluhan Pentingnya Peningkatan Vo2Max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna Fc Kecamatan Rantau Rasau. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 3(1), 41–50. <https://doi.org/10.21009/jsce.03105>
- Mendila, V. (2021). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Anggota Polisi Kepolisian Resor Mappi. *Jurnal Ilmu Hukum, Humaniora Dan Politik*, 1(4), 427–432. <https://doi.org/10.38035/jihhp.v1i4.729>
- Mirfan, F. fitri, Syahra, S., Donie, & Yendrizal. (2020). Shuttle Run Dan Zig Zag Run Berkontribusi Terhadap Kemampuan Footwork Atlet Bulutangkis. *Jurnal Patriot*, 2(4), 928–939. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/685>
- Mohammad Bagus Kurniawan. (2021). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Dan Budaya Organisasi Terhadap Kepuasan Kerja Anggota Korps Brimob Polri. *Jurnal Public Corner Fisip Universitas Wiraraja*, 16(1), 58–78.
- Putra, E. A. (2015). Anak Berkesulitan Belajar di Sekolah Dasar Se-Kelurahan Kalumbuk Padang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 4(3), 71–76. <http://103.216.87.80/index.php/jupekhu/article/viewFile/6065/4707>
- Subadiman, B. (2013). Perbedaan Pengaruh Lari 12 Menit Dengan Jalan Cepat 4.8 Kilometer Terhadap Kapasitas Vital Paru-Paru Pada Mahasiswa Jurusan Ikor Fik Unimed. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 19 (September), 37–46.
- Supriyoko, A., & Mahardika, W. (2018). Kondisi Fisik Atlet Anggar Kota Surakarta. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 280. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v4i2.12540](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12540)

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: ahiruddin656@gmail.com