

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilaksanakan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat kebugaran jasmani anggota TNI AD yang mengikuti kesamaptaaan jasmani di satuan Kodam XII/Tanjungpura dinyatakan lulus, hal ini berdasarkan dari data penilaian tes kesamaptaaan garjas A, B dan renang 50 meter yang meliputi, lari 12 menit, *sit up*, *shuttle run*, *push up* serta *pull up* sebagai berikut :

7. Dari data sampel lari 12 menit hasil tes kesamaptaaan personel TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata 52,28 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaaan jasmani lari 12 menit nilai terendah sesuai kategori minimal nilai 41,00. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus.
8. Dari data sampel *pull up* hasil tes kesamaptaaan personel TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata 62,78 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaaan jasmani *pull up* nilai terendah sesuai kategori minimal nilai 43,00. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus.
9. Dari data sampel *sit up* diatas hasil tes kesamaptaaan personel TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata 91,11 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaaan jasmani *sit up* nilai terendah sesuai kategori minimal nilai 43,00. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus.
10. Dari data sampel *push up* hasil tes kesamaptaaan personel TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata 73,56 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaaan jasmani *push up* nilai terendah sesuai kategori minimal nilai 43,00. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus.

11. Dari data sampel *shuttle run* hasil tes kesamaptaan personil TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata 78,06 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaan jasmani *shuttle run* nilai terendah sesuai kategori minimal nilai 43,00. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus.
12. Dari data sampel renang 50 meter hasil tes kesamaptaan personil TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata 78,06 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaan jasmani *shuttle run* nilai terendah sesuai kategori minimal nilai 43,00. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus.

Dari data sampel diatas rekapitulasi hasil dari tes kesamaptaan personil TNI AD khususnya pria dengan nilai rata-rata garjas A ditambah dengan garjas B yaitu 64,33 memenuhi standar yang mana dalam kesamaptaan jasmani garjas terendah sesuai kategori minimal nilai 43,00 dan sampel rata-rata nilai renang 50 meter personal TNI AD bernilai 65,16. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil kesamaptaan personal keuangan kodam memenuhi kategori lulus. Sedangkan untuk personil keuangan kodam atas nama wahyudin tidak dapat mengikuti tes kesamaptaan garjas maupun renang, dikarenakan tensi yang tidak memenuhi standar kriteria yaitu 160/130 pada saat tes berlangsung, sehingga memperoleh nilai 0 dengan keterangan tidak lulus.