



**KEPOLISIAN NEGARA REPUBLIK INDONESIA
DAERAH KEPULAUAN RIAU
RESOR TANJUNGPINANG**

Nomor	:
Tanggal Pembuatan	: 6 JANUARI 2020
Tanggal Revisi	: 23 MARET 2020
Tanggal Pengesahan	: 27 MARET 2020
Disahkan oleh	KABAG SUMDA POLRES TANJUNGPINANG H. JASWIR, S.H. KOMISARIS POLISI NRP 63050629
Nama SOP	: UJIAN KESAMAPTAAN JASMANI BERKALA BAGI PERSONEL POLRES TANJUNGPINANG
Dasar Hukum	Kualifikasi Pelaksana
1. Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia; 2. Surat Keputusan Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia No. Pol : Skep / 984 / XII / 2004 tanggal 28 Desember 2004 tentang Pedoman Administrasi Ujian Kesamaptaaan Jasmani dan Beladiri Polri bagi Pegawai Negeri pada Polri	1. Menguji dan menilai sesuai dengan tahapan ujian 2. Memberikan arahan yang berkaitan dengan pelaksana
Keterkaitan ujian	Peralatan / Perlengkapan
1. Untuk memuat data hasil nilai kebugaran, postur dan keterampilan. 2. Untuk Rekomendasi sebagai bahan pertimbangan dalam pembinaan karier pegawai negeri pada Polri.	1. Peraturan Kapolri 2. Komputer, Printer dan Jaringan Internet 3. ATK
Peringatan	Pencatatan dan Pendataan
1. Bagi Personel Polres Tanjungpinang yang tidak melaksanakan ujian kesamaptaaan jasmani berkala dengan keterangan (cuti/izin, sakit, dinas dll) di berikan kesempatan untuk mengikuti ujian susulan selama periodik berjalan. 2. Bagi Personel Polres Tanjungpinang yang tidak melaksanakan ujian kesamaptaaan jasmani berkala dengan keterangan (TK) direkomendasikan untuk tidak mengikuti dan dipromosikan dalam Usulan Kenaikan Pangkat (UKP), Mutasi, Sekolah Pengembangan di lingkungan Polri, Asessment Jabatan Struktural di lingkungan Polda Kepri dan Polres/Ta, tes dalam rangka penugasan khusus	1. buku agenda surat masuk, surat keluar, undangan dan ekspedisi 2. buku agenda/ nomor peraturan perundang-undangan

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
UJIAN KESAMAPTAAN JASMANI BERKALA BAGI PERSONEL POLRES TANJUNGPINANG

NO	URAIAN KEGIATAN	PELAKSANA								MUTU BAKU		
		KABAG SUMDA	KASUB BAGMIN PERS	SEKRE TARIS	PAURMIN PERS/ STAF	SATKER/ POLSEK	PANI TIA	PAUR KES	PESER TA	KELENGKAPAN	WAKT U (HARI)	OUT PUT
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14
1.	Menerima ST Kapolda Kepri tentang pelaksanaan Kesamaptaan Jasmani berkala									Agenda surat masuk	20 Menit	Disposisi kpd Kasubbag minpers
2.	Kasubbagminpers mendapat perintah dari Kabag Sumda untuk menyusun Sprin tes kesamaptaan jasmani berkala.									Konsep surat, Komputer, Perkap Naskah Dinas ATK	40 Menit	Konsep renlakgiat
3.	Pauminpers / Staf menerima perintah dari Kasubbagminpers untuk menyusun Sprin tes kesamaptaan jasmani berkala									Konsep surat, Komputer, Perkap Naskah Dinas ATK	60 Menit	Sprin
4.	Pauminpers / staf menyusun sprin panitia, Surat ke Jajaran, Surat pinjam pakai Lapangan. Dan mengirimkan Surat ke Satker dan Polsek jajaran tentang jadwal pelaksanaan Tes Kesamaptaan Jasmani berkala.									Konsep surat, Komputer, Perkap Naskah Dinas ATK	40 Menit	Sprin panitia / koordinasi
5.	Staf koordinasi dengan pemilik Lapangan tentang giat tes Kesamaptaan Jasmani berkala.									Konsep surat, Komputer, Perkap Naskah Dinas ATK	40 menit	surat
6.	Pauminpers/staf menyiapkan administrasi pendukung, cetak blanko, menyiapkan nomor dada peserta, stop watch, pluit, pena, kertas, kertas, toa, sound system, spanduk, kursi dan meja									Blanko Jasmani, stop watch, pluit, timer, pena, kertas, laptop, printer, kertas, tv led, kamera, handuk, toa, sound system, spanduk	60 menit	

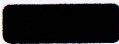
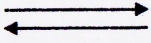
NO	URAIAN KEGIATAN	PELAKSANA								MUTU BAKU		
		KABAG SUMDA	KASUB BAGMIN PERS	SEKRE TARIS	PAURMIN PERS/ STAF	SATKER/ POLSEK	PANI TIA	PAUR KES	PESER TA	KELENGKAPAN	WAKT U (HARI)	OUT PUT
7	Kabag Sumda selaku ketua pelaksanaan Tes Kesamaptaan Jasmani berkala mengumpulkan panitia dan memberikan arahan tentang pelaksanaan tes kesamaptaan jasmani berkala. Dan tim sekretariat membagikan nomor dada dan blanko kepada peserta untuk diisi data pribadi masing-masing									Sound system, absensi panitia dan peserta	60 menit	Persiapan jasmani A
8	Tim kesehatan mengecek tensi bagi peserta yang kondisinya kurang sehat									Kertas, pena , papan portable	60 menint	Cek tensi berjalan lancar
9	Tim Jasmani A memberi pemanasan sebelum lari 12 menit dan memberikan arahan ketentuan tentang lari 12 menit kepada Peserta									Kertas, pena, stopwatch, timer, pluit, mic	12 menit	Hasil lari 12 menit
10	Katim Jasmani A memberikan aba-aba untuk persiapan dimulai, pluit dibunyikan sebagai tanda dimulai dan pluit kedua sebagai tanda waktu habis dan mengkompulir hasil lari dan mengarahkan kepada peserta untuk istirahat selama 10 menit dan dilanjutkan ke Jasmani B.									Peserta istirahat, hasil jasmani A	10 menit	Diberikan ke Tim jasmani B (Pull Up – Chining Up)

NO	URAIAN KEGIATAN	PELAKSANA								MUTU BAKU		
		KABAG SUMDA	KASUB BAGMIN PERS	SEKRE TARIS	PAURMIN PERS/ STAF	SATKER/ POLSEK	PANI TIA	PAUR KES	PESER TA	KELENGKAPAN	WAKT U (HARI)	OUT PUT
11	tim jasmani B (Pull up / Chining up) memberikan arahan tentang pull up / chining up dan memberikan aba-aba siap sebagai tanda mulai. Dan setelah selesai peserta diberi waktu sebanyak 5 menit untuk istirahat.						↓ []	→ []		Peserta istirahat, hasil jasmani B	10 menit	Diberikan ke Tim jasmani B (Sit Up – Push Up)
12	tim Jasmani B (Sit Up dan Push Up) melaksanakan tugasnya, dan setelah selesai pembantu umum menyerahkan hasil Sith up dan Push Up kepada Tim Shuttle Run untuk dilakukan Test berikutnya						[]	→ []		hasil jasmani B	10 menit	Diberikan ke Tim jasmani B (Shuttle Run)
13	Tim Jasmani B (Shuttle run) memanggil peserta berdasarkan nama blanko secara berurut dengan dibagi dua kelompok A dan B. Dan setelah selesai pembantu umum menyerahkan hasil Shuttle Run kepada tim secretariat untuk di rekap hasil dan dimasukkan kedalam Laporan Test Kesamaptaan Jasmani berkala			↓ []						hasil jasmani	-	Rekapan hasil Tes Jasmani berkala



T = Tidak = Prosedure dikembalikan / diperbaiki untuk diajukan kembali

Y = Ya = Prosedure dilanjutkan pada tahap berikutnya

	Kapsul / Terminator	Kapsul / Terminator	Kotak / Process	Belah Ketupat / Decision	Panah / arrow	Segi lima / off-page connector
Simbol						
Makna	Mulai	Berakhir	Proses / eksekusi	Pengambilan Keputusan	Arah Proses	Hubungan antar symbol yang berbeda halaman

Tanjungpinang, Maret 2021
KABAG SUMDA
STAF
RESOR TANJUNGPINANG
BASWIR, S.H
KOMPOLNRP 63050629