

**TINJAUAN TINGKAT KONDISI FISIK WASIT SEPAKBOLA
PENG CAB PSSI KOTA PADANG
TAHUN 2012**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Pengudi Skripsi Jurusan Pendidikan Kependidikan
Olahraga Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh:

**NADIA INTAN LESTARI
00870 / 2008**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**TINJAUAN TINGKAT KONDISI FISIK WASIT SEPAKBOLA
PENG CAB PSSI KOTA PADANG TAHUN 2012**

Nama : Nadia Intan Lestari

BP/ NIM : 2008/00870

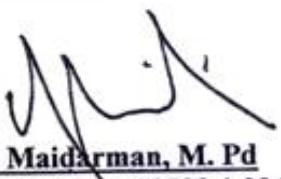
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 21 April 2012

Disetujui oleh :

Pembimbing I



Drs. Maidarman, M. Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

Pembimbing II



Drs. Afrizal S, M. Pd
NIP. 19590616 198603 1 003

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Drs. Maidarman, M. Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Pengaji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Judul : Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Wasit Sepakbola
Pengcab Pssi Kota Padang Tahun 2012

Nama : Nadia Intan Lestari

BP/NIM : 2008/00870

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 30 April 2012

Tim Pengaji

- | | |
|---------------|----------------------------|
| 1. Ketua | : Drs. Maidarman, M. Pd |
| 2. Sekretaris | : Drs. Afrizal S, M. Pd |
| 3. Anggota | : Drs. H. Witarsyah |
| 4. Anggota | : Drs. Masrun, M.Kes, AIFO |
| 5. Anggota | : Drs. M. Ridwan |

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ABSTRAK

Nadia Intan Lestari, 2012: Tinjauan Kondisi Fisik Wasit Sepakbola Pengcab PSSI Kota Padang 2012

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan tentang kondisi fisik wasit sepakbola pengcab PSSI kota Padang . Dimana sering terjadi kesalahan dalam memimpin karena Kurangnya kemampuan wasit dalam memimpin Pertandingan.

Salah satu sebab kurangnya kemampuan wasit karena kurang nya kondisi fisik wasit. Maka dilakukan tes yang terdiri dari kecepatan dan daya tahan, sedangkan jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah Wasit-wasit yang aktif dan terdaftar sebagai anggota wasit sepakbola pengcab PSSI kota Padang yang terdiri dari wasit C I, C II dan C III, yang berjumlah 30 orang tahun 2012, Teknik pengambilan sampel dilakukan secara total *sampling*, artinya semua wasit sepakbola pengcab PSSI kota Padang yang berada pada populasi dijadikan sampel yaitu sebanyak 30 orang.

Data dikumpulkan dengan menggunakan tes yang dikeluarkan oleh FIFA tahun 2009 yaitu *FIFA Fitness Test for Referee and Assistant Referees* tahun 2009 tes kecepatan lari 6×40 meter dan tes daya tahan lari 20×150 meter Analisis data digunakan teknik analisis deskriptif melalui Statistik (tabulasi frekuensi).

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian:

1. Rata-rata tingkat kecepatan yang dimiliki wasit sepakbola pengcab PSSI kota Padang 5,69 detik tergolong kategori baik sekali.
2. Rata-rata tingkat daya tahan yang dimiliki wasit sepakbola pengcab PSSI kota Padang 30,49 tergolong kategori kurang.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah.	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	3
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	6
1. Hakekat Kepemimpinan Wasit Sepakbola	6
2. Kondisi fisik	8
B. Kerangka Konseptual	16
C. Pertanyaan Peneliti	17
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	18
B. Tempat dan Waktu Penelitian	18
C. Defenisi Operasional	18
D. Populasi dan sampel	19

E. Jenis dan Sumber Data	20
F. Teknik Pengumpulan Data	20
G. Instrumen Penelitian dan Pelaksanaan Tes	21
H. Teknik Analisis Data	23
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskriptif Data	25
B. Analisis Data.....	25
C. Pembahasan.....	28
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	33
B. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA.....	34
LAMPIRAN	36

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Populasi Penelitian Wasit Sepakbola Pengcap PSSI Kota Padang	19
2. Kriteria Interval Waktu Untuk Tes Kecepatan	22
3. Kriteria Interval Waktu Untuk Tes Daya Tahan	23
4. Distribusi Frekuensi Daya Tahan Wasit Sepakbola	26
5. Distribusi Frekwensi Kecepatan Wasit Sepakbola	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bagan Alur Daya Tahan	13
2. Kerangka Konseptual.....	17
3. Bentuk Tes Kecepatan.....	21
4. Bentuk Tes Daya Tahan	22
5. Histogram Tingkat Daya Tahan Wasit Sepakbola.....	26
6. Histogram Tingkat Kecepatan Wasit Sepakbola	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Hasil Tes Daya Tahan20x150 meter	36
2. Daftar hasil Tes Kecepatan 6x40 M.....	38
3. Dokumentasi.....	40
4. Keterangan Pemeriksaan Alat Ukur	42
5. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	43
6. Surat Balasan Penelitian Dari Pengurus Perkumpulan Wasit Sepakbola PSSI Pengcab Kota Padang	44

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu aktifitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, sekarang ini keberadaannya tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat, karena olahraga sudah banyak disenangi oleh masyarakat, baik tua maupun muda.

Olahraga mempunyai makna tidak saja hanya untuk kesehatan, prestasi, pendidikan tetapi olahraga juga sebagai sarana untuk membina dan mempererat persatuan dan kesatuan bangsa yang nantinya berpengaruh terhadap pembangunan nasional. Hal ini sesuai dengan UU no. 3 Tahun 2005 pasal 4 menyebutkan tujuan keolahragaan Nasional yaitu:

“Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat pertahanan Nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa.”

Banyak sekali cabang olahraga yang di gemari masyarakat, dan salah satu yang sangat populer di seluruh kalangan masyarakat di dunia adalah sepakbola, karena olahraga ini tidak sulit dipelajari dan tidak membutuhkan tempat dan biaya yang mahal.

Dalam permainan sepakbola terdapat nilai sportifitas, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, mempererat dan membina persatuan. Contohnya menerima dengan lapang dada kekalahan dalam permainan, menghargai tim yang menang, terjadinya hubungan baik antar daerah dengan permainan

sepakbola. Permainan sepakbola sudah memasyarakat di Indonesia. Hal itu dapat kita lihat dengan begitu banyaknya orang menggemari sepakbola baik sebagai pemain maupun sebagai penonton. Penggemar permainan juga terlihat di perkotaan sampai pedesaan, kalangan anak-anak sampai orang tua, bahkan wanita juga menggemari aktifitas sepakbola. Alasan mereka menggemari sepakbola beragam-ragam seperti mengisi waktu luang, untuk berolahraga, untuk mencapai prestasi.

Olahraga sepakbola dipertandingkan mulai tingkat daerah, nasional sampai di tingkat dunia. Dalam kelancaran pelaksanaan pertandingan sepakbola peranan wasit sangat menentukan jalannya pertandingan. Untuk itu seorang wasit wajib memiliki sertifikat wasit dimana dia harus memahami peraturan dan memiliki kondisi fisik yang bagus. Kondisi fisik (*physical conditioning*) yang baik dibutuhkan untuk bisa berlari memimpin pertandingan selama 2 kali 45 menit karena dalam pertandingan wasit sepakbola harus dekat dengan bola supaya pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan pemain baik disengaja maupun tidak sengaja dapat dilihat dengan jelas, secara idealnya seorang wasit itu dalam memimpin pertandingan harus berjarak 15 sampai 20 meter dari bola. Wasit sepakbola harus memiliki kemampuan memimpin pertandingan dengan baik. Supaya setiap keputusan yang di ambil selalu tepat.

Seorang wasit harus memiliki komponen-komponen yang mendasari untuk pencapaian kesegaran jasmani diantaranya: kondisi fisik, teknik penguasaan peraturan permainan dan aplikasi peraturan di lapangan. Hal tersebut dapat dimiliki oleh seorang wasit melalui latihan fisik yang sistematis,

penguasaan peraturan permainan yang selalu berkembang dan sesering mungkin untuk memimpin suatu pertandingan, sehingga terciptanya kematangan mental pada saat memimpin suatu pertandingan yang tingkatnya lebih profesional, karena sedikit saja wasit lalai dalam mengambil keputusan dapat dapat mengakibatkan kerugian bagi salah satu tim yang bertanding.

Kesalahan-kesalahan dalam mengambil keputusan oleh wasit karena jauhnya dari pada bola. Saat memimpin pertandingan berdampak tidak dapat menguasai jalannya pertandingan. Akibatnya keputusan yang diambil tidak tepat sesuai dengan peraturan permainan yang sesungguhnya

Demikian kondisi fisik wasit sepakbola Pengcab PSSI kota Padang tahun 2012 belum ada pihak yang mendata tentang kemampuan kondisi fisik wasit yang berdomisili di kota Padang. Hal ini terlihat dari setiap digelarnya turnamen sepakbola sering terjadinya kesalahan dalam mengambil keputusan sehingga protes dari pemain dalam lapangan dan hujatan dari para penonton sering dilontarkan saat pertandingan berlangsung. Lebih fatal lagi kesalahan dalam memberikan pelanggaran dapat berdampak terhadap pemukulan terhadap wasit dan perkelahian antar pemain.

Kurangnya kemampuan wasit sepakbola kota Padang dalam memimpin pertandingan kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor seperti: kemampuan kondisi fisik, pemahaman terhadap peraturan permainan, pengalaman memimpin suatu pertandingan, kurang berani mengambil keputusan dan lain-lain. Berdasarkan faktor-faktor penyebab masalah diatas maka perlu dilakukan penelitian yang berhubungan dengan kondisi fisik wasit sepakbola.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi penyebab masalah yang ada dapat sebagai berikut:

1. Kondisi fisik wasit
2. Pemahaman terhadap peraturan pertandingan
3. Pengalaman memimpin pertandingan
4. Mental dalam memimpin pertandingan
5. Mengambil keputusan
6. Sarana dan prasarana

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dan fenomena yang peneliti temukan di lapangan maka penelitian ini dibatasi pada Tinjauan Kondisi Fisik Wasit Pengcab Kota Padang meliputi daya tahan dan kecepatan.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu:

1. Bagaimana daya tahan wasit sepakbola Pengcab PSSI Kota Padang
2. Bagaimana Kecepatan wasit sepakbola Pengcab PSSI Kota Padang

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat diajukan tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kondisi fisik wasit sepakbola Pengcab kota Padang dilihat dari segi:

1. Daya tahan yang dimiliki wasit sepakbola.
2. Kecepatan yang dimiliki wasit sepakbola.

F. Manfaat Penelitian

Dengan selesainya penelitian akan berguna bagi penulis sebagai:

1. Persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Sebagai bahan masukan bagi wasit sepakbola Pengcab kota Padang untuk meningkatkan kesegaran jasmani.
3. Sebagai bahan bacaan dan masukan bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan
4. Bahan bagi peneliti lanjutan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa:

1. Rata-rata tingkat kecepatan yang dimiliki wasit sepakbola Pengcab Kota Padang 5,69 detik tergolong kategori baik sekali.
2. Rata-rata tingkat daya tahan yang dimiliki wasit sepakbola Pengcab Kota Padang 30,49 tergolong kategori kurang.

B. Saran-saran

Berdasarkan pada kesimpulan, maka penulis menyarankan kepada:

1. Pembina perwasitan Pengcab Kota Padang untuk dapat memperhatikan tingkat kondisi fisik yang dimiliki wasit Pengcab Kota Padang saat sekarang agar dapat ditingkatkan menjadi lebih baik, Terutama daya tahan.
2. Wasit sepakbola Pengcab Kota Padang untuk dapat mempertahankan kemampuan kecepatan melalui metode latihan yang sudah ada seperti *speed play, interval running* dan meningkatkan kemampuan daya tahan melalui latihan lari jarak jauh, fartlek, interval training dan jalan jarak jauh.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsil (2000). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP
- Arikunto, S, (2003). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Asril, Ananto. (2008). *Studi Tentang Kondisi Fisik Atlet Sepakbola PS Kerinci Divisi III*. Padang: FIK UNP Padang
- Bafirman. (1999). *Sport Medicine*. Padang: FIK UNP
- Bafirman & Agus, Apri. 2008. *Buku Ajar Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP
- FIFA, (2009). *FIFA Fitness Test for Referee and Assistant Referees*, Zurich
- Harsono. (1996). *Prinsip-Prinsip Pelatihan*. Jakarta: PIO-KONI Pusat
- Internet, (2010), <http://www.ehow.com/football-referee.html>
- _____, (2010), <http://www.suryanto.blog.unair.ac.id>
- _____, (2010), <http://referensi-kepemimpinan.blogspot.com>.
- Kartono, Kartini (1994). *Psikologi sosial untuk manajemen, perusahaan dan industry*. Jakarta. PT.Raja Grapindo Persada
- Martha, Alfroki, (2008). *Tinjauan Kondisi Fisik Wasit Sepakbola Pengcap PSSI Kota Padang*.Padang; FIK UNP Padang
- PSSI, (2008). *Peraturan Umum Pertandingan*: PSSI
- _____, (2008). *Peraturan Organisasi Tentang Badan Perwasitan Sepakbola Indonesia*: PSSI
- _____, (2009). *Peraturan Permainan (Laws of the game)*, Jakarta: Bidang Sumber Daya PSSI
- Suharsono HP. (1983). *Ilmu Coaching Umum*. FKIK-IKIP Yogyakarta
- Suharno.(1993). *Metodologi Pelatihan Olahraga. Seri Bahan Penataran Pelatih Tingkat Muda/ Madya*. Jakarta: KONI Pusat. Pusat Pendidikan dan Penataran.

- Sutarno. (1991). *Dasar-dasar Kepemimpinan administrasi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Syafruddin .(1999). *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP.
- _____. (2005). *Pengantar Ilmu Melati. DIP. Proyek UNP Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang FIK UNP
- Thoha, Miftah. (1996). *Kepemimpinan Dalam Suatu Manajemen, Suatu Pendekatan Perilaku*. Jakarta: CV Rajawali
- Undang-Undang RI. No. 3. (2005). *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta. Sinar Grafika