

**PENGARUH VO₂MAX, KECEPATAN REAKSI, DAN KONSENTRASI
BERPIKIR TERHADAP KINERJA WASIT SEPAKBOLA C1 NASIONAL
PERSATUAN SEPAKBOLA SELURUH INDONESIA KOTA PADANG**

TESIS



Oleh:
Sukirman
16199108/2016

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA S2
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

**THE EFFECT OF VO₂MAX, REACTION SPEED, AND THINKING
CONCENTRATION TO THE PERFORMANCE OF REFEREES'
INDONESIAN FOOTBALL ASSOCIATION (PSSI) C1 NATIONAL
PADANG CITY**

Sukirman¹, Khairuddin², Erizal N³

¹Magister student of Sport Education (S2) of FIK UNP
Jalan. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar, Padang, Indonesia

Email: Sukirmann7@gmail.com

ABSTRACT

In the process of achieving the performance of Indonesian football referee, PSSI of Padang City. The problems found that the referee experienced a decrease in physical condition, as well as psychological disruption, it could be seen from the distance of the referee from the ball and the far event, and then he was often wrong in making decisions; causing the chaos in leading the match; consequently so many protests from both players and coaches.

This study is quantitative research with path analysis approach, the purpose of this study is to know the influence either direct or indirect to the referee's performance, population in this study is 66 referee of C1National of Indonesian football association (PSSI) of West Sumatera. The sampling technique used is Purposive Sampling technique where the population is sampled becoming 15 persons football referee of Padang City PSSI. Data were collected by using questionnaires to measure the performance of referees, fitness tests to measure VO₂Max, whole body reaction to measure speed of reaction and grid concentration exercise to measure concentration.

The result of data analysis shows that the value of coefficient is significant and linear, where the biggest effect comes from the direct one as follows: 1). There is a direct influence of VO₂Max to the performance of football referee of Padang City PSSI, which is 51.27%. 2). There is a direct influence of reaction speed to the performance of football referee C1 Nationa of Padang City PSSI, which is 33.99%. 3). There is a direct influence of thinking concentration to the performance football referees' C1 Nationa of Padang City PSSI, which is 43.69%, 4). There is an indirect influence of VO₂Mak through the concentration of thinking on the performance football referees' C1 Nationa of Padang City PSSI, which is 13.06%. 5). There is no indirect effect of reaction speed through the concentration of thinking on the performance football referees' C1 National of Padang City PSSI, which is 7,49%.

Keywords : VO₂Max, Reaction Speed, Thinking Concentration and
Performance of Football Referee

PENGARUH VO₂MAX, KECEPATAN REAKSI, DAN KONSENTRASI BERPIKIR TERHADAP KINERJA WASIT SEPAKBOLA C1 NASIONAL PSSI KOTA PADANG.

Sukirman¹, Khairuddin², Erizal N³

¹Mahasiswa Pendidikan Olahraga S2 FIK UNP

Jalan. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar, Padang, Indonesia

Email: Sukirmann7@gmail.com

ABSTRAK

Dalam proses tercapainya kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang. Permasalahan yang muncul wasit mengalami penurunan kondisi fisik, serta terganggunya psikologis, karena terlihat jarak wasit dengan bola dan kejadian jauh kemudian sering salah dalam mengambil keputusan, sehingga menimbulkan kekacauan dalam memimpin pertandingan kemudian, begitu banyak protes baik dari pemain maupun pelatih dalam suatu pertandingan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan path analisis, tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap kinerja wasit, populasi dalam penelitian ini adalah wasit C1 Nasional PSSI Provinsi Sumatera Barat yang berjumlah 66 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive Sampling dimana populasi dijadikan sampel berjumlah 15 orang wasit C1 Nasional PSSI Kota Padang. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur kinerja wasit, fitness test untuk mengukur VO₂Max, *whole body reaction* untuk mengukur kecepatan reaksi dan *grid concentration exercise* untuk mengukur konsentrasi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai koefisien jalur signifikan dan linier, dimana besarnya pengaruh baik secara langsung maupun tidak langsung adalah sebagai berikut : 1). Terdapat pengaruh langsung VO₂Max terhadap Kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang, yaitu 51,27%. 2). Terdapat pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap Kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang, yaitu 33,99%. 3). Terdapat pengaruh langsung konsentrasi berpikir terhadap Kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang, yaitu 43,69%. 4). Terdapat pengaruh tidak langsung VO₂Max melalui konsentrasi berpikir terhadap Kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang, yaitu 13,06%. 5). Tidak terdapat pengaruh tidak langsung kecepatan reaksi melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang, yaitu 7,49%.

Kata Kunci : VO₂Max, Kecepatan Reaksi, Konsentrasi Berpikir dan Kinerja Wasit.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

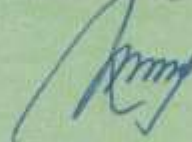
Mahasiswa : SUKIRMAN

NIM : 16199108

Nama

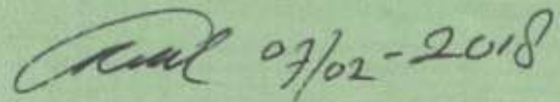
Tanda Tangan

Tanggal



24/2-18

Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO
NIP. 19630104 199001 1 001



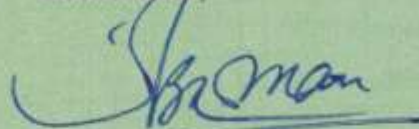
Dr. Erizal Nurmai, M.Pd
NIP. 19590324 198503 1 003



Dekan, Fakultas Ilmu Keolahragaan

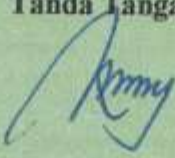
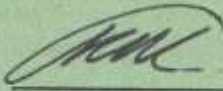
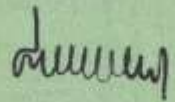
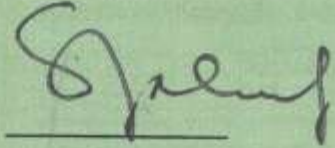
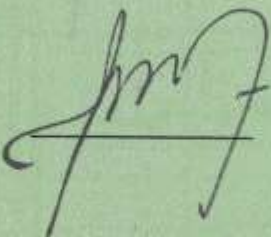
Dr. Syafrizal, M.Pd
NIP. 19600919 198703 1 003

Program Studi Pendidikan Olahraga S2
Koordinator,



Dr. Bafirman, HB, M.Kes., AIFO
NIM. 19591104 198510 1 001

PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAH RAGA S2

No	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO</u> NIP. 19630104 199001 1 001 (Ketua)	 _____
2.	<u>Dr. Erizal Nurmai, M.Pd</u> NIP. 19590324 198503 1 003 (Sekretaris)	 _____
3.	<u>Prof. Dr. Gusril, M.Pd</u> NIP. 19580816 198603 1 004 (Anggota)	 _____
4.	<u>Dr. Syahniar, M.Pd., Kons</u> NIP. 19601103 198503 2 001 (Anggota)	 _____
5.	<u>Dr. Nurul Ihsan, M.Pd</u> NIP. 19820515 200912 1 005 (Anggota)	 _____

Mahasiswa : SUKIRMAN
NIM : 16199108
Tanggal Ujian : 05 Februari 2018

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa.

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “Kinerja Wasit Sepakbola PSSI Provinsi Sumatera Barat (Studi Path Analisis Pengaruh VO_2 Max, Kecepatan Reaksi dan Konsentrasi Berpikir terhadap Kinerja Wasit Sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang)” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan oleh orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya, dan dicantumkan dalam daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.



KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat mengajukan Tesis dengan judul **“Pengaruh VO₂Max, Kecepatan Reaksi, dan Konsentrasi Berpikir Terhadap Kinerja Wasit Sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang”**. Tujuan Penulisan tesis adalah untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Pendidikan Olahraga Program PascaSarjana (PPs) Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa penulis ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik yang baik dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan tesis ini. Dalam pembuatan tesis, penulis banyak mendapatkan bantuan, masukan dan bimbingan dari pembimbing dan penguji. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Khairuddin, M.Kes., AIFO. Selaku pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan tesis.
2. Dr. Erizal N, M.Pd. Selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan tesis.
3. Prof. Dr. Gusril, M.Pd. Selaku Penguji, sebagai kontributor pertama. Dr. Syahniar, M.Pd.,Kons. Selaku penguji, sebagai kontributor kedua. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd. Selaku penguji, sebagai kontributor ketiga, yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan

pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji tesis ini.

4. Dr. Bafirman HB, M.Kes., AIFO sebagai koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Universitas Negeri Padang.
5. Dr. Syafrizal, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin peneliti untuk melaksanakan penelitian dalam penyusunan tesis.
6. Prof. Ganefri, M.Pd., Ph.D, Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
7. Pimpinan dan seluruh staf pengajar Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan arahan, masukan, bantuan dan dukungan emosional selama penulis mengikuti perkuliahan.
8. Kepada ayahanda Marni, Ibunda Sriyah., yang telah memberikan doa serta semangat juang dan tak henti memberikan motivasi, dukungan maupun nasehat selama penyusunan tesis.
9. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang khususnya mahasiswa kelas B angkatan 2016.
10. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Padang, 5 Februari 2018

Sukirman

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iv
PERSETUJUAN KOMISI	v
SURAT PERNYATAAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	12
F. Kegunaan Hasil Penelitian	12

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Hakikat Teoretik	
1. Kinerja Wasit Sepakbola	14
2. Volume Oksigen Maksimal	21
3. Kecepatan Reaksi	28
4. Konsentrasi Berpikir.....	31
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	35
C. Kerangka konseptual	42
D. Hipotesis Penelitian.....	47

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode dan disain Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	50
C. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	50
D. Teknik Pengumpulan Data	53
E. Teknik Analisis Data	65
F. Hipotesis Statistika	70

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi data	73
B. Pengujian Persyaratan Analisis data.....	78
1. Uji Normalitas	78
2. Uji Homogenitas	79
3. Uji Linieritas.....	81
C. Pengujian Hipotesis Penelitian	83
D. Pembahasan Hasil Penelitian	88
E. Keterbatasan Penelitian	100

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	101
B. Implikasi	101
C. Saran.....	107

DAFTAR RUJUKAN.....	108
----------------------------	------------

LAMPIRAN.....	113
----------------------	------------

SURAT PENELITIAN

BIODATA

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Jumlah Wasit C1 Nasional PSSI Sumatera Barat.....	51
2. Daftar Jumlah Wasit C1 Nasional PSSI Kota Padang	52
3. Norma Penilaian Kecepatan Reaksi.....	59
4. Grid Concentration Exercise	61
5. Penilaian Konsentrasi.....	62
6. Kisi-kisi angket/kuesioner	64
7. Penilaian Kinerja Wasit	65
8. Distribusi Frekuensi Kinerja Wasit (Y)	73
9. Distribusi Frekuensi VO ₂ Max (X1)	75
10. Distribusi Frekuensi Kecepatan Reaksi (X2).....	76
11. Distribusi Frekuensi Konsentrasi Berpikir (X3)	77
12. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian	79
13. Hasil Uji Linearitas Variabel Kinerja Wasit (Y) atas VO ₂ Max (X1), Kecepatan Reaksi (X2), dan Konsentrasi berpikir (X3).....	82
14. Ringkasan Hasil Pengujian Hipotesis	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	47
2. Model Analisis Jalur Pengaruh Antar Variabel Penelitian Bentuk Mediated Path Mode	50
3. Bentuk Lintasan Fitness Test	56
4. Grafik Histogram Kinerja Wasit	74
5. Grafik Histogram VO ₂ Max	75
6. Grafik Histogram Kecepatan Reaksi.....	76
7. Grafik Histogram Konsentrasi Berpikir	78
8. Konstelasi Analisis jalur.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Penelitian.....	113
2. Validitas dan Reabilitas	122
3. Deskripsi Row Data seluruh variabel.....	126
4. Distribusi Frekuensi Variabel	127
5. Grafik Histrogram Variabel	131
6. Uji Normalitas.....	133
7. UJI Homogenitas	145
8. Uji linieritas.....	151
9. Korelasi Antar Variabel	154
10. Regression	155
11. Dokumentasi Penelitian	158
12. Daftar Tabel Statistik	162

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan di segala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan dibidang olahraga. Olahraga merupakan kegiatan yang terbuka bagi semua orang sesuai dengan kemampuan, kesenangan dan kesempatan. Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Undang-undang RI Nomor 3 tahun 2005 pasal 1 ayat 4). Melihat dari pengertian olahraga di atas, jelas bahwa kegiatan olahraga yang ingin dikembangkan harus dilakukan secara sistematis, terukur dan terarah. Sehingga dapat mendorong individu dari berbagai elemen untuk melakukan aktivitas olahraga yang dapat membina karakter yang lebih baik dan mampu mengembangkan potensi jasmani dan rohani serta berjiwa sosial.

Tanpa membedakan hak, status sosial, dan derajat di masyarakat, olahraga dilakukan oleh berbagai unsur dari lapisan masyarakat seperti menteri, pegawai rendahan, pengusaha, buruh, angkatan bersenjata, bahkan di kalangan orang cacat sekalipun. Olahraga kini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Saat ini olahraga telah memasuki semua aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, pendidikan dan lain sebagainya. Salah satu olahraga yang digemari masyarakat Indonesia adalah sepakbola. Keberadaan sepakbola mendapat perhatian pemerintah, sehingga selalu diupayakan prestasinya melalui pembelajaran dan

latihan pada sekolah dan klub-klub sepakbola. Popularitas sepakbola bukan hanya bagi masyarakat umum, namun juga menjadi milik masyarakat intelektual.

Untuk mengawasi, membina pemain dan melaksanakan kompetisi sepakbola dibentuklah satu lembaga yaitu Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI). PSSI memiliki tanggung jawab moral untuk memajukan sepakbola di negeri ini. Banyak usaha yang telah dilakukan oleh PSSI agar sepakbola Indonesia berkembang ke arah yang lebih baik. Usaha tersebut antara lain dengan memperbaiki sarana dan prasarana olahraga, menjalankan kompetisi yang berjenjang, mensosialisasikan peraturan permainan ke masyarakat dan meningkatkan kualitas perwasitan.

Salah satu yang menjadi perhatian dari PSSI adalah meningkatkan kualitas wasit. Secara umum tugas dan tanggung jawab wasit sepakbola adalah menerapkan seluruh peraturan permainan ketika memimpin pertandingan. Jika wasit dapat melaksanakan tugasnya dengan baik maka diharapkan pertandingan tersebut dapat berjalan dengan aman, lancar, dan terkendali. *Federation International Football Asosiation* (FIFA, 2013/2014:35) menyatakan bahwa “setiap pertandingan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit yang wewenangnya mutlak dalam menegakkan peraturan permainan pada pertandingan di mana dia ditugaskan”. Berdasarkan pendapat ini, jelas kalau seorang wasit mempunyai hak yang mutlak di lapangan selama pertandingan berlangsung.

Dalam rangka meningkatkan mutu persepakbolaan nasional sangat diperlukan wasit yang berkualitas dan profesional dalam melaksanakan tugasnya. Wasit dikatakan profesional dapat dilihat melalui penguasaan peraturan

permainan dengan baik, memiliki kondisi fisik yang bagus seperti VO_2Max , memiliki kecepatan reaksi, konsentrasi, keberanian, ketegasan dan kejujuran dalam memimpin suatu pertandingan. Untuk menciptakan wasit yang berkualitas dan profesional dapat dilakukan melalui pelatihan dan penataran.

Pengurus Cabang Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) Asosiasi provinsi (Asprov) Sumatera Barat, merupakan salah satu Asprov yang rutin mengadakan pelatihan dan penataran wasit. Menurut tingkatannya pelatihan tersebut mulai dari tingkat yang paling rendah dengan *licence* C3, C2, dan C1 Nasional sampai kepada tingkat yang paling tinggi yaitu *licence* FIFA. Sesuai dengan kewenangannya maka wasit dengan *licence* C3 hanya boleh memimpin pertandingan di tingkat kota atau kabupaten, wasit C2 memimpin di dalam tingkat Provinsi, dan Wasit C1 Nasional boleh memimpin pertandingan semua tingkat di wilayah Indonesia. Wasit yang telah lulus mengikuti pelatihan berhak diberikan tugas untuk memimpin pertandingan pada kompetisi atau turnamen yang ada di negeri ini seperti Liga Amatir, Liga tiga, Liga dua dan Liga satu ataupun Liga lainnya. Wasit yang akan ditugaskan memimpin pertandingan pada kompetisi/turnamen seharusnya memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik. Dengan kemampuan kondisi fisik yang baik memungkinkan ia selalu berada dekat dengan permainan (dekat bola), sehingga mampu melihat dengan jelas semua kejadian di lapangan. Pada akhirnya diharapkan wasit dapat menghukum dengan tepat seorang pemain yang melakukan pelanggaran terhadap peraturan permainan. Oleh karena itu kondisi fisik yang prima sangat diperlukan bagi wasit dalam memimpin pertandingan. Tanpa memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik

akan menyulitkan wasit dalam melaksanakan tugasnya sebagai pengadil di lapangan.

Dimana menurut Hendri Irawadi (2014:2) bahwa, pengaruh kemampuan fisik akan semakin jelas dan nyata terhadap prestasi olahraga, karena kegiatan olahraga umumnya sangat membutuhkan gerakan-gerakan yang menuntut kerja fisik yang kompleks dan lebih berat. Hanya orang-orang yang memiliki kemampuan fisik yang baik yang akan mampu melakukan tugas-tugas gerakan tersebut dengan baik, yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi olahraga yang baik.

Terlihat dari penampilan wasit yang gagal atau kurangnya kinerja dalam memimpin sebuah pertandingan yang belum diketahui faktor penyebabnya secara pasti. Namun diduga kegagalan tersebut disebabkan oleh rendahnya kemampuan kondisi fisik wasit. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan kondisi fisik wasit, baik faktor internal maupun faktor eksternal.

Faktor internal yang mempengaruhi kemampuan kondisi fisik seperti paru-paru sebagai organ yang menyediakan oksigen, kualitas darah (*hemoglobin*) yang akan mengikat oksigen dan membawanya keseluruh tubuh, jantung sebagai organ yang memompa darah keseluruh tubuh, dan pembuluh darah (sirkulasi) yang akan menyalurkan darah keseluruh tubuh. Selain itu otot rangka sebagai salah satu organ tubuh yang akan memakai oksigen untuk proses oksidasi bahan makanan sehingga menghasilkan energi. Menurut Umar (2014:126) bahwa, kapasitas aerobik maksimal, atau umum disebut dengan Volume Oksigen Maksimal (VO_2Max) adalah kemampuan tubuh mengkonsumsi oksigen secara maksimal

permenit. Mereka yang fit memiliki nilai $VO_2\text{Max}$ yang lebih tinggi dan dapat berolahraga lebih intens dari pada mereka yang tidak dikondisikan dengan baik.

Selain kondisi fisik, kecepatan reaksi juga sangat berpengaruh terhadap kinerja wasit, karena seorang wasit harus memutuskan keputusan dengan secepat mungkin dalam hitungan detik. Menurut Hendri Irawadi (2014:104) mengatakan bahwa, kecepatan reaksi adalah kemampuan untuk menjawab rangsangan yang diterima baik secara akustik, optik, maupun taktil dengan cepat.

Sedangkan faktor eksternal meliputi kualitas gaya hidup dari wasit tersebut, yaitu bagaimana seorang wasit membuat program latihan untuk meningkatkan kondisi fisik dirinya. Sarana dan prasarana yang ada juga mempengaruhi proses menjaga kemampuan kondisi fisik dalam usaha meningkatkan kinerja wasit itu sendiri.

Selain itu aspek psikologis juga sangat mempengaruhi, seperti konsentrasi. Karena konsentrasi tidak dapat dipisahkan dari kinerja seorang wasit, karena konsentrasi dapat memacu seorang wasit dalam memimpin sebuah pertandingan. Menurut Komarudin (2015:134) menjelaskan bahwa, konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas yang tidak terganggu dan terpenuhi oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal. Jika seorang wasit tidak konsentrasi dalam memimpin pertandingan tentu wasit akan sering salah dalam mengambil keputusan dan bisa salah dalam mengambil keputusan.

Jadi untuk mendapatkan kinerja wasit yang baik, seorang wasit harus mempunyai kondisi fisik yang bagus seperti halnya $VO_2\text{Max}$, karena seorang wasit dalam memimpin pertandingan harus selalu berlari mengikuti irama

permainan selama 2x45 menit dan jarak dengan bola harus selalu dekat. Kemudian seorang wasit harus memiliki kecepatan reaksi yang baik, karena dalam memimpin pertandingan wasit harus bisa mengambil keputusan secepat mungkin dengan hitungan detik. Dan seorang wasit dalam memimpin pertandingan harus mempunyai konsentrasi yang baik juga agar tidak salah dalam mengambil keputusan.

Di Pengurus Cabang Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) Asosiasi Provinsi (Asprov) Sumatera Barat sering melaksanakan berbagai kompetisi. Dan didalam kompetisi tersebut banyak kritik terhadap kinerja wasit di lapangan. Didalam kompetisi Sumatera Barat tidak sedikit menjumpai fenomena-fenomena yang terjadi di lapangan tentang kinerja wasit. Seperti pada laga pembukaan di ajang Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Sumatera Barat pada tanggal 17 November 2016 grup B di lapangan Cengkeh, laga antara Pasaman Barat vs Pasaman, pertandingan terjadi sangat menegangkan, karena di lapangan mendadak ramai karena adanya kisruh antara Pemain dan pelatih pasaman dengan wasit. Pemain Pasaman yang tidak terima atas keputusan wasit Rahmad Hidayat yang tidak memberinya pinalti. Padahal, salah satu pemain Pasaman sempat terjatuh akibat sleding tekel oleh pemain bertahan Pasaman Barat. Namun, Rahmad Hidayat tetap tidak bergeming dan tetap main terus (*play on*), saat kejadian berlangsung jarak wasit dengan kejadian terlalu jauh sekitar kurang lebih 30 m. Melihat kondisi itu, pemain dan pelatih melakukan protes yang berlebihan sampai pelatih berkata kotor terhadap wasit, sehingga wasitpun menghentikan permainan dan mengusir pelatih dari bangku cadangan pemain.

Selanjutnya pada pertandingan sepakbola Minangkabau Cup pada tanggal 19 Maret 2017 Tingkat Kota Padang antara wakil Kab. Lima Puluh Kota Kec. Guguak berhadapan wakil Kota payakumbuh Kec. Payakumbuh Barat di Stadion Singa Harau. Pada laga tersebut terjadi protes dari pemain yang berakhir dengan pengancaman pemain terhadap wasit, dikarenakan pemain tidak terima mendapatkan kartu merah. Pada kejadian tersebut pemain depan kec. Payakumbuh Barat melakukan pelanggaran dan kemudian melakukan gerakan tambahan memukul pemain Kec. Guguak.

Pada lanjutan Minangkabau Cup pada tanggal 31 Maret 2017 Tingkat Kota Padang, di Stadion Atas Ngarai Bukittinggi. Pertandingan antara wakil Kota Bukittinggi Kec. Mandiangin Koto selayan berhadapan wakil Kab. Padang Pariaman Kec. V Kampuang Dalam, Pada saat itu wasit Dalfisman mendapat cacian dari pelatih dan manager dari Kec. V Kampuang Dalam, karena dianggap beberapa kali wasit tidak memberikan pelanggaran ketika pemainnya dilanggar, wasit lebih sering terlihat tidak pada jarak yang ideal yaitu jarak wasit dengan bola, akhirnya setelah selesainya pertandingan tersebut wasit mendapat ancaman dan akan diadukan kejadian tersebut kepada Komdis C1 Nasional PSSI Kota Padang oleh manager tim Kec. V Kampuang Dalam. Dan masih banyak kasus-kasus lain yang terjadi terhadap wasit.

Melihat dari kasus-kasus tersebut bagaimanapun kondisinya, wasit seharusnya menunjukkan kinerja wasit sesuai dengan aturan dan peranannya sebagai pengadil secara profesional. Kasus yang terjadi tersebut merupakan suatu permasalahan kinerja wasit yang mengakibatkan para pemain, *official* tim atau

penonton merasa tidak puas atas kepemimpinan wasit di lapangan. Permasalahan itulah yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian, sehingga peneliti dapat mendalami fenomena yang mempengaruhi kinerja wasit di lapangan sehingga kasus demi kasus tidak terulang kembali, dan kedepannya wasit benar-benar menjadi seorang pengadil, pemimpin, pelerai dan penegak aturan yang sangat dihormati oleh pemain, *official* dan penonton.

Berdasarkan masalah-masalah diatas dan bertanya kepada wasit pada saat memimpin pertandingan banyak fenomena dan keluhan yang dialami oleh wasit diantaranya kondisi fisik, selain itu tentang psikologis. Karena banyak tekanan dan protes baik dari para pemain, pelatih, official bahkan penonton.

Masalah kondisi fisik menurut Irawadi (2014:1) bahwa, kondisi fisik merupakan keadaan yang meliputi faktor kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelentukan dan koordinasi. Dengan adanya faktor yang meliputi kondisi fisik tersebut akan terlihat dari kualitas unjuk kerja yang dilakukan. Makin baik kualitas kondisi fisik seseorang, maka akan semakin bagus pulalah hasil kerja yang ia lakukan. Dengan kondisi ini wasit masih terlihat kurang dalam kapasitas daya tahan volume oksigen maksimal (VO_2Max) dan kecepatan reaksi, dikarenakan terlihat jarak wasit dengan bola sering jauh kemudian tidak jarang salah mengambil keputusan. Sehingga menimbulkan kekacauan dalam memimpin pertandingan karena begitu banyak protes baik dari pemain maupun pelatih.

Masalah psikologis yang sering dihadapi oleh wasit dalam melaksanakan kinerjanya di lapangan salah-satunya adalah konsentrasi, dengan konsentrasi bisa mengamati dan memutuskan keputusan dengan baik. Seorang wasit jika tidak ada

konsentrasi secara otomatis dia akan merasa bimbang dan bisa mengakibatkan salah mengambil keputusan.

Berdasarkan pendapat di atas sangat jelas jika dikaitkan dengan kinerja wasit di lapangan dalam memimpin pertandingan, karena tidak hanya aspek fisik dan fisiologis saja yang dibutuhkan oleh wasit dalam melakukan kinerjanya di lapangan akan tetapi ada peran aspek psikologi yang sangat menentukan keberhasilannya untuk mendukung kinerjanya di lapangan seperti wasit dalam memimpin pertandingan. Adapun variabel yang dibahas dalam penelitian ini, VO_2Max adalah volume oksigen maksimum yang dapat digunakan per menit. VO_2Max merupakan daya tangkap aerobik maksimal menggambarkan jumlah oksigen maksimum yang dikonsumsi per satuan waktu oleh seseorang selama latihan, atau selama melakukan aktifitas fisik, dengan latihan yang makin lama makin berat sampai kelelahan. Kecepatan reaksi diartikan sebagai kemampuan untuk menjawab rangsangan atau stimulus dengan cepat. kecepatan reaksi pada hakikatnya merupakan proses yang terjadi didalam tubuh mulai adanya rangsangan sampai terjadinya tindakan. Konsentrasi berpikir adalah pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan mengesampingkan suatu hal lainnya. Konsentrasi berpikir merupakan kemampuan individu untuk memusatkan pikirannya dan perhatian penuh pada tugasnya, dan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal. Dari penjelasan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang permasalahan yang dipaparkan di atas dengan judul “Pengaruh VO_2Max , Kecepatan Reaksi, dan Konsentrasi Berpikir Terhadap Kinerja Wasit Sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah yang dapat dijadikan fokus penelitian sehubungan dengan kinerja wasit C1 Nasional PSSI Kota Padang dalam memimpin pertandingan.

Menurut Dilli Dwi Kuswoyo (2017) bahwa, Peran wasit dalam memimpin suatu pertandingan selain harus memiliki fisik yang prima, wasit juga harus memiliki kematangan psikologi yang baik agar kinerjanya di lapangan baik sehingga pertandingan dapat berjalan dengan aman, lancar dan sukses. Adapun aspek psikologi yang dimiliki oleh wasit diantaranya percaya diri, konsentrasi dan motivasi.

Berdasarkan teori diatas bahwa Permasalahan tersebut adalah kondisi fisik seperti halnya VO_2Max , kecepatan reaksi, kemudian dari aspek psikologi diantaranya percaya diri, konsentrasi dalam berpikir dan motivasi, serta disamping itu wasit harus menguasai peraturan permainan, keberanian, ketegasan dan kejujuran dalam memimpin suatu pertandingan, serta adanya protes baik pemain atau pelatih, kemudia tekanan penonton.

Jadi untuk mendapatkan kinerja wasit yang baik, seorang wasit harus mempunyai kondisi fisik yang bagus seperti halnya VO_2Max , karena seorang wasit dalam memimpin pertandingan harus selalu berlari mengikuti irama permainan selama 2x45 menit dan jarak dengan bola harus selalu dekat. Kemudian seorang wasit harus memiliki kecepatan reaksi yang baik, karena dalam memimpin pertandingan wasit harus bisa mengambil keputusan secepat mungkin dengan hitungan detik. Dan seorang wasit dalam memimpin pertandingan harus mempunyai konsentrasi yang baik dalam menganalisa kejadian agar tidak salah dalam mengambil keputusan.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah dan identifikasi masalah serta penjelasan di atas cukup luas kemudian agar penelitian ini menghasilkan sesuatu yang baik dan dengan mempertimbangkan kemampuan, pengalaman, dan waktu yang dimiliki, maka penelitian membatasi masalah yaitu tentang $VO_2\text{Max}$, Kecepatan Reaksi, dan Konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah di kemukakan, maka penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut :

1. Berapa besar pengaruh langsung $VO_2\text{Max}$ terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang?
2. Berapa besar pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang?
3. Berapa besar pengaruh langsung konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang?
4. Berapa besar pengaruh tidak langsung yang diberikan $VO_2\text{Max}$ melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang?
5. Berapa besar pengaruh tidak langsung yang diberikan kecepatan reaksi melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan perumusan masalah. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkap dan menjelaskan:

1. Berapa besar pengaruh langsung VO₂Max terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang
2. Berapa besar pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang
3. Berapa besar pengaruh langsung konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang
4. Berapa besar pengaruh tidak langsung yang diberikan VO₂Max melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang
5. Berapa besar pengaruh tidak langsung yang diberikan kecepatan reaksi melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna untuk :

1. Wasit

Sebagai masukan dan bahan pertimbangan yang berharga bagi wasit sepakbola persatuan sepakbola seluruh Indonesia provinsi Sumatera Barat didalam melatih diri nya untuk mempersiapkan aspek kondisi fisik

dan psikologi diantaranya adalah $VO_2\text{Max}$, Kecepatan Reaksi dan konsentrasi pada saat bertugas memimpin pertandingan.

2. Pengurus Wasit Sepakbola PSSI Kota Padang

Sebagai bahan untuk mengevaluasi kinerja wasit–wasit sepakbola persatuan sepakbola seluruh Indonesia Kota Padang agar wasitnya dapat melakukan kinerjanya lebih baik lagi dalam hal memimpin pertandingan dengan penguatan aspek kondisi fisik dan psikologi pada diri wasit tersebut.

3. Peneliti

Sebagai penambah pengetahuan dan pemahaman terhadap hal-hal yang mempengaruhi kinerja wasit.

4. Semua pihak yang terkait dan memiliki perhatian terhadap perwasitan.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Terdapat pengaruh langsung $VO_2\text{Max}$ terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang.
2. Terdapat pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang.
3. Terdapat pengaruh langsung konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang.
4. Terdapat pengaruh tidak langsung $VO_2\text{Max}$ melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang.
5. Tidak terdapat pengaruh tidak langsung kecepatan reaksi melalui konsentrasi berpikir terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa $VO_2\text{Max}$, kecepatan reaksi dan konsentrasi berpikir memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kinerja wasit sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang. Beranjak dari hal tersebut, maka dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. **Upaya Peningkatan $VO_2\text{Max}$ Wasit Sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang**

Diperolehnya hasil penelitian bahwa $VO_2\text{Max}$ berpengaruh secara langsung terhadap kinerja wasit, $VO_2\text{Max}$ merupakan volume oksigen terbesar yang dapat dikonsumsi oleh tubuh dalam jangka waktu tertentu (ml/kg. BB/menit). $VO_2\text{Max}$ juga dapat diartikan sebagai kemampuan maksimal seseorang untuk mengkonsumsi oksigen selama beraktivitas fisik. Keadaan dimana konsumsi oksigen telah mencapai nilai maksimal tanpa bisa naik lagi mesti dengan penambahan intensitas latihan maupun aktivitas fisik lain.

Kinerja wasit adalah bagaimana seseorang wasit dapat memimpin pertandingan dengan baik sesuai dengan peraturan permainan serta memimpin pertandingan selama 2 x 45 menit dan dituntut untuk lebih dengan dengan bola sampai selesai, dengan harapan agar wasit tersebut benar – benar menjadi seorang pemimpin, pengadil, bahkan peleraai yang berdiri sama tegak dan tidak membela ke salah satu tim dalam pertandingan yang dipimpinnya serta keputusan wasit mutlak tidak bisa berubah-ubah.

Umar (2014:129) usaha-usaha untuk meningkatkan $VO_2\text{Max}$ adalah sebagai berikut:

5. Melakukan latihan yang intensif sesuai dengan program yang telah ditetapkan.
6. Meningkatkan kadar hemoglobin, karena hemoglobin ini yang akan membawa oksigen dari paru-paru ke sel jaringan tubuh termasuk sel otot rangka.
7. Menurunkan denyut nadi istirahat, karena semakin rendah denyut nadi istirahat, menunjukkan semakin baiknya kondisi fisik seseorang, sehingga pada saat melakukan kerja yang berat pertambahan jumlah denyut nadi permenit bergerak dengan perlahan, sehingga tidak dapat cepat lelah.
8. Menurunkan kadar lemak tubuh, karena kelebihan lemak menyebabkan obesitas (kegemukan), obesitas menyebabkan

over weight (kelebihan berat), *over weight* menyebabkan tubuh kelebihan beban sehingga terjadi pengeluaran ekstra energi yang dapat menyebabkan cepat lelah.

Dengan demikian dalam meningkatkan kinerja sebagai seorang wasit adalah $VO_2\text{Max}$. $VO_2\text{Max}$ memberikan pengaruh yang sangat dominan pada wasit. Oleh karena itu agar wasit dalam memimpin pertandingan berjalan dengan baik, maka syarat pertama yang harus dimiliki adalah kondisi fisik yang baik ($VO_2\text{Max}$). Seorang wasit yang tidak memiliki $VO_2\text{Max}$ yang baik, tidak mungkin dapat memimpin pertandingan dengan baik, oleh sebab itu seorang wasit harus bisa menjaga kondisinya dengan baik sehingga selalu siap untuk ditugaskan kapanpun dan dimanapun.

2. Upaya Peningkatan Kecepatan Reaksi Wasit Sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang

Diperoleh hasil penelitian kecepatan reaksi memiliki pengaruh langsung terhadap kinerja wasit, kecepatan reaksi merupakan kemampuan wasit dalam mengambil keputusan yang terjadi sesuai pandangan dan pelanggaran yang berlaku.

Dari kecepatan reaksi, wasit dapat di evaluasi apakah dia seorang wasit yang selalu konsekuen dalam mengambil keputusan atau tidak, karena wasit dituntut untuk selalu konsisten dalam memimpin pertandingan. Pada penelitian ini terdapat pengaruh langsung kecepatan reaksi terhadap kinerja wasit. wasit dalam melaksanakan tugasnya dituntut untuk bisa mengambil keputusan dengan baik secepat mungkin

Ada pengalaman dialami oleh penulis melihat di beberapa pertandingan wasit lebih banyak melakukan “*wait and see*” sehingga banyak

menimbulkan banyak protes. Tentu saja kejadian seperti ini akan membawa dampak yang tidak baik terhadap pemain, pelatih maupun penonton. Oleh sebab itu seorang wasit harus memahami dan bisa menganalisa pelanggaran yang terjadi, apakah pelanggaran tersebut harus dihukum atau harus ditunggu dahulu dampak yang akan terjadi.

Melatih kecepatan reaksi, salah satunya bisa dengan cara lepar tangkap bola berpasangan atau kedinding, dengan berbagai variasi seperti dimulai dengan leparan yang lambat sampai lemparan yang kuat. Latihan ini bisa dilakukan secara terus-menerus.

Dengan demikian dalam meningkatkan kinerja sebagai seorang wasit adalah kecepatan reaksi. Kecepatan reaksi memberikan pengaruh yang sangat dominan pada wasit. Oleh karena itu agar wasit dalam memimpin pertandingan berjalan dengan baik, maka salah - satu syarat yang harus dimiliki adalah kecepatan reaksi yang baik untuk mengambil keputusan pada suatu kejadian. Seorang wasit yang tidak memiliki kecepatan reaksi yang baik, tidak mungkin dapat memimpin pertandingan dengan baik, oleh sebab itu seorang wasit harus bisa menjaga pemahaman peraturan, kecepatan reaksi yang baik sehingga selalu menampilkan kinerja yang memuaskan dalam memimpin kapanpun dan dimanapun.

3. Upaya Peningkatan Konsentrasi Berpikir Wasit Sepakbola C1 Nasional PSSI Kota Padang

Diperolehnya hasil penelitian bahwa konsentrasi berpikir berpengaruh secara langsung terhadap kinerja wasit, konsentrasi berpikir merupakan pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan mengesampingkan suatu hal

lainnya yang tidak berhubungan. Tidak ada pikiran yang bercabang. Konsentrasi penting dalam seluruh kegiatan manusia, apa lagi itu aktivitas olahraga. Seperti halnya seorang wasit dalam memimpin pertandingan, sangat membutuhkan konsentrasi untuk menganalisa dan mengambil keputusan dalam suatu kejadian dalam pertandingan.

Kinerja wasit adalah bagaimana seseorang wasit dapat memimpin pertandingan dengan baik sesuai dengan peraturan permainan dan wasit dituntut tidak boleh salah dalam mengambil keputusan dengan harapan agar wasit tersebut benar – benar menjadi seorang pemimpin, pengadil, bahkan peleraian yang berdiri sama tegak dan tidak membela ke salah satu tim dalam pertandingan yang dipimpinnya serta keputusan wasit mutlak tidak bisa berubah-ubah.

Upaya meningkatkan konsentrasi berpikir menurut Komarudin (2015:139):

1. Latihan dengan menghadirkan gangguan. Bentuk latihan ini sangat menakutkan tatkala suara, bunyi-bunyian, gerakan seseorang dalam kelompok dapat merusak konsentrasi. Seorang wasit harus mempersiapkan diri untuk mengatasi gangguan tersebut.
7. Menggunakan kata kunci. Penggunaan kata kunci bertujuan memberikan instruksi atau motivasi pada wasit untuk meningkatkan konsentrasinya.
8. Menggunakan pemikiran bukan untuk menilai. Proses menilai gerakan yang wasit lakukan dalam latihan, biasanya penampilannya menurun. Setelah wasit menilai penampilan, umumnya mereka mulai membuat kesimpulan, misalnya wasit salah mengambil keputusan, tentu wasit akan selalu berpikir saya sudah melakukan kesalahan. Dengan penilaian seperti ini ketepatan, irama, dan kestabilan emosional wasit akan hilang.
9. Menyusun kegiatan rutin. Biasanya pikiran wasit tidak terfokus selama berhenti melakukan aktivitasnya. Kebiasaan

rutin bisa membantu wasit sebelum penampilannya sehingga wasit dapat memfokuskan mentalnya ketika memimpin pertandingan.

10. Berlatih mengendalikan mata. Mengendalikan mata adalah metode untuk memfokuskan konsentrasi. Terkadang mata kita kemana-mana seperti halnya pikiran kita.
11. Memusatkan perhatian. Wasit harus tetap memfokuskan perhatiannya pada tugas-tugas yang harus dilakukan.

Dengan demikian dalam meningkatkan kinerja sebagai seorang wasit adalah konsentrasi berpikir. Konsentrasi berpikir memberikan pengaruh yang sangat dominan pada wasit. Oleh karena itu agar wasit dalam memimpin pertandingan berjalan dengan baik, maka salah - satu syarat yang harus dimiliki adalah konsentrasi dalam berpikir yang baik untuk menganalisa kejadian. Seorang wasit yang tidak memiliki konsentrasi berpikir yang baik, tidak mungkin dapat memimpin pertandingan dengan baik, oleh sebab itu seorang wasit harus bisa menjaga pemahaman peraturan konsentrasinya dalam berpikir dengan baik sehingga selalu menampilkan kinerja yang memuaskan dalam memimpin kapanpun dan dimanapun.

C. Saran

Berdasarkan temuan penelitian dan implikasi penelitian, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi PSSI dalam hal ini sebagai organisasi yang menaungi persepakbolaan, dan berperan penting dalam pengawas, Memelihara, meningkatkan dan mengembangkan kompetensi dan kemampuan wasit sehingga bisa bersaing secara internasional.

2. Bagi Instruktur wasit disarankan agar membuat materi pengajaran yang menarik dan tidak membosankan sehingga cepat dipahami dan dimengerti para wasit yang mengikuti kursus, sehingga bisa meningkatkan pemahaman tentang peraturan permainan. Sehingga akan menciptakan kualitas wasit yang baik.
3. Disebabkan penelitian yang dilakukan ini sangatlah terbatas dari segi variabel, jumlah sampel, tempat dan waktu penelitian. Maka diduga masih banyak variabel lain yang turut mendukung terhadap kinerja wasit, diharapkan peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor lain yang dapat mempengaruhi atau meningkatkan kinerja wasit.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Apri. 2012. *Olahraga Kebugaran Jasmani Sebagai Suatu Pengantar*. Padang : Sukabina Press.
- _____. 2013. *Manajemen Kebugaran Teori dan Praktek*. Padang : Sukabina Press.
- Aji Kusnanto Setyo dkk. *Kemampuan Memasukkan Bola Ke Ring Berdasarkan Nilai Konsentrasi*. Journal of Sport Sciences and Fitness 1 (1) 2012. ISSN 2252-6528.
- Bafirman. 2013. *Fisiologi Olahraga*. Wineka Media
- Badawy M.M dan Qassim I.M. *Cardio respiratory response: Validation of new modifications of Bruce protocol for exercise testing and training in elite Saudi triathlon and soccer players*. Journal of Biological Sciences. Volume 05.009 2017 ISSN 1319-562X
- Carolyn Yang Ya-Ting dan Chao-Hsiang Chang. *Empowering students through digital game authorship: Enhancing concentration, critical thinking, and academic achievement*. Institute of Education & Center for Teacher Education, National Cheng Kung University, No.1, University Road, Tainan City 701. ISSN 0360-1315
- Dumont Theron Q. 2012. *The Power Of Concentration*. Jakarta : Gramedia pustaka utama.
- Dwi Dilli Kuswoyo. *Kontribusi Percaya Diri, Konsentrasi, Dan Motivasi Terhadap Kinerja Wasit Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia Provinsi Sumatera Selatan*. Journal of Physical Education and Sports. JPES4 (2) 2017. ISSN 2502-4477
- _____. (2017). Tesis: *Kontribusi Percaya Diri, Konsentrasi, Dan Motivasi Terhadap Kinerja Wasit Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia Provinsi Sumatera Selatan*. UNNES
- FIFA. 2013/2014. *Laws of The Game-Peraturan Permainan*.
- FIK UNP. 2016. *Buku panduan: Penulisan Tesis Program Studi Pendidikan Olahraga S2*.