

Hubungan Antara Kebugaran Jasmani Dengan Kinerja Wasit Sepak Bola

Relationship Between Physical Fitness Performance With Football Referee

Yudi Nurcahya¹, Patriana Nurmansyah Awwaludin²

¹Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

² Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana hubungan antara kebugaran jasmani dan kinerja wasit dalam memimpin pertandingan sepakbola. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi pearson. Penelitian ini dilakukan di Asosiasi PSSI Kota Bandung. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 29 wasit yang dipilih berdasarkan kriteria yang ditentukan dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kebugaran jasmani melalui tes kebugaran FIFA, dan uji kinerja wasit menggunakan penilaian wasit FIFA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran fisik dan kinerja wasit. Implikasi dari penelitian ini adalah: 1) Mengklarifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kinerja wasit sepakbola, 2) menjadi pertimbangan dalam memilih wasit sepakbola yang berkualitas.

Kata kunci: Wasit, Sepak Bola, Kualitas Wasit, Kualitas Fisik.

Abstract

This study aims to find out how the relationship between physical fitness and referee performance in leading football matches. This study uses a quantitative approach with descriptive research methods. The data analysis technique used is Pearson correlation. This study was conducted at PSSI Association in Bandung. The subjects are 29 referees that selected based on the criteria used by purposive sampling. The instrument used in the study was a Physical Fitness Test through the FIFA Fitness Test, and the Referee Performance Test using the FIFA Referee Assessment. The results showed that there was a significant relationship between physical fitness and referee performance. The implications of this study are: 1) Clarifying the factors related to the performance of soccer referees, 2) being considered in choosing a quality soccer referee.

Keywords: Referee, Football, Referee Quality, Physical Quality.

PENDAHULUAN

Dalam permainan sepakbola diperlukan adanya seseorang yang mampu menjadi penengah untuk menengahi kedua tim yang bertanding. Untuk itu diperlukan seorang wasit sebagai salah satu komponen yang memberi peranan penting dalam lancarnya sebuah pertandingan sepakbola. Wasit sepakbola merupakan seorang pemimpin dalam sebuah pertandingan sepakbola yang bertugas dan bertanggung jawab atas jalannya suatu pertandingan. Wasit bertugas memimpin jalannya pertandingan sepakbola sesuai dengan peraturan permainan sepakbola dengan dibantu oleh dua orang asisten wasit dan satu orang official keempat (FIFA, 2018). Wasit bekerjasama dengan dua asisten wasit memiliki otoritas penuh untuk mengontrol dan mengatur perilaku pemain dan pelatih (Castillo et al, 2015). Baik buruknya suatu pertandingan sepakbola sangat dipengaruhi oleh kinerja wasit. Peran wasit sangat penting dalam sepakbola, terutama di sepakbola profesional, keputusan yang salah mungkin memberikan implikasi yang mendalam pada hasil pertandingan (Castagna et al, 2007). Untuk itu wasit dituntut untuk memiliki tingkat kebugaran jasmani yang tinggi dan pemahaman yang baik tentang peraturan permainan sepakbola. Pengetahuan yang lebih baik dari wasit sepakbola jelas bisa menguntungkan permainan (Castagna et al, 2007).

Banyak insiden yang terjadi di Indonesia terkait pertandingan sepakbola. Banyak tim yang tidak puas dengan kinerja wasit yang memimpin pertandingan. Hal tersebut disebabkan beberapa kekeliruan yang dilakukan oleh seorang wasit. Faktor- faktor yang mempengaruhi kinerja wasit sangatlah kompleks yang terdiri faktor fisik dan faktor psikologi (mental). Kinerja seseorang dipengaruhi latihan dan pengalaman kerja, pendidikan, sikap, kepribadian, organisasi, para pemimpin, kondisi fisik, kemampuan dan motivasi (Mangkunegara, 2000). Tidak optimalnya kinerja wasit di lapangan dapat terjadi karena kondisi fisik yang menurun. Wasit dituntut untuk memiliki kebugaran jasmani yang tinggi untuk dapat menunjang kinerjanya saat memimpin pertandingan. Dalam satu pertandingan kompetitif, seorang wasit elite dapat mencapai jarak 9-13 km, jarak tersebut sama seperti yang dicapai oleh pemain sepakbola khususnya pemain tengah (Castagna, 2002). Dalam satu pertandingan wasit dapat menempuh jarak 10-14 km (FIFA, 2010).

Tipikal wasit setelah 10 km termasuk di dalamnya mengalami 47% jogging, 12% sprinting, 18% reverse running, dan 23% walking dengan rata-rata 165 BPM (Reilly & Gregson, 2006) Hal tersebut menunjukkan bahwa wasit dituntut untuk memiliki kebugaran jasmani yang prima untuk dapat mencapai jarak tersebut. Kondisi fisik yang menurun dapat menyebabkan seorang wasit cepat mengalami kelelahan. Kelelahan terus bertambah sedangkan performa kerja akan terus menurun (Giriwijoyo, 2010). Hal tersebut menandakan bahwa kelelahan yang dialami akan mengganggu kinerja wasit, sehingga sangat memungkinkan seorang wasit melakukan kesalahan dalam pengambilan keputusan. Sedangkan sepakbola modern ini sudah berkembang dengan tuntutan pemain dengan tingkat kebugaran Prima bersamaan dengan tuntutan fisik tersebut wasit ikut serta mempersiapkan fisik yang optimal (Monea, 2019).

Seorang wasit sering mengalami tekanan yang terjadi dilapangan, baik itu yang dilakukan oleh pemain, official, ataupun penonton. Pada saat kondisi fisik yang menurun pengelolaan emosi seorang wasit sangat diperlukan dalam hal ini. Emotional Quotient (EQ) merupakan kemampuan untuk memotivasi diri, mengendalikan perasaan dan dorongan hati menjaga agar stres tidak mematikan kemampuan berpikir, berempati dan mengaplikasikan kecerdasan emosi secara efektif (Goleman, 2001). Aspek perseptual kognitif ternyata berpengaruh terhadap ketepatan dalam pembuatan keputusan dalam permainan sepakbola (Felipe, 2009). Untuk itu seorang wasit yang sedang dalam kondisi fisik yang menurun harus memiliki kecerdasan emosional agar mampu mengatasi tekanan-tekanan yang muncul. Orang yang memiliki kecerdasan emosi akan mampu menghadapi tantangan dan menjadikan seorang manusia yang penuh tanggung jawab, produktif dan optimis dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah, dimana hal-hal tersebut sangat dibutuhkan dalam lingkungan kerja (Patton, 1998). Dengan kecerdasan emosi yang dimiliki seorang wasit, ia akan merasa percaya diri dengan kemampuan yang ia miliki walaupun sedang dalam keadaan yang lelah. Seseorang yang kurang percaya diri cenderung merasa cemas, kurang memusatkan diri pada kekuatan yang dimilikinya, dan konsentrasi terhadap tugas yang sedang dikerjakan mudah terganggu (Weinberg, 1995). Ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dan keberhasilan atletik dalam kelompok dan olahraga

individu (Roghayeh, 2011). Keterkaitan antara kebugaran jasmani dan kecerdasan mengelola emosi memiliki kaitan yang sangat kuat (Nurcahya, 2019). Selain itu menurut Guillen & Feltz (2011) terdapat 6 komponen sebagai kunci sukses melaksanakan tugas memimpin pertandingan (wasit) yaitu; a) game knowledge, b) decision-making skill, c) psychological skill, d) strategic skills, e) communication/control of game, dan f) physical fitness. Berdasarkan kajian penelitian dan beberapa fenomena permasalahan yang ada saat ini yaitu; masih minimnya penelitian tentang kebugaran jasmani dalam wasit sepakbola di Indonesia, maka peneliti perlu mencari data autentik apakah kebugaran jasmani yang dimiliki seorang wasit sepakbola memiliki hubungan dengan kinerja wasit sepakbola.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, guna menganalisis hubungan kebugaran jasmani dengan kinerja wasit sepakbola. Populasi dalam penelitian ini adalah wasit sepakbola anggota Asosiasi PSSI Kota Bandung yang berjumlah orang 96 wasit. Teknik penarikan sampel dalam penelitian menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria dalam penarikan sample yaitu sample memiliki lisensi wasit nasional dan sudah berpengalaman lebih dari 2 tahun dalam memimpin pertandingan. Diperoleh sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 29 orang wasit.

Instrumen dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani seorang wasit, dalam menggunakan FIFA Fitness Test for Referee yang terdiri dari dua komponen tes yaitu Sprint test dan Interval test. Dalam pengambilan data tingkat kebugaran jasmani para wasit melakukan test sprint terlebih dahulu sebanyak 6 kali pengulangan dengan limit waktu tidak boleh lebih dari 6 detik. Jika seorang wasit mampu menyelesaikan test sprint tersebut tanpa melewati limit waktu yang ditentukan maka dia berhak melakukan tes berikutnya yaitu tes interval. Penentuan alat ukur untuk menilai kinerja wasit, penulis menggunakan form penilaian wasit yang digunakan atau berlaku di PSSI. Form ini merupakan form resmi yang dikeluarkan oleh FIFA dan sering digunakan oleh PSSI untuk mengukur kinerja wasit sepakbola. Pengisian form penilaian tersebut dilakukan

oleh seorang penilai wasit yang berlisensi dan dilakukan dengan pengamatan langsung pada saat wasit memimpin pertandingan. Setelah seluruh data terkumpul selanjutnya data dianalisis menggunakan pearson correlation.

HASIL

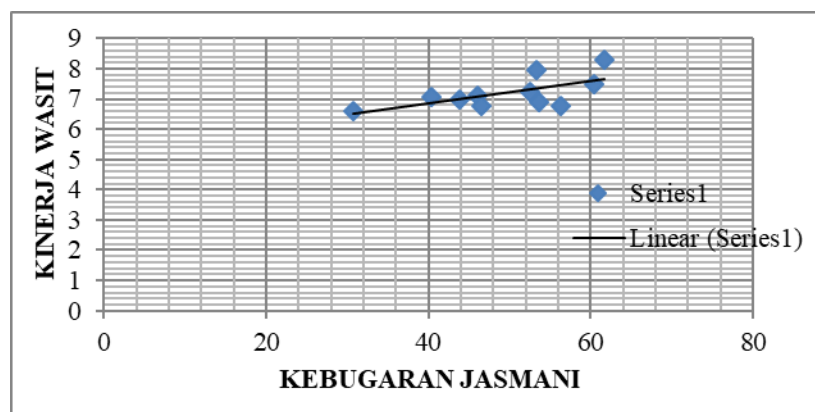
Berdasarkan pengolahan dan analisis terhadap data dengan pendekatan statistik deskriptif antara tingkat kebugaran jasmani dengan kinerja wasit sepakbola didapat hasil seperti pada tabel 1.

Tabel 1 Hasil Uji Korelasi

		Kebugaran Jasmani	Kinerja Wasit
Kebugaran Jasmani	Pearson Correlation	1	.691*
	Sig. (2-tailed)		.019
	N	29	29

Selanjutnya untuk mengetahui berhubungan dengan tingkat korelasi antara kebugaran jasmani dengan kinerja wasit didapat hasil dengan grafik 1.

Grafik 1 Uji Korelasi Kebugaran Jasmani dengan Kinerja Wasit



PEMBAHASAN

Kebugaran jasmani tentu saja memiliki hubungan dengan kinerja wasit sepakbola. Suatu pertandingan sepakbola baik dalam sebuah kompetisi maupun

sebuah liga akan berlangsung secara ketat, wasit merupakan faktor penunjang keberhasilan suatu pertandingan. Sama halnya seperti seorang pemain sepakbola, wasit juga membutuhkan kebugaran jasmani yang baik untuk menunjang kinerjanya. Kondisi fisik adalah salah satu syarat yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seseorang bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan yang tidak bisa ditawar-tawar lagi (Sidik, 2011). Persiapan fisik merupakan salah satu yang harus diperhatikan dan dipertimbangkan dari beberapa kasus penting sebagai unsur yang diperlukan dalam latihan untuk mencapai puncak penampilan (Sidik, 2011). Tetapi tentunya terdapat faktor pendukung lain yang mendukung kinerja wasit sepakbola. Faktor lain yang berpengaruh terhadap kinerja seorang wasit sepakbola yaitu kecerdasan emosional, dan kecerdasan intelektual yang merupakan faktor internal dari seorang wasit (Nurcahya, 2019). Berikutnya, kemampuan kondisi fisik wasit sangat menentukan keadaan kebugaran Jasmani yang diperlukan untuk memimpin suatu pertandingan. Diketahui pada penelitian ini berdasarkan data pearson correlation bahwa, antara kebugaran jasmani dengan kinerja wasit menghasilkan angka 0,691 hal ini menunjukkan tingkat korelasi antara kebugaran jasmani dengan kinerja wasit adalah kuat. Adapun koefisien determinasi (kontribusi kebugaran jasmani terhadap kinerja wasit) sebesar 47,7%. Selanjutnya, terkait penyebaran data yang berhubungan dengan tingkat korelasi antara kebugaran jasmani dengan kinerja terjadi sangat kuat. Yang ditandai dengan penyebaran uji korelasi di sekitar garis diagonal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan kinerja wasit sepakbola. Hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan serta titik awal untuk mengkaji lebih lanjut mengenai aspek-aspek lain yang turut berkontribusi terhadap kinerja wasit sepakbola, seperti kecerdasan spasial dan kecerdasan spiritual. Selain itu aspek kebugaran jasmani pun diharapkan dapat diteliti lebih lanjut lagi kontribusinya terhadap kinerja wasit sepakbola, terutama dari komponen kebugaran jasmani yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada seluruh responden yang menjadi pendukung dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Castagna C., Grant, A., Stefano, D. (2007). Physiological Aspects of Soccer Refereeing Performance and Training. *Journal of Sports Med* 2007; 37 (7): 625-646.
- Castagna C., Grant, A., Stefano, D. (2002). Relation Between Fitness Tests and Match Performance in Elite Italian Soccer Referees Journal of Strength and Conditioning. *Research*, 2002, 16(2), 231–235.
- Castillo. D, et al. (2015). Physical fitness and physiological characteristics of soccer referees. *Science & Sports* (2016) 31, 27—35.
- Felipe C., Jose O., Mark, W., & Julio, G. (2009). Expertise and Perceptual-cognitive Performance in Soccer. *Rev Port Cien Desp* 9(1) 115-122.
- FIFA. (2010). FIFA Fitness RAP. FIFA.
- FIFA. (2018). Law of The Game. FIFA.
- Giriwijoyo, H.,Y., S. Santoso. (2010). Ilmu Faal Olahraga. *Bandung*: FPOK UPI.
- Goleman, D. (2001). Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi. *Terjemahan: Alex tri Kantjoro Widodo*. Jakarta: Gramedia.
- Guillen, F., Feltz, D. (2011). A Conceptual Model of Referee Efficacy. *In: Front Psychol.*, 2(25), <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00025>.
- Mangkunegara, A.P. (2000). Manajemen Sumber Daya Manusia. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.

Monea, D. (2019). Football Referees Physical Fitness. 38-47. 10.15405/epsbs.2019.05.5.

Nurcahya Yudi, et al. (2019). Relationship between Emotional Intelligence and Physical Fitness with Football Referee Performance. Proceedings of the 3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2018). *Advances in Health Sciences Research*, volume 11.

Patton, P. (1998). Kecerdasan Emosional di Tempat Kerja, Alih Bahasa : Zaini Dahlan, *Pustaka Delaprata*, Jakarta.

Reilly, T., Gregson, W. (2006). Special Populations: The Referee and Assistant Referee. *Journal Sports Science*, 24(7), 795-801. <https://doi.org/10.1080/02640410500483089>.

Roghayeh, S., et al. (2011). Comparative Study of Emotional Intelligence of Athlete and nonAthlete.

Sidik, Z., D. (2011). Pembinaan Kondisi Fisik. Dasar dan Lanjutan. Bandung: FPOK_UPI.

Weinberg, R., & Gould, D., (1995). Foundation of sport and exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetic.