

**PROFIL KONDISI FISIK WASIT SEPAKBOLA C-3  
DI ASOSIASI PSSI KOTA BEKASI  
PADA TAHUN 2021**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**JULIANUS MARIO ADORE NAPIUN**

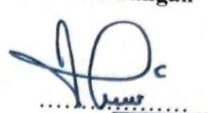






**1603617039**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2021**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b>			
<u>Dr. dr. Junaedi, SP. Ko.</u> NIP. 196111142000031001			19/8 2021
<b>Pembimbing II</b>			
<u>Agung Robianto, S.Pd., M.Or</u> NIP. 198804132019031015			18/8 2021
<b>Nama</b>	<b>Jabatan</b>	<b>Tanda Tangan</b>	<b>Tanggal</b>
1. <u>Drs. Iwan Barata, M.Pd</u> NIP. 196803092001121001	Ketua Sidang		19/8 2021
2. <u>Bazuri Fadillah Amin, S.Pd., M.Pd.</u> NIDN. 0330088703	Sekretaris		18/8 2021
3. <u>Dr. dr. Junaedi, Sp. Ko.</u> NIP. 196111142000031001	Anggota		19/8 2021
4. <u>Agung Robianto, S.Pd., M.Or</u> NIP. 198804132019031015	Anggota		18/8 2021
5. <u>dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N.</u> NIP. 198504192015041002	Anggota		19/8 2021

Tanggal Lulus : 16 Agustus 2021

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 27 Juli 2021

Yang M



Julianus Mario Adore Napiun

No. Reg 1603617039



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
**UPT PERPUSTAKAAN**

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Julianus Mario Adore Napiun  
NIM : 1603617039  
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga / Ilmu Keolahragaan  
Alamat email : julianusmario@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PROFIL KONDISI FISIK WASIT SEPAKBOLA C-3 DI ASOSIASI PSSI  
KOTA BEKASI PADA TAHUN 2021

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 28 Agustus 2021

Penulis

(Julianus Mario Adore Napiun)

## PROFIL KONDISI FISIK WASIT SEPAKBOLA C-3 DI ASOSIASI PSSI KOTA BEKASI PADA TAHUN 2021

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kondisi fisik wasit sepakbola C-3 di Asosiasi PSSI Kota Bekasi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei hingga bulan Juli, bertempat di Stadion Patriot Candrabhaga, Kota Bekasi. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dan dirancang dengan desain observasional. Subjek penelitian adalah wasit sepakbola C-3 Asosiasi PSSI Kota Bekasi dengan rentang usia 18-40 tahun sebanyak 15 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Tes dan pengukuran yang digunakan adalah tes indeks massa tubuh, *stork standing balance test* (keseimbangan), *CODA test* (kelincahan), *repeated sprint ability test* (kecepatan), *interval referee test* (daya tahan kardiorespirasi). Teknik analisis data menggunakan angka dan persentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa wasit sepakbola C-3 Asosiasi PSSI Kota Bekasi memiliki indeks massa tubuh yang berkategori kategori normal atau ideal sebanyak 7 wasit (46,67%), kategori berat badan berlebih sebanyak 8 wasit (53,33%). Untuk kondisi fisik yang berkategori baik sebanyak 5 wasit (33,33%), kategori sedang sebanyak 6 wasit (40,00%), kategori kurang sebanyak 2 wasit (13,33%), kategori kurang sekali sebanyak 2 wasit (13,33%).

**Kata Kunci :** Kondisi Fisik, Wasit Sepakbola

**PROFILE OF PHYSICAL CONDITION OF C-3 FOOTBALL REFEREE AT  
ASSOCIATION PSSI BEKASI CITY IN 2021**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the profile of the physical condition of C-3 football in the PSSI Association of Bekasi City. This research was conducted from May to July, at Patriot Candrabhaga Stadium, Bekasi City. This research is a quantitative descriptive study and was designed with an observational design. The subject of the study was the PSSI association football C-3 Bekasi City with an age range of 18-40 years 15 people. The instrument in this study used a survey method with test and measurement techniques. The tests and measurements used were body mass index test, stork standing balance test (balance), CODA test (agility), sprint ability test (speed), interval referee test (cardiorespiratory endurance). The data analysis technique uses numbers and percentages. The results of this study indicate that the PSSI Association of Bekasi City C-3 soccer has a body mass index in the normal or ideal category as many as 7 referees (46.67%), overweight category as many as 8 referees (53.33%). For the physical condition in the good category as many as 5 referees (33.33%), the moderate category as many as 6 referees 1 (40.00%), the less category as many as 2 referees (13.33%), the less category as many as 2 referees (13, 33%).*

**Keywords:** *Physical Condition, Soccer Referee*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmatnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka untuk memenuhi persyaratan gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta; **Dr. dr. Junaedi, SP. Ko.**, selaku Dosen pembimbing I dan **Agung Robianto, S.Pd., M.Or.**, selaku Dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Pihak **Asosiasi PSSI Kota Bekasi dan Rekan-rekan Wasit Kota Bekasi**, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan. **Ayah saya Martinus Napiun, ibu saya Liberta Mea, adik saya Matius Patrik Napiun**, yang telah memberikan dukungan material maupun moral. **Sahabat saya Zicova, Mario, Frans, Yogo, Fatan, Razaf, Wulan dan teman-teman Prodi Ilmu Keolahragaan Angkatan 2017** yang selalu mendukung, memberi semangat serta memberikan saran selama masa perkuliahan sampai sekarang ini. Terimakasih juga kepada orang yang selalu setia menemani, memberikan motivasi dan dukungannya kepada saya, **Fransiska Vika Cahyaningrum.**

Akhir kata saya berharap Tuhan yang Maha Esa membalas kebaikan dari semua pihak yang membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 27 Juli 2021

Julianus Mario Adore Napiun

No. Reg 1603617039

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Kegunaan Hasil Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>6</b>
A. Deskripsi Konseptual .....	6
2.1 Profil .....	6
2.2 Kondisi Fisik.....	6
2.3 Wasit Sepakbola .....	14
2.4 Klasifikasi Wasit Sepakbola C-3 .....	27
2.5 Asosiasi PSSI Kota Bekasi .....	27
B. Kerangka Berpikir.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A. Tujuan Penelitian .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Metode Penelitian.....	30
D. Populasi dan Sampel .....	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Instrumen Penelitian.....	32
G. Teknik Analisis Data .....	41



<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
A. Deskripsi Data.....	45
B. Pembahasan.....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
A. Kesimpulan .....	61
B. Saran.....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>66</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>89</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kategori tes indeks massa tubuh.....	34
Tabel 3.2 Kategori stork standing balance test .....	35
Tabel 3.3 Kategori CODA Test .....	37
Tabel 3.4 Kategori Repeated Sprint Ability Test.....	38
Tabel 3.5 Kategori Interval Referee Test.....	41
Tabel 3.6 Lima kategori hasil T Skor.....	44
Tabel 4.7 Hasil Penelitian Tes Indeks Massa Tubuh .....	46
Tabel 4.8 Hasil penelitian tes keseimbangan .....	47
Tabel 4.9 Hasil penelitian tes kelincahan.....	49
Tabel 4.10 Hasil penelitian tes kecepatan .....	50
Tabel 4.11 Hasil penelitian Interval Test Referee.....	51
Tabel 4.12 Kategori t skor.....	53
Tabel 4.13 Hasil penelitian CODA Test (T skor) .....	53
Tabel 4.14 Hasil penelitian Repeated Sprint Ability Test (T skor).....	54
Tabel 4.15 Hasil penelitian interval test referee (T skor) .....	55
Tabel 4.16 Hasil kondisi fisik .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Wasit Sepakbola Pertandingan Resmi.....	15
Gambar 2.2 Sinyal-sinyal wasit yang diberikan saat pertandingan .....	23
Gambar 2.3 Sinyal-sinyal asisten wasit yang diberikan saat pertandingan .....	24
Gambar 2.4 Tugas wasit keempat atau cadangan .....	25
Gambar 2.5 Perlengkapan wasit.....	26
Gambar 2.6 Kerangka Berpikir .....	29
Gambar 3.1 Alat stadiometer .....	32
Gambar 3.2 Prosedur menimbang badan .....	33
Gambar 3.3 Cara melakukan stork standing balance test .....	34
Gambar 3.4 Prosedur CODA test.....	36
Gambar 3.5 Prosedur Repeated Sprint Ability test .....	37
Gambar 3.6 Prosedur Interval Referee Test.....	39
Gambar 4.1 Grafik histogram hasil tes indeks massa tubuh .....	46
Gambar 4.2 Grafik histogram hasil tes keseimbangan.....	48
Gambar 4.3 Grafik histogram hasil tes kelincahan .....	51
Gambar 4.4 Grafik hasil pengolahan data tes kecepatan .....	52
Gambar 4.5 Grafik hasil pengolahan data tes daya tahan kardiorespirasi .....	53
Gambar 4.6 Grafik histogram CODA test .....	55
Gambar 4.7 Grafik histogram Repeated Sprint Ability test.....	56
Gambar 4.8 Grafik histogram interval test referee.....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Identitas Subjek Penelitian .....	66
Lampiran 2. Formulir Penelitian .....	67
Lampiran 3. Data Kasar Hasil Tes Indeks Massa Tubuh.....	77
Lampiran 4. Data Kasar Hasil Tes Keseimbangan, Kelincahan , Kecepatan ,Daya Tahan Kardiorespirasi .....	78
Lampiran 5. Data Hasil T Skor Kondisi Fisik .....	79
Lampiran 6. Contoh Perhitungan Data Secara Manual.....	80
Lampiran 7. Surat-Menyurat.....	81
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	83

