

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu aktifitas yang dilakukan oleh berbagai lapisan masyarakat dengan berbagai kelompok umur. Yang keberadaannya saat ini tidak lagi dipandang sebelah mata. Sebab olahraga saat ini sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat dunia bahkan di Indonesia sendiri. Olahraga dalam kehidupan bangsa Indonesia merupakan bagian dari prestasi bangsa yang tumbuh dan berkembang sejalan dengan perkembangan zaman. Oleh karena itu olahraga mempunyai andil yang terbesar dan merupakan salah satu media bagi pembangunan manusia seutuhnya. Aktifitas olahraga bukan hanya bertujuan untuk kesehatan jasmani saja, melainkan untuk meningkatkan keterampilan olahraga untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya. Baik melalui pendidikan di sekolah maupun di luar sekolah. Olahraga dalam kehidupan manusia merupakan satu hal yang sangat penting dalam usahanya menjaga kesehatan baik jasmani maupun rohani, disamping itu untuk meningkatkan ketangkasan.

Seiring perkembangan zaman dan pesatnya teknologi yang ada di Indonesia sehingga olahraga banyak melakukan perubahan (Modifikasi) baik dalam hal pembelajaran, perangkat pertandingan, lapangan, peralatan, permainan dan cara bermain sehingga olahraga semakin hari semakin banyak diminati serta semakin mudah untuk dilakukan. Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang terkenal dan sangat digemari oleh hampir seluruh masyarakat di dunia. Baik dewasa, remaja, dan anak – anak, bahkan putera maupun puteri. Sepak bola merupakan olahraga yang praktis dan memerlukan teknik dan taktik yang khusus, karena sepak bola merupakan olahraga berkelompok. Kondisi fisik yang prima sangatlah menunjang penampilan bagi pemain sepak bola. Penampilan fisik yang buruk tentunya akan berdampak buruk juga bagi teknik dan taktik. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang terdiri dari dua regu dan setiap regu minimal 7 orang pemain, maksimal 11 orang pemain yang

berada di lapangan. Bola dimainkan oleh seluruh anggota gerak tubuh, kecuali tangan, dan dibatasi oleh aturan-aturan tertentu yang bertujuan untuk memasukan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri dari serangan. Jenis permainan tersebut sangat populer di masyarakat. Terbukti dengan banyaknya orang yang menggemari permainan tersebut mulai dari usia anak-anak, remaja, dewasa, sampai lanjut usia sekalipun.

Menurut Rusli Lutan (2003, hal.45) menjelaskan dalam dunia olahraga sepak bola, resiko pertanggung jawaban terhadap keberhasilan atau kegagalan suatu pertandingan bukan saja menjadi tanggung jawab pemain, tim manager, atau pelatih akan tetapi yang sangat dominan ditentukan oleh kepemimpinan wasit. Berdasarkan pendapat Rusli Lutan, penulis berpikir bahwa berjalan lancar dan tidaknya sebuah pertandingan sepak bola tergantung kepada kinerja wasit dalam memimpin pertandingan tersebut. Wasit memiliki hak penuh selama pertandingan kepada pemain, pelatih, dan *official* sebuah tim. Wasit juga memiliki perlindungan penuh dari *Federation International Football Association* (FIFA) sebagai lembaga tertinggi sepak bola dunia atau dari lembaga sepak bola di suatu negara.

Wasit adalah pemimpin di lapangan yang keputusannya tidak dapat di ganggu gugat oleh pemain maupun pelatih dan *official team*. Dalam satu pertandingan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit dengan tiga assistennya, dua diantara bertugas untuk menentukan *offside*, bola keluar dan pelanggaran terdekat yang sering kita sebut dengan asisten wasit 1 dan 2, dan wasit cadangan bertugas untuk memantau bila ada kejadian yang tidak diketahui oleh wasit tengah yang bertugas untuk memberikan tambahan waktu dan setelah waktu normal selesai serta tugas wasit sendiri yaitu memimpin jalannya suatu pertandingan. Karenanya wasit pertandingan dilindungi sepenuhnya oleh badan sepakbola dunia FIFA.

Wasit di lapangan juga punya peran menentukan pada kualitas sebuah pertandingan, serta kenyamanan satu pertandingan untuk dinikmati. Satu kali saja kesalahan seorang wasit maka akan menodai pertandingan tersebut. Sebuah gol bisa sah ataupun tidak sah, pelanggaran bisa pinalti ataupun tendangan bebas, pemain layak dikartu kuning atau merah, dan lain – lain adalah keputusan penting

yang menjadi beban tersendiri bagi wasit. Menurut Abdul Aziz (2014, 2) Wasit juga memerlukan kemampuan fisik dan daya tahan tubuh yang baik agar bisa terhindar dari kelelahan dan kesalahan saat bertugas. Seseorang dalam keadaan lelah maka orang tersebut tidak akan bisa lagi berfikir secara jernih, sehingga akan terjadi kesalahan-kesalahan dalam mengambil keputusan dilapangan karena hilangnya atau berkurangnya konsentrasi wasit dikarenakan kondisi fisik yang tidak baik. Khusus berkenaan dengan perwasitan peningkatan kualitas wasit selalu dilakukan baik dalam memahami aturan permainan, kejelian dalam memimpin permainan dan yang paling penting adalah peningkatan kebugaran jasmaninya sebab tanpa kondisi kebugaran yang prima wasit tidak akan bisa melaksanakan tugas secara prima untuk itu kebugaran jasmani seorang wasit harus selalu dijaga dan ditingkatkan. Kebugaran jasmani berhubungan erat dengan kesehatan dan keterampilan atau skill. Kebugaran jasmani seorang wasit sangat penting, maka tidak heran apabila tes kebugaran jasmani secara periodik selalu dilakukan sebagai upaya penjagaan tingkat kebugaran jasmani bagi seorang wasit. Kebugaran jasmani berhubungan dengan kondisi fisik yang dimiliki seorang wasit, dalam hal ini kondisi fisik dianggap memiliki peranan penting dalam upaya menjaga konsentrasi selama berada di lapangan. Dalam pertandingan bisa saja terjadi insiden terhadap wasit seperti contoh; cedera, pingsan, dan tidak konsentrasi karena tendensi pertandingan yang tinggi. Dengan hal tersebut di atas maka diperlukan kebugaran fisik yang prima dan mental untuk memimpin pertandingan. Dan dapat kita memperhatikan beberapa wasit di dunia dalam memimpin pertandingan, yang mana memiliki postur tubuh yang ideal dan fisik yang bugar dan prima, serta tanpa lelah yang berlebihan. Hal itu didukung oleh latihan dan penyegaran yang teratur dan rutin secara disiplin yang baik, berdasarkan standard operasi prosedur perwasitan dunia untuk memimpin pertandingan dengan wajib menjalankan metode pelatihan dan penyegaran seperti melatih daya tahan paru (*Kardio Respiratory*), kekuatan (*Strenght*), keseimbangan (*Balance*), kecepatan gerak (*Speed*), dan kecepatan reaksi (*Refleks*).

Kebugaran jasmani adalah ukuran kesehatan untuk seseorang dalam mengukur sejauh mana tingkat aktivitas jasmani serta rohani seseorang, kebugaran jasmani mempunyai banyak komponen yang berhubungan dengan keterampilan dan kesehatan seseorang pada jenis tes kebugaran jasmani (Husdarta, 2011). Yang terbagi menjadi dua bagian dari mulai keterampilan yang mempunyai 7 item tes; 1) Kecekatan, 2) Kelincahan, 3) Keseimbangan, 4) Koordinasi, 5) Daya ledak otot, 6) Reaksi, 7) Kecepatan. Adapun kesehatan yang mempunyai 4 item tes yaitu; tes 1) komposisi tubuh, 2) Kekuatan otot, 3) Fleksibilitas atau kelenturan, dan 4) Daya tahan jantung paru atau bisa disebut tes daya tahan atau lebih dikenal tes VO2Max (Darmawan & Ridwan, 2018). VO2Max bisa diartikan dengan volume oksigen maksimal dengan norma satuan ml/kg/menit dengan panjang lintasan 20 meter.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor kondisi fisik dan kebugaran jasmani memegang peranan penting untuk pencapaian kepemimpinan dalam suatu pertandingan sepakbola. Tanpa adanya kebugaran jasmani dan kondisi fisik, maka kemampuan fisik seorang Wasit yang diharapkan akan sulit dicapai karena tanpa kondisi fisik yang bagus maka seorang Wasit akan cepat mengalami kelelahan sehingga dalam mengambil keputusan tidak tepat lagi pada peraturan yang sesungguhnya. Berdasarkan uraian di atas, peneliti melakukan penelitian yang diharapkan mampu mengetahui bagaimana tingkat kebugaran jasmani wasit, oleh keberadaan penulis sebagai salah satu wasit sepak bola, maka peneliti tertarik untuk meneliti.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah, maka peneliti mengidentifikasi berbagai masalah yang kemungkinan dapat diteliti dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimanakah cara meningkatkan kebugaran jasmani terhadap wasit ASKOT PSSI Jakarta Timur ?
2. Mengetahui tingkat kebugaran jasmani wasit ASKOT PSSI Jakarta Timur.

3. Pemahaman wasit Indonesia tentang menjaga kebugaran jasmani.
4. Apakah terdapat Hubungan kebugaran jasmani terhadap performa wasit dalam memimpin pertandingan?

C. Batasan Masalah

Supaya tidak terjadi penafsiran yang meluas, maka peneliti membatasi kajian agar sasaran dari penelitian ini lebih fokus, peneliti akan hanya mencoba meneliti yang terkait dengan kebugaran jasmani wasit.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, adapun masalah yang diteliti adalah: Bagaimana kebugaran jasmani para wasit sepak bola Indonesia di Asosiasi Kota (ASKOT) PSSI Jakarta Timur?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak diantaranya yaitu:

1. Melalui penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih yang baik dan dapat mendukung proses jalannya pertandingan sepak bola di Indonesia, baik universitas-universitas juga dapat membantu dan memfasilitasi calon wasit dalam meningkatkan kebugaran jasmani sehingga dapat menjadi bagian perwasitan sepak bola di dunia.
2. Melalui penelitian ini Organisasi wasit sepak bola Indonesia terkhusus di Asosiasi Kota (ASKOT) PSSI Jakarta Timur, dapat mengetahui bagaimana cara meningkatkan kebugaran jasmani setiap wasit yang akan terjun.