

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia di DKI Jakarta. Melalui olahraga, masyarakat dapat memperoleh manfaat fisik, mental, dan sosial yang berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari. Olahraga telah berkembang dengan pesat seperti ilmu pengetahuan dan teknologi. Salah satu bentuk olahraga yang banyak berkembang dan diminati oleh masyarakat DKI Jakarta adalah olahraga bola basket. Olahraga bola basket di Provinsi DKI Jakarta tidak hanya dimainkan di tingkat rekreasi saja, tetapi juga menjadi salah satu cabang olahraga yang sering menyumbangkan pemain-pemain di tingkat nasional maupun internasional.

Olahraga bola basket di Provinsi DKI Jakarta tidak hanya menyumbangkan pemain-pemain sampai ke tingkat nasional dan internasional, tetapi juga menyumbangkan wasit-wasit profesional. Di balik setiap pertandingan bola basket, keberadaan wasit memegang peranan penting, wasit memiliki tanggung jawab untuk mengatur jalannya permainan agar berlangsung secara adil dan sesuai aturan.

Wasit harus memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik, hal ini dikarenakan tingkat kebugaran yang baik akan menunjang kemampuan fisik dalam memimpin pertandingan, terutama saat harus mengambil keputusan cepat dan tetap fokus dalam situasi kompetitif. Kebugaran jasmani mencakup berbagai komponen seperti daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan koordinasi tubuh, yang semuanya berkontribusi terhadap kinerja fisik optimal di lapangan. Tanpa kebugaran yang memadai, wasit akan lebih mudah mengalami kelelahan yang dapat memengaruhi objektivitas dan ketepatan dalam mengambil keputusan.

Selain aspek kebugaran, pengukuran antropometri juga menjadi bagian penting dalam menilai kondisi fisik secara menyeluruh. Antropometri merujuk pada pengukuran-pengukuran tubuh manusia seperti tinggi badan, berat badan, panjang tungkai, lebar bahu, rentang tangan, dan sebagainya, serta dapat menentukan tipe tubuh. Informasi ini berguna untuk mengidentifikasi karakteristik tubuh yang mendukung performa fisik seorang wasit, serta membantu dalam perancangan program latihan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing individu.

Namun demikian, dalam beberapa pengamatan lapangan ditemukan bahwa tidak sedikit wasit bola basket di DKI Jakarta yang mengalami kelebihan berat badan atau dalam kondisi *overweight*. Hal ini memunculkan kekhawatiran terkait kemampuan fisik mereka dalam memimpin pertandingan dengan optimal. Kondisi fisik yang kurang ideal, seperti berat badan berlebih, dapat

memengaruhi daya tahan, kecepatan, serta fokus saat mengambil keputusan di lapangan, yang semuanya merupakan tuntutan dasar dari tugas seorang wasit. Di Provinsi DKI Jakarta, kegiatan perlombaan bola basket berlangsung cukup intensif. Namun, jumlah wasit aktif yang tersedia relatif terbatas. Saat ini tercatat hanya ada 58 orang wasit yang bertugas secara aktif. Dengan padatnya jadwal pertandingan dan tuntutan mobilitas tinggi dalam memimpin pertandingan, tingkat kebugaran jasmani dari para wasit menjadi hal yang sangat krusial. Di sisi lain, kegiatan fisik rutin yang diberikan kepada wasit hanya dilakukan satu kali dalam sebulan. Hal ini menimbulkan pertanyaan sejauh mana tingkat kebugaran jasmani para wasit saat ini, mengingat frekuensi latihan yang terbatas serta kesadaran individu terhadap pentingnya kebugaran juga masih perlu ditingkatkan.

Tujuan dari penelitian ini adalah guna mengetahui bagaimana tingkat kebugaran jasmani wasit bola basket di Provinsi DKI Jakarta. Hal ini menjadi penting karena dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi fisik wasit saat ini. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk menetapkan standar kebugaran jasmani yang ideal bagi wasit di masa mendatang.

Penelitian ini dilaksanakan di Provinsi DKI Jakarta karena wilayah ini memiliki intensitas kegiatan pertandingan bola basket yang tinggi. Penelitian dilakukan pada saat kegiatan kompetisi dan pelatihan wasit sedang aktif berlangsung. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah seluruh wasit bola basket yang masih aktif bertugas di wilayah tersebut. Peneliti menggunakan

pendekatan pengukuran kebugaran jasmani untuk memperoleh data yang objektif mengenai kondisi fisik para wasit.

Dengan mengetahui seberapa baik tingkat kebugaran jasmani yang dimiliki oleh para wasit, maka langkah-langkah perbaikan dapat dirancang untuk mendukung performa mereka dalam memimpin pertandingan. Penelitian ini menjadi penting tidak hanya untuk menjaga kualitas pertandingan, tetapi juga untuk menjaga kesehatan dan keberlangsungan karier para wasit bola basket di DKI Jakarta di masa mendatang

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi, diantaranya sebagai berikut :

1. Kebugaran jasmani memegang peranan penting dalam menunjang performa wasit.
2. Belum diketahui profil antropometri dan kebugaraan jasmani wasit bola basket di Provinsi DKI Jakarta.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada Profil Antropometri dan Kebugaran Jasmani Pada Anggota Wasit Bola Basket Provinsi DKI Jakarta. Adapun antropometri yang dimaksud yaitu tinggi badan, berat badan, dan tipe tubuh sedangkan kebugaran jasmani yang dimaksud adalah yang berkaitan dengan kesehatan, yaitu daya tahan jantung paru (*endurance*), daya tahan otot (*Muscular Power*), fleksibilitas (*flexibility*), dan komposisi tubuh (*Body Composition*).

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimanakah profil antropometri dan kebugaran jasmani wasit bola basket Provinsi DKI Jakarta?”

E. Kegunaan Penelitian

Kegunaan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui profil antropometri dan kebugaran jasmani pada anggota wasit bola basket Provinsi DKI Jakarta. Dan melalui hasil penelitian ini nantinya dapat digunakan sebagai berikut :

- a. Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi anggota wasit bola basket Provinsi DKI Jakarta agar mengetahui peranan penting kebugaran jasmani untuk melaksanakan tugas secara optimal dan maksimal.
- b. Tersusunnya profil antropometri dan kebugaran jasmani pada anggota wasit bola basket Provinsi DKI Jakarta yang dapat dijadikan sebagai masukan dan bahan evaluasi kepada pihak organisasi.
- c. Membantu upaya meningkatkan kebugaran jasmani anggota wasit bola basket Provinsi DKI Jakarta agar dapat melaksanakan segala aktivitas dalam setiap kegiatan yang ada.