

Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Pengetahuan Peraturan Pertandingan Terhadap Performa Keputusan Wasit Bola Basket DKI Jakarta Di Kompetensi KU – 16 Jakarta Barat Tahun 2022

Robinson^{1*}, Arif Hidayat²

¹SMP Negeri 38 Jakarta

²STKIP Kusuma Negara , Jakarta, Indonesia

[*ka_smpn38_jkt@yahoo.com](mailto:ka_smpn38_jkt@yahoo.com) pangeran_fik@yahoo.co.id

DOI: 10.56773/apesj/V2i1.20

Abstrak: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan jenis *expost facto*, karena penelitian tidak memberikan perlakuan hanya mengambil data di lapangan. Teknik yang dipergunakan adalah tes kebugaran jasmani, pengetahuan peraturan pertandingan dan performa keputusan wasit. Teknik pengumpulan data yang digunakan observasi yang berupa angket mengenai lisensi wasit Waba. Subjek dalam penelitian ini adalah perkumpulan wasit se DKI Jakarta sejumlah 20 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebugaran wasit bola basket PERBASI DKI Jakarta berada dalam kategori baik dengan presentase 89 %. Sedangkan profil performa wasit bola basket PERBASI DKI Jakarta dikategorikan baik dengan presentase sebesar 79 %. Tingkat kebugaran jasmani berpengaruh terhadap performa hal ini ditandai dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,79 dapat diartikan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan atau kuat kebugaran jasmani dengan performa wasit bola basket PERBASI DKI Jakarta. Hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan serta titik awal untuk mengkaji lebih lanjut mengenai aspek-aspek lain yang turut berkontribusi terhadap kinerja wasit bola basket, seperti kecerdasan spasial dan kecerdasan spiritual.

Kata kunci : Kesehatan, kebugaran jasmani, Olahraga, Wasit bola basket

PENDAHULUAN

Bola Basket diciptakan di Amerika pada tahun 1891 oleh Dr. James A. Naismith. Karena Dr. James A. Naismith mengasuh 18 pelajar didalam kelasnya, maka pertama-tama bola basket dimainkan oleh 9 orang masing-masing regu, dengan 3 pemain depan, 3 pemain tengah, dan 3 pemain belakang. Pada tahun 1892 bola basket dimainkan oleh 7 orang masing-masing regu, dan selanjutnya setelah mengalami perubahan-perubahan jumlah, akhirnya ditemukan suatu jumlah yang sampai sekarang berlaku ialah 5 orang untuk masing-masing tim.

Permainan bola basket di Indonesia merupakan jenis olahraga modern yang begitu cepat perkembangannya dan pada saat ini olahraga bola basket semakin digemari oleh para remaja. Walaupun bola basket digemari oleh para remaja tetapi permainan ini dapat dimainkan oleh pria dan wanita, permainan ini dapat dimainkan dari usia 8 tahun – lanjut usia dan bahkan permainan ini dapat dimainkan bagi para disability. Awal mulanya permainan bola basket paling digemari oleh penduduk Amerika Serikat dan penduduk belahan bumi lainnya antara lain di Amerika Serikat, Eropa Selatan, Lithuania, dan juga Indonesia termasuk di dalamnya. Bola basket adalah permainan berkelompok yang terdiri atas dua tim, yang beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak angka dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket cocok untuk dipertontonkan karena bisa dimainkan pada ruangan olahraga tertutup dan terbuka.

Permainan bola basket saat ini berkembang begitu pesat dengan berbagai macam, mempelajari baik dari media ataupun melalui klub-klub bola basket untuk seseorang mengembangkan kemampuan individual mereka. Dengan adanya klub- klub bola basket di Indonesia dapat dilihat semakin banyak dan semaraknya kompetisi-kompetisi dan turnamen, maka induk dari bola basket Indonesia yaitu Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia yang disingkat dengan “PERBASI” merupakan organisasi pengatur olahraga bola basket di Indonesia. Kompetisi atau turnamen yang diadakan bukan hanya ditingkat nasional saja, tetapi sebelum masuk ke dalam tingkat nasional perbasi mengelolah setiap wilayah khususnya DKI Jakarta untuk mengadakan kompetisi baik dalam kategori putra ataupun putri dan dapat dimainkan dari kelompok umur 12 tahun sampai Divisi 1, bahkan ke Liga Profesional.

Permainan basketpun sangat membutuhkan kualitas fisik, teknik dasar dan pengetahuan yang baik dan benar. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui suatu aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Dalam pertandingan melibatkan dua tim yang berusaha untuk meraih kemenangan dengan memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam keranjang dengan berbagai strategi sampai waktu pertandingan selesai. Maka dalam pertandingan bola basket ada orang bertugas memimpin pertandingan yaitu wasit. Dengan adanya wasit, maka pertandingan dapat berjalan lancar dengan baik dan adil. Sebagai orang yang memimpin pertandingan, seorang wasit harus berlari dan berada sedekat mungkin

dengan pemain yang memegang bola, berkonsentrasi agar dapat mengambil keputusan dengan cepat dan tepat selama berada di dalam lapangan saat pertandingan berlangsung, sehingga tidak terjadi protes ataupun keributan yang dilakukan oleh pemain maupun pelatih atas keputusan wasit yang diambil.

Wasit bola basket ditentukan oleh PERBASI, dibantu oleh komisi wasit. Hak dan kewajiban komisi wasit adalah; menatar, mengangkat, menghentikan wasit dari tingkat C sampai A, dan mengusulkan para wasit untuk mengikuti ujian wasit Internasional. Setiap wasit yang memimpin pertandingan harus memiliki sertifikat atau lisensi. Ada berbagai macam lisensi yang dikeluarkan tergantung tingkat seorang wasit mengambil lisensi, seperti lisensi FIBA dikeluarkan oleh FIBA (Federation Internasional Basket Ball), lisensi A dan B1 (lisensi Nasional), lisensi B2 dan C (DKI Jakarta) dikeluarkan oleh pengurus besar PERBASI. Di Indonesia cukup banyak jumlah wasit, karena wasit dapat dijadikan sebagai pekerjaan tetap yang setiap hari mereka kerjakan atau sebagai pekerjaan sampingan.

Kepimpinan wasit yang baik harus mempunyai kebugaran jasmani, pengetahuan tentang peraturan, performa di lapangan, penampilan, kepemimpinan, serta penguasaan pertandingan sehingga pertandingan dapat berjalan dengan lancar dan adil. Selain mempunyai fisik yang baik seorang wasit harus mempunyai penampilan yang baik dari segi pakaian harus selalu rapi, sopan dan cara bicara yang baik. Setiap wasit juga dituntut untuk memahami peraturan dengan baik dan menjalankan tugas sesuai lisensi yang dimiliki, mampu mengetahui dan mempraktikkan mechanic court, signal atau tanda yang jelas bilamana setiap pelanggaran dan ada kesalahan yang sesuai dengan peraturan, mengetahui hukuman yang akan diberikan bila terjadi pelanggaran dan kesalahan di lapangan, dapat bekerjasama dengan rekan wasit yang bertugas, dan terakhir seorang wasit harus mempunyai disiplin dan semangat kerja setiap bertugas dipertandingan apapun.

Faktor-faktor tersebut sangat mempengaruhi seorang wasit dalam menjalani profesinya dan yang terlebih penting ialah untuk meningkatkan kualitas sebuah pertandingan agar terlihat menarik. Terkadang faktor-faktor tersebut tidak dimiliki sepenuhnya oleh seorang wasit, dengan demikian wasit tersebut tidak dapat memimpin pertandingan dengan baik dan yang lebih buruk lagi adalah prestasi wasit tersebut tidak akan berkembang sehingga sebuah pertandingan bola basket yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas bola basket Indonesia tidak terpenuhi. Hal ini menjadi bahan penelitian, maka penulis bermaksud meneliti hubungan tingkat kebugaran jasmani dengan performa keputusan wasit bola basket DKI Jakarta di kompetisi KU-16 Jakarta Barat tahun 2022.

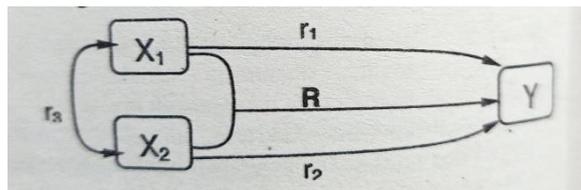
Secara umum rumusan masalah di dalam penelitian ini adalah "Apakah tingkat kebugaran jasmani dan peraturan pertandingan berhubungan dengan performa keputusan wasit DKI Jakarta di Kompetisi KU-16 Jakarta Barat tahun 2022". Berdasarkan permasalahan umum tersebut, berikut dikemukakan sub-sub masalah penelitian yaitu: (1) Apakah tingkat kebugaran jasmani mempunyai hubungan dengan performa keputusan wasit DKI Jakarta di kompetisi KU-16 Jakarta Barat tahun 2022? (2) Apakah pengetahuan peraturan pertandingan mempunyai hubungan dengan performa keputusan wasit DKI Jakarta di kompetisi KU-16

Jakarta Barata tahun 2022? (3) Faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi performa keputusan wasit DKI Jakarta di Kompetisi (4) Apakah penting seorang wasit harus meningkatkan kebugaran jasmaninya untuk mendapatkan performa keputusan di lapangan? (5) Apa saja macam-macam performa wasit di lapangan? (6) Seberapa keterkaitan antara kebugaran jasmani dengan performa keputusan wasit di lapangan pertandingan?

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini dijabarkan sebagai berikut: (1) Dapat menjadi masukan bagi perwasitan bola basket DKI Jakarta mampu memberikan performa keputusan di lapangan dengan baik dan adil, agar berjalannya pertandingan di Kompetisi KU-16 Jakarta Barat tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jenis *expost facto*, karena penelitian tidak memberikan perlakuan hanya mengambil data di lapangan yang sudah ada atau sudah dilakukan. Teknik yang dipergunakan adalah tes untuk kebugaran jasmani, pengetahuan peraturan pertandingan dan performa keputusan wasit.



Gambar 1.1 Paradigma Ganda dengan Dua Variabel Independen

Sumber : Prof. Dr. Sugoyono, Statistika untuk Penelitian, Bandung: Alfabeta, 2019. hlm. 10

Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Wasit Bola Basket DKI Jakarta yang terdaftar di PB. Perbasi sebanyak 74 orang.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Wasit Bola Basket DKI Jakarta sebanyak 20 orang.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah:

1. Tingkat kebugaran jasmani digunakan Multifit Fitness Test (MFT) atau Bleep Test. Dengan cara menghitung total balikan sebanyak 76 kali untuk laki-laki dan 67 untuk perempuan, untuk laki-laki setara dengan 10 menit yang telah ditentukan oleh FIBA.
2. Tes pengetahuan peraturan pertandingan yang digunakan untuk mengetahui kemampuan pengetahuan peraturan wasit yang dibuat oleh LitBang (Pelatihan dan

Perkembangan), sesuai dengan jabatan yang terdaftar di AWABA (PB. Perbasi DKI Jakarta).

3. Performa keputusan wasit yang digunakan buku laporan evaluasi wasit dari Pengurus Besar Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia yang *valid*.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini data diperoleh kemudian dilakukan pengolahan agar dapat menampilkan informasi yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan dari penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif, yang merupakan alat untuk menyajikan dan menampilkan data-data hasil penelitian.

Pengolahan data yang dilakukan oleh peneliti juga dilakukan dengan cara manual, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mencari Persamaan Regresi Sederhana

$$\hat{Y} = a + bx$$

Diketahui:

\hat{Y} = Variabel tak bebas (terikat)

a = Penduga bagi intersap (α)

b = Penduga bagi koefisien regresi (β)

α, β = Parameter yang nilainya tidak diketahui sehingga diduga menggunakan statistik sampel.

Koefisien arah a dan b untuk persamaan regresi di atas dapat dihitung dengan rumus berikut:

$$a = \frac{\sum Y - b \sum X}{.N} = \hat{Y} - b\bar{X}$$

$$b = \frac{N \cdot (\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{.N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2}$$

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Salah satu cara atau usaha agar data itu mengandung arti dan makna bagi hasil penelitian, yaitu dengan cara mengolah dan menganalisis data tersebut. Didalam penelitian ini peneliti melakukan pengolahan data yang bersifat deskriptif, dimana untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi data yang diperoleh dari penyebaran angket, maka

data-data tersebut diolah dan dianalisis sebaik mungkin. Setelah melakukan pengolahan data dengan teknik statistik, maka diperoleh hasil olahan data beserta analisisnya.

Data Hasil Penelitian

Deskripsi data meliputi nilai terendah, nilai tertinggi, rata-rata dan simpangan baku masing-masing variabel X_1 X_2 maupun Y , datanya sebagai berikut:

Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Tingkat kebugaran jasmani (X_1)	Pengetahuan peraturan pertandingan (X_2)	Performa Wasit DKI Jakarta (Y)
Nilai terendah	65	60	40,39
Nilai tertinggi	86	93,3	55,23
Rata-rata	74	73,42	48,044
Simpangan baku	7,313	8,98	5,045

Berdasarkan pengolahan dan analisis terhadap data dengan pendekatan statistik deskriptif antara tingkat kebugaran jasmani dengan kinerja wasit bola basket didapat hasil seperti pada tabel 4.2

Tabel 4.2 Data Hasil penghitungan Dari Hubungan Antara Kebugaran Jasmani (X) Performa Wasit Bola Basket (Y)

No	Variabel	N	Rata-rata	SB	Var	Jumlah
1	Kebugaran Jasmani	20	33.90	1.99	3.96	678
2	Performa	20	92.7	10.20	104.4	1854

Berdasarkan Tabel 4.2 Komponen-komponen yang dalam hubungan antara kebugaran jasmani wasit dan performa memimpin pertandingan basket di atas diperoleh nilai rata-rata variabel Kebugaran Jasmani 33.90, simpangan baku sebesar 1.99, serta varian sebesar 3.96, dan variabel performa diri diperoleh nilai rata-rata 92.7, simpangan baku sebesar 10.20, serta varian sebesar 104.04.

Setelah diketahui nilai rata-rata, simpangan baku, dan variabel dari semua komponen variabel tersebut, selanjutnya dilakukan pengujian parametrik, pendekatan parametrik digunakan bila tes-tes tersebut berdistribusi normal, dan pendekatan non parametrik digunakan apabila tes-tes tersebut berdistribusi normal.

Menentukan normal atau tidak normalnya suatu distribusi hasil tes, perlu dilakukan uji normalitas terhadap distribusi penyebaran populasi, adapun uji normalitas yang digunakan

dalam penelitian ini adalah uji Liliefors (L) dengan kriteria pengujian sebagai berikut : Ho diterima, jika $L \text{ hitung} < L \text{ tabel}$, dan Ho ditolak, jika $L \text{ hitung} > L \text{ tabel}$. Mengenai hasil uji normalitas dan tes tentang performa dan keberhasilan memimpin pertandingan dapat dilihat pada Tabel 4.3.

Tabel 4.3 Uji Normalitas Liliefors Hubungan antara Kebugaran Jasmani (X) Performa (Y)

No	Variabel	L Hitung	L Tabel	Kesimpulan
1	Kebugaran Jasmani	0.108	0.161	Normal
2	Performa	0.1348	0.161	Normal

Tabel 4.3. Menunjukkan L hitung variabel kebugaran jasmani sebesar 0.108, L hitung variabel performa 0.1348, nilai-nilai ini lebih kecil dari L tabel pada $N = 30$ dan $\alpha 0,05 = 0,161$, hal ini berarti Ho diterima, sehingga kesimpulan hasil pengujian ini adalah data dari tes kebugaran jasmani, dan performa berdistribusi normal. Dengan kata lain hipotesis "DITERIMA". Atas dasar hasil analisis pada Tabel 4.2 tersebut, dapat disimpulkan bahwa distribusi dari masing-masing variabel ternyata normal.

Pengujian Hipotesis

1. Analisis Data Tes Kebugaran Jasmani Wasit (X)

Data hasil tes kebugaran jasmani wasit basket DKI Jakarta didapatkan dari hasil test lari multi tahap (bleep test). Hasil analisis terhadap Performa menghasilkan persentase minimum sebesar 0,00%, maksimum 100,00%, dan rata-rata sebesar 89%. Distribusi pengkategorian kebugaran jasmani wasit basket Jakarta, seperti pada Tabel 4.4.

Tabel 4.4. Tabel Daftar Persentase Kebugaran Jasmani (X)

No	Sampel	Skor Harapan	Skor Faktual	Persentase
1	Fadillah Ashari	10	10	100%
2	Nurdiansyah	10	10	100%
3	Corry Cobha C	10	10	100%
4	M. Prima Rizky	10	9	90%

5	Catur Wibisono	10	9	90%
6	Rizky Pramanto	10	10	100%
7	Bonny Fernandus	10	9	90%
8	Marthin Kana	10	8	80%
9	Victor Valentino	10	9	90%
10	Mufti	10	10	100%
11	Dear La Vista S	10	9	90%
12	Robinson	10	5	50%
13	Yeni Mayangsari	10	7	70%
14	Frans Divson	10	7	70%
15	Sapriyudin	10	10	100%
16	Deasi Hairunisa	10	9	90%
17	Raditya Rahman	10	8	80%
18	Petra August P	10	9	90%
19	Dian Irmansyah	10	10	100%
20	Rahmat Iqbal	10	10	100%

Berdasarkan Tabel 4.4. Kebugaran jasmani wasit basket DKI Jakarta dalam kategori tidak baik sebanyak 0%, kurang baik dengan presentase sebesar 5%, cukup sebanyak 10%, dan baik sebanyak 85%. Dengan rata-rata 89%.

2. Analisis Data Tes Performa (Y)

Data pengetahuan pertandingan berjumlah 20 sampel memiliki rata-rata skor pengetahuan peraturan pertandingan adalah 73,42 skor maksimum 93,3 skor minimum 60 dengan standar deviasi 8,98.

Tabel 4.5 Tabel Daftar Persentase Performa (Y)

No	Sampel	Skor Harapan	Skor Faktual	Persentase
1	Fadillah Ashari	10	9	90%
2	Nurdiansyah	10	7	70%
3	Corry Cobha C	10	8	80%
4	M. Prima Rizky	10	10	100%
5	Catur Wibisono	10	10	100%
6	Rizky Pramanto	10	10	100%
7	Bonny Fernandus	10	10	100%
8	Marthin Kana	10	8	80%
9	Victor Valentino	10	7	70%
10	Mufti	10	6	60%
11	Dear La Vista S	10	8	80%
12	Robinson	10	7	70%
13	Yeni Mayangsari	10	7	70%
14	Frans Divson	10	9	90%
15	Sapriyudin	10	9	90%
16	Deasi Hairunisa	10	9	90%
17	Raditya Rahman	10	10	100%
18	Petra August P	10	10	100%
19	Dian Irmansyah	10	10	100%
20	Rahmat Iqbal	10	10	100%

Berdasarkan Tabel 4.5 dapat gambarkan secara deskriptif bahwa, performa memimpin pertandingan basket dalam kategori tidak baik sebanyak 0 %, kurang baik dengan presentase sebesar 0%, cukup sebanyak 0%, dan baik sebanyak 100%. Dengan rata-rata 79% dapat disimpulkan bahwa, performa wasit baik.

3. Hubungan antara Kebugaran Jasmani dan Performa Wasit Bola Basket

Untuk mengetahui besarnya Hubungan kebugaran jasmani dengan performa wasit bola basket dapat ditentukan berdasarkan data yang diperoleh, untuk gambaran besarnya nilai koefisien determinasi ini dapat diketahui dengan keterangan $(R^2) = r^2 \times 100\%$, koefisien korelasi, pengujian koefisien korelasi, serta pengujian lebih jelas. Mengenai hasil perhitungan tersebut dapat dilihat pada Tabel 4.6.

Tabel 4.6. Nilai Koefisien Determinasi dan Koefisien Korelasi

serta Pengujian Keberartiannya

Koefisien korelasi (r)	Koefisien determinasi (%)	t-Hitung	t-Tabel
0,79	62.41%	3,29	2,050

Tabel 1.5 merupakan hasil pengujian t hitung korelasi hubungan antara kebugaran jasmani dan performa wasit bola basket diri PERBASI DKI Jakarta sebesar, lebih besar dari t-tabel pada tingkat performa atau taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $(dk) = n - 2 = 30 - 2 = 28$ adalah $t = 2,050$. diperoleh H_a diterima. Dan jika $t < t_{1-\alpha}$. Maka t hitung berada pada daerah penolakan H_0 , jadi H_0 ditolak. Ternyata nilai t hitung (3,29) lebih besar dari nilai t tabel (2,050), sehingga dapat disimpulkan bahwa, hubungan antara kebugaran jasmani dan performa wasit basket ($r = 0,79$) "SIGNIFIKAN".

Dengan kata lain, dapat disimpulkan bahwa Hubungan antara kebugaran jasmani dan performa wasit PERBASI DKI Jakarta adalah tinggi sebesar 62,41 % dengan tingkat keeratan hubungan sebesar 0,79.

Kebugaran jasmani tentu saja memiliki hubungan dengan kinerja wasit bola basket. Suatu pertandingan bola basket baik dalam sebuah kompetisi maupun sebuah liga akan berlangsung secara ketat, wasit merupakan faktor penunjang keberhasilan suatu pertandingan. Sama halnya seperti seorang pemain basket, 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. Persiapan fisik merupakan salah satu yang harus diperhatikan dan dipertimbangkan dari beberapa kasus penting sebagai unsur yang diperlukan dalam latihan untuk mencapai puncak penampilan. Tetapi tentunya terdapat faktor pendukung lain yang mendukung kinerja wasit bola basket. Faktor

lain yang berpengaruh terhadap kinerja seorang wasit bola basket yaitu kecerdasan emosional, dan kecerdasan intelektual yang merupakan faktor internal dari seorang wasit.

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.

Kebugaran jasmani seseorang hanya akan meningkatkan apabila terjadi peningkatan kekuatan otot, daya tahan otot dan daya tahan kardiovaskular-respiratory akibat aktivitas fisik. Dengan demikian dapat dikatakan kesegaran jasmani tidak kurang dan tidak lebih dari kemampuan tubuh beradaptasi dengan lingkungan dan kerja fisik yang dilakukan.

Untuk berprestasi tinggi, keadaan fisik maupun mental harus dalam kondisi puncak. Kebugaran jasmani merupakan satu aspek untuk membangun performa didalam lapangan. Dengan fisik yang bagus wasit dapat berfikir dengan tenang tidak terpengaruh oleh hal apapun dan dapat melaksanakan tugas nya dengan baik.

Menghadapi pertandingan mental dan kebugaran wasit perlu dipersiapkan, sehingga seluruh kemampuan jiwanya baik akal, kemauan, perasaan dan fisiknya siap menghadapi tugas-tugas dan menghadapi segala kemungkinan. Keadaan mental dan fisik kurang baik misalnya resah atau cemas, kurang fit dan kelelahan, biasanya berpengaruh terhadap kemampuan berfikir dengan tenang, daya konsentrasi dan koordinasinya pula terganggu. Gangguan-gangguan yang terjadi pada mental wasit dapat berakibat kepada penampilan wasit dalam memimpin pertandingan di lapangan. Penting kondisi mental seorang wasit yang berdiri di lapangan, pertandingan akan dimulai ketika wasit siap untuk memimpin dan membawa keadaan pertandingan sesuai dengan norma peraturan sehingga pertandingan berjalan dengan sebaik-baiknya, akan banyak tekanan wasit berdiri di tengah pertandingan, oleh hal itu mental seorang wasit perlu dikelola dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian teoritis dan hasil pengolahan data terdapat hasil kesimpulan bahwa, tingkat kebugaran wasit bola basket PERBASI Jakarta berada dalam kategori baik dengan presentase 89%. Sedangkan profil performa wasit bola basket PERBASI DKI Jakarta dikategorikan baik dengan presentase sebesar 79%.

Tingkat kebugaran jasmani berpengaruh terhadap performa hal ini ditandai dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,79 dapat diartikan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan atau kuat kebugaran jasmani dengan performa wasit bola basket PERBASI Jakarta. Hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan serta titik awal untuk mengkaji lebih lanjut mengenai

aspek-aspek lain yang turut berkontribusi terhadap kinerja wasit bola basket, seperti kecerdasan spasial dan kecerdasan spiritual.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa saran, yaitu:

1. Aspek kebugaran jasmani diharapkan dapat diteliti lebih lanjut lagi kontribusinya terhadap kinerja wasit bola basket, terutama dari komponen kebugaran jasmani yang tidak diteliti dalam penelitian ini.
2. Penulis berharap agar para wasit yang bertugas harus selalu mempelajari peraturanyang dikeluarkan oleh FIBA baik peraturan lama maupun peraturan yang terbaru.
3. Para pemain harus menjalin kerja sama yang baik. Selain itu, pemain dan wasit harus harmonis dan saling menghargai.
4. Mentalitas pemain harus tetap dijaga, jangan mudah tersulut emosinya oleh lawan. Semangat berprestasi harus ditumbuhkan.
5. Tugas wasit merupakan salah satu tugas yang sangat berat dan dalam pertandingan seorang wasit haruslah orang yang ahli dan tahu seluk beluk sebuah pertandingan.

REFERENSI

- Abdurahman M, Muhidin SA. Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian. Bandung: Pustaka Setia, 2017.
- Em Zulfaajari. Kamus Lengkap Bahasa Indonesia. Difa Publisher.
- Eva Meizara Puspita Dewi. et al, Psikologi Olahraga Mental Traning. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar, 2007.
- FIBA. Bola Basket untuk Semua Buku Pegangan Bagi Pencinta Bola Basket. Jakarta: Perbasi, 2004.
- FIBA Central Board. Official Basketball Rules. Hongkong: FIBA, 2008.
- FIBA. Terjemahan Perubahan Peraturan BolaBasket. Jakarta: Perbasi, 2022.
- Hanurawan, F., & Suhariadi, F. Filsafat Ilmu Psikologi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019.
- Notoatmodjo, S., Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta, Tahun, 2018.
- Peraturan., "Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring", Diakses 28 Juli 2023, dari <https://kbbi.web.id/atur>, 2016.
- Singgah, D. Gunarsa. Psikologi Olahraga Prestasi. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004.
- Sudjana, Metode Statistik. Bandung: Tarsito, 2002.
- Sugoyono, Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Suherman, Adang. et al, Aktivitas Fisik dan Kebugaran Jasmani. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2019.
- (<http://www.e-psikologi.com/remaja/110604.htm>)