

**TINGKAT KONDISI FISIK WASIT FUTSAL
ASOSIASI FUTSAL KABUPATEN TUBAN TAHUN 2022**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

Syahril Arsyad

NIM. 18602244034

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

TAHUN 2022

TINGKAT KONDISI FISIK WASIT FUTSAL
ASOSIASI FUTSAL KABUPATEN TUBAN TAHUN 2022

Disusun Oleh:

Syahril Arsyad
NIM.18602244034

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif tentang tingkat kondisi fisik wasit futsal, dengan menggunakan metode survei dan tes pengukuran. Populasi yang digunakan untuk penelitian adalah para wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang berjumlah 20 orang dari total sampling dan jumlah sampel. Instrumen untuk mengukur tingkat kondisi fisik wasit futsal menggunakan 3 item tes resmi dari FIFA (*Federation International de Football Association*) yakni *Speed Test*, *CODA Test* dan *ARIET Test* (*FIFA Futsal Fitness Test for Referee 2020*). Untuk mengetahui Tingkat Kondisi fisik keseluruhan menggunakan analisis T-skor terhadap ketiga item tes, sehingga di dapat akumulasi sebagai T-Skor keseluruhan. Teknik analisis data menggunakan teknik statistik deskriptif dengan presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 yakni tidak ada wasit yang masuk kategori sangat tinggi (0%), lalu sebanyak 7 orang wasit masuk dalam kategori tinggi (35%), kemudian sebanyak 9 orang wasit masuk ke kategori sedang (45%), sebanyak 2 orang wasit masuk kategori rendah (10%) dan sebanyak 2 orang wasit masuk kategori sangat rendah (10%). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata, yaitu sebesar 150.00, tingkat kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: *kondisi fisik wasit futsal, Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban*

LEVEL OF PHYSICAL CONDITION FUTSAL REFEREES FUTSAL ASSOCIATION OF TUBAN REGENCY IN 2022

By:

Syahril Arsyad
NIM.18602244034

ABSTRACT

This research aims to determine the level of physical condition of futsal referees of Tuban Regency Futsal Association in 2022.

This research was a descriptive study of the level of physical condition of futsal referees, using survey methods and measurement tests. The research population was the futsal referees of the Futsal Association of Tuban Regency, totaling 20 people from total sampling and number of samples. Instruments to measure the level of physical condition of futsal referees were using 3 official test items from FIFA (*Federation International de Football Association*) called *Speed Test*, *CO-DA Test* and *ARIET Test* (FIFA *Futsal Fitness Test for Referee 2020*). To determine the level of overall physical condition using T-Score analysis on the three test items, so that the overall T-Score accumulation was gained. The data analysis technique used descriptive statistical techniques with percentages.

The results show that the level of physical condition of the futsal referees at the Futsal Association of Tuban Regency in 2022, is as follow: there is no referees in the very high level (0%), 7 referees are in the high level (35%), 9 referees are in the medium level (45%), 2 referees are classified in the low level (10%) and 2 referees are in the very low level (10%). Meanwhile, based on the average value, which is at 150.00, the level of physical condition of the futsal referees of Tuban Regency Futsal Association in 2022 is in the medium level.

Keywords: *physical condition of futsal referee, Futsal Association of Tuban Regency*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Syahril Arsyad

NIM : 18602244034

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Judul TAS : Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten

Tuban Tahun 2022

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 11 April 2022



Syahril Arsyad

NIM. 1860244034

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KONDISI FISIK WASIT FUTSAL ASOSIASI FUTSAL

KABUPATEN TUBAN TAHUN 2022

Disusun Oleh:

Syahril Arsyad
NIM. 18602244034

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 11 April 2022

Mengetahui,

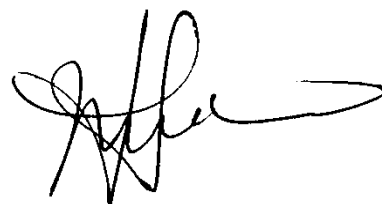
Ketua Program Studi



Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.
NIP. 196004071986012001

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Drs. Herwin, M.Pd.
NIP.196502021993121001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KONDISI FISIK WASIT FUTSAL

ASOSIASI FUTSAL KABUPATEN TUBAN TAHUN 2022

Disusun Oleh:

Syahril Arsyad
NIM. 18602244034

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas
Negeri Yogyakarta. Pada Tanggal, 28 April 2022

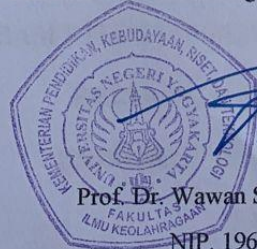
TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Herwin, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		19/5/2022
Danardono, S.Pd., M.Or. Sekretaris		19/5/2022
Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. Anggota		19-5-2022

Yogyakarta, 7 Juni 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.

NIP. 196407071988121001

MOTTO

1. Hidup adalah tentang rasa syukur dan menerima
2. Hidup bukan hanya tentang maju terus pantang mundur, tapi tentang bagaimana cara menyikapi dan belajar dari setiap belokan dan lubang yang ditemui dalam setiap perjalanan
3. Hidup itu ketergantungan
4. Hidup itu melawan arus
5. Hidup itu menanam
6. Hidup itu tentang manfaat
7. Hidup itu tentang berbuat baik
8. Hidup itu soal merelakan
9. Hidup itu bercanda, yang serius itu mati
10. Dunia itu fana
11. Bahagia sewajarnya, sedih seperlunya
12. Hidup yang tidak diperjuangkan tidak akan pernah dimenangkan
13. Jangan hanya karena manis, lalu menganggap itu gula
14. Berterimakasihlah pada setiap yang memberimu kehidupan
15. Mengikhlaskan itu pahit, tapi itu menyembuhkan
16. Berani menghadapi ketakutan lebih gagah daripada menyerah dan kalah tanpa maju satu langkahpun
17. Tetaplah menyala jangan pernah mati, meskipun harus meredup diantara benderang kilau cahaya lainnya
18. Berdirilah tanpa harus menjatuhkan
19. Bersabarlah, berbiasalah
20. Tidak semua dalam hidup harus sesuai dengan keinginanmu
21. Sukses itu bukan tujuan, sukses itu sebuah penghargaan bagi mereka yangtak pernah berhenti untuk berjuang
22. Tetaplah menjadi dirimu sendiri
23. Asal Tuhan tidak marah saja, hidup ini akan tetap baik-baik saja
24. Hidupmu adalah tanggung jawabmu

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik, kemudian karya ini saya persembahkan untuk:

1. Diri saya sendiri yang telah rela berjuang, ikhlas untuk mempertaruhkan kesehatan, waktu maupun materi dan sabar melakoni proses demi proses untuk menyelesaikan skripsi ini
2. Orang tua saya tercinta (Bapak Imam Ghozali dan Ibu Winarti) yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, pengertian, doa dan dukungannya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh teman-teman kelas PKO A 2018 yang telah berkenan membantu dalam segala hal untuk menyelesaikan skripsi ini dengan ikhlas dan sabar untuk memberi dukungan
4. Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang telah memberi saya kesempatan belajar dan berproses juga memberikan ruang untuk saya dapat melakukan penelitian
5. Nenek saya (Ibu Muhari) yang menjadi salah satu penguat dan alasan saya untuk tetap tekun dalam belajar
6. Kekasih Hati saya (Ika Nur Salsabila) yang selalu senantiasa memberikan semangat dan dukungannya untuk menyelesaikan skripsi ini dan juga bersedia menjadi tempat untuk berkeluh kesah saya selama ini
7. Orang-orang hebat yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membangkitkan semangat, kepercayaan diri dan motivasi peneliti untuk terus belajar dan bersemangat dalam menjalani hidup
8. Orang-orang yang pernah menganggap remeh kemampuan dan diri saya
9. Orang-orang baik yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah berjasa membantu saya dalam menyelesaikan perjalanan kuliah saya ini

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas karunia, hidayah, dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022” dimaksudkan untuk mengetahui Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal.

Dalam penelitian ini disadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat terwujud. Oleh karena itulah pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Drs. Herwin, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing TAS dan Ketua Penguji yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Danardono, S.Pd., M.Or. dan Bapak Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. selaku penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Ibu Prof. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan praproposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Ibu Ratna Budiarti S.Pd.Kor.,M.Or. selaku dosen pembimbing akademik, yang telah memeberikan bimbingan studi serta memotivasi selama Pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Bapak Rokhadi S.E. MM, selaku Ketua Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini. Bapak Abdul Mutholib S.Pd. selaku Ketua Komisi Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang telah banyak membantu, mengarahkan dan membimbing proses penelitian di lapangan.

7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bentuk bantuan dan dukungan yang telah diberikan semua oleh pihak di atas, dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan yang baik dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 11 April 2022

Penulis,



Syahril Arsyad

NIM. 18602244034

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Hakikat Kondisi Fisik	7
2. Hakikat Futsal	9
3. Hakikat Wasit	11
4. Profil Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban	14
B. Penelitian Yang Relevan	16
C. Kerangka Berpikir	18
D. Pertanyaan Penelitian	22

BAB III. METODE PENELITIAN	23
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel Penelitian	23
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	24
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	25
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	32
G. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian	34
1. Deskripsi hasil per item tes.....	34
2. Deskripsi hasil keseluruhan tes	41
B. Pembahasan.....	43
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Implikasi.....	46
C. Saran.....	47
D. Keterbatasan Penelitian	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Penelitian.....	35
Tabel 2. Norma Hasil ARIET <i>Test</i>	35
Tabel 3. Deskripsi Statistik <i>Speed Test</i> 20 Meter	37
Tabel 4. Distribusi Frekuensi <i>Speed Test</i> 20 Meter	38
Tabel 5. Deskripsi Statistik CODA <i>Test</i>	40
Tabel 6. Distribusi Frekuensi CODA <i>Test</i>	40
Tabel 7. Deskripsi Statistik ARIET <i>Test</i>	42
Tabel 8. Distribusi Frekuensi ARIET <i>Test</i>	42
Tabel 9. Deskripsi Statistik Keseluruhan Tes.....	44
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Keseluruhan Tes	44

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Kerangka Berfikir.....	22
Gambar 2. Prosedur Pelaksanaan <i>Speed Test</i> 20 Meter	26
Gambar 3. Prosedur Pelaksanaan <i>CODA Test</i>	29
Gambar 4. Prosedur Pelaksanaan <i>ARIET Test</i>	32
Gambar 5. Diagram Lingkaran Hasil Tes Kecepatan	39
Gambar 6. Diagram Lingkaran Hasil Tes Kelincahan	41
Gambar 7. Diagram Lingkaran Hasil Tes Tes Daya Tahan	43
Gambar 8. Diagram Lingkaran Hasil Tes Keseluruhan Tes	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Pembimbing TAS	57
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian Pihak Universitas Negeri Yogyakarta.....	58
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Pihak AFKAB Tuban.....	59
Lampiran 4. Surat Keterangan Bimbingan TAS	60
Lampiran 5. Daftar Anggota Wasit Futsal AFKAB Tuban	63
Lampiran 6. Hasil Data Kasar Keseluruhan Tes	64
Lampiran 7. Hasil Data Keseluruhan Tes yang dipakai.....	65
Lampiran 8. Dokumentasi Tes Kecepatan (<i>Speed Test 20 Meter</i>).....	66
Lampiran 9. Dokumentasi Tes Kelincahan (<i>CODA Test</i>)	67
Lampiran 10. Dokumentasi Tes Kelincahan (<i>ARIET Test</i>).....	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada permainan olahraga futsal kondisi fisik merupakan salah satu faktor terpenting. Kebugaran fisik adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. (Rahmawati, dkk. 2009). Bagi seorang olahragawan terutama pada olahraga futsal, tentu kondisi fisik sangat begitu diperlukan, begitu pula dengan tugas dan pekerjaan seorang pengadil lapangan atau wasit dalam pertandingan futsal itu sendiri.

Perangkat pertandingan yang biasa dikenal *referee* atau yang lebih akrab disebut wasit merupakan perangkat pertandingan yang sah dalam memimpin jalannya pertandingan yang ada dilapangan. (Wiono, dkk., 2020). Peran wasit dalam olahraga futsal begitu sangat vital dalam sebuah pertandingan. Seorang wasit dituntut untuk mengambil keputusan dengan benar dan adil ketika memimpin pertandingan.

Wasit yang baik adalah wasit yang mampu memimpin jalannya pertandingan dengan sportif dan mampu memberi keputusan dengan adil bagi kedua tim yang sedang bertanding. Untuk menjadi wasit yang baik sendiri diperlukan pengetahuan dan pemahaman tentang peraturan pertandingan, kondisi fisik yang prima, sikap jujur dan ketegasan dalam memberikan keputusan di lapangan.

Dalam sebuah pertandingan futsal resmi yang telah diatur oleh

Federation International de Football Association (FIFA) selaku federasi internasional yang menaungi cabang olahraga futsal, lama waktu pertandingan yang ditentukan adalah 2x20 menit menggunakan waktu bersih dengan hitungan waktu digital. FIFA juga telah menetapkan standar lapangan dalam pertandingan futsal internasional yakni panjang berukuran 38 hingga 42 meter dan lebar 18 hingga 22 meter (FIFA, 2014). Maka dari itu kebutuhan fisik yang prima sangat diperlukan oleh seorang wasit futsal untuk dapat memimpin pertandingan.

Komponen kondisi fisik yang utama yang harus dimiliki oleh seorang wasit yakni adalah kecepatan, kelincahan dan daya tahan aerobik. Kecepatan digunakan seorang wasit untuk mengikuti alur pertandingan yang sedang ia pimpin, sedangkan kelincahan diperlukan wasit ketika ia bergerak berubah arah sesuai jalannya alur serangan, lalu yang terakhir kegunaan daya tahan aerobik bagi wasit yaitu untuk dapat bertahan untuk melakukan gerakan dengan cepat dan lincah dalam waktu yang relatif lama, terlebih ketika memimpin pertandingan dalam intensitas tinggi. Oleh karena itu, seorang wasit wajib untuk menjaga kondisi fisiknya agar selalu siap ketika memimpin pertandingan.

Seperti halnya yang telah kita tahu bahwa pandemi virus Covid-19 telah menyebar ke berbagai penjuru dunia dalam kurun waktu 3 tahun terakhir ini dan Indonesia juga terkena dampak dari pandemi virus Covid-19 ini. Salah satu dampak yang sangat dapat dirasakan adalah pembatasan ruang gerak masyarakat dalam beraktivitas secara sosial guna untuk menekan dan meminimalisir penyebaran virus Covid-19 yang dilakukan oleh Pemerintah Indonesia.

Dengan demikian dampak dari pembatasan kegiatan tersebut juga

dirasakan oleh para anggota wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban. Wasit-wasit futsal di Tuban sudah tidak menjalani latihan kondisi fisik sejak akhir tahun 2020 kemarin, sebagaimana yang diungkapkan oleh Abdul Mutholib selaku Ketua Komisi Wasit AFKAB (Asosiasi Futsal Kabupaten) Tuban. Dari tidak adanya jadwal latihan yang berlangsung, tentunya berdampak pada berkurang dan menurunnya kondisi fisik para wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban (Ketua Komisi Wasifit AFKAB Tuban, 2022).

Adapun latar belakang masalah yang menjadi fokus peneliti disini adalah belum adanya ketentuan atau persyaratan yang jelas mengenai bagaimana tingkat kondisi fisik yang sesuai bagi wasit untuk memimpin pertandingan pada tingkatan kabupaten atau kota dan salah satu faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan yang kurang benar dan tepat oleh seorang wasit yakni disebabkan oleh kondisi fisik yang kurang prima sehingga wasit tidak mampu mengikuti cepatnya alur pertandingan yang biasanya kerap terjadi pada suatu pertandingan sehingga dapat menyebabkan keterbatasan sudut pandang wasit dalam menentukan keputusan.

Sampai penelitian ini disusun, telah terdapat beberapa penelitian yang serupa mengenai kondisi fisik dari seorang wasit futsal. Beberapa penelitian tersebut antara lain penelitian yang ditulis oleh Anra Wiono dkk dengan judul "Survei Kondisi Kebugaran Wasit Futsal Sukabumi Tahun 2019" (2020) yang berfokus pada pengukuran menggunakan tes lari *multistage fitness test* tingkat kesegaran kardiorespirasi. Adapun penelitian lainnya yang ditulis oleh Doni Tri Wildan dengan Judul Artikel "Survey Tingkat Daya Tahan pada Wasit Futsal Se

Kabupaten Tulungagung Tahun 2018/2019” yang berfokus pada tingkat daya tahan VO2 Max seorang wasit futsal. Berdasarkan kedua penelitian sebelumnya di atas, peneliti akan menggunakan instrument tes yang berbeda untuk mengetahui kondisi wasit futsal terlebih di Kabupaten Tuban. Adapun instrument tes yang akan dilakukan meliputi *ARIET Test*, *CODA Test* dan *Speed Test*.

Berdasarkan beberapa komponen kondisi fisik yang telah disebutkan di atas, maka penting untuk dilaksanakan penelitian terkait kondisi fisik wasit futsal di AFKAB Tuban. Adapun judul penelitian yang akan diteliti adalah Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan di atas maka dapat diidentifikasi masalah – masalah sebagai berikut :

1. Belum adanya ketentuan atau persyaratan yang jelas mengenai bagaimana kondisi fisik yang sesuai bagi wasit untuk dapat memimpin pertandingan ditingkat kota dan kabupaten.
2. Kurangnya kemampuan seorang wasit untuk mengambil keputusan dengan baik dan benar yang banyak disebabkan oleh kondisi fisik yang kurang baik dan prima.
3. Masih minimnya penelitian tentang kondisi fisik wasit yang menggunakan instrumen *Speed Test*, *CODA Test* dan *ARIET Test*.
4. Diketahui bahwa telah lamanya program latihan yang sebelumnya diadakan oleh Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban bagi para wasit futsal terhenti akibat

pandemi Covid-19 yang membuat kondisi fisik para wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban tentunya menurun.

5. Belum diketahui tingkat kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban di tahun 2022.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti, sehingga dari keterbatasan tersebut diperlukannya batasan masalah agar nantinya sasaran penelitian ini dapat tepat pada sasaran. Penelitian ini dibatasi mengenai permasalahan tingkat kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban di tahun 2022. Adapun komponen kondisi fisik yang akan dibagi pada penelitian ini yakni: (1) Kecepatan, (2) Kelincahan, (3) VO2Max.

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dalam penelitian ini masalah pokok dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut: “Bagaimana Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti pada penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban di tahun 2022.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi manfaat bagi

semuanya, baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoritis

- a. Mampu digunakan sebagai bahan kajian untuk meningkatkan dan memperluas wawasan tentang tingkat kondisi fisik pada wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban di tahun 2022 untuk peneliti selanjutnya.
- b. Dapat memberikan sumbangsih pengetahuan mengenai tingkat kondisi fisik pada wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban di tahun 2022 dan dapat bermanfaat bagi orang lain yang juga ingin melakukan penelitian mengenai kondisi fisik wasit, terutama wasit olahraga futsal.

2. Secara Praktis

- a. Untuk para wasit, agar mampu memperhitungkan seberapa baik tingkat kondisi fisiknya sehingga mereka dapat meningkatkan dan memperbaiki kondisi fisiknya untuk dapat memimpin pertandingan dengan baik.
- b. Bagi organisasi wasit, supaya dapat mengoptimalkan dan menyusun program latihan yang nantinya akan diterapkan untuk memperbaiki dan menjaga kondisi fisik pada para wasit futsal.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Hakikat Kondisi Fisik

Kondisi fisik merupakan unsur penting dan menjadi dasar/fondasi dalam pengembangan teknik, taktik, strategi dan pengembangan mental. Status kondisi fisik dapat mencapai titik optimal jika dimulai latihan sejak usia dini, dilakukan secara terus-menerus sepanjang tahun, berjenjang dan berpedoman pada prinsip-prinsip latihan secara benar (Bafirman & Asep, 2018: 5). Menurut Pujianto (2015) Kondisi fisik merupakan suatu persyaratan yang harus dimiliki oleh seorang atlet di dalam meningkatkan dan mengembangkan prestasi olahraga yang optimal, sehingga segenap kondisi fisiknya harus dikembangkan dan ditingkatkan sesuai dengan ciri, karakteristik, dan kebutuhan masing-masing cabang olahraga. Menurut Fachrezzy, dkk (2021) Mengatakan bahwa kualitas kondisi fisik adalah faktor dasar yang dominan dalam menentukan kondisi fisik yang maksimal sehingga seorang atlet dapat memperoleh kinerja yang tidak mudah mengakibatkan kelelahan saat menerima beban latihan berikutnya. Adapun pendapat lain yang menyebutkan bahwasanya kondisi fisik adalah salah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi (Pratama, 2015). Mengacu dari beberapa pendapat peneliti terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik adalah unsur terpenting untuk menunjang seseorang dalam melakukan aktivitas atau kegiatan, terlebih bagi

seorang atlet ataupun olahragawan.

Kondisi fisik dalam olahraga futsal sendiri sangatlah penting, mengingat olahraga futsal ini dimainkan dalam kurun waktu 2 kali 20 menit menggunakan waktu bersih. Dalam olahraga futsal tak jarang tersaji pertandingan dengan tensi yang cukup tinggi yang mengharuskan baik pemain wasit melakukan cerakcepat, gesit dan lincah. Oleh karena itu kondisi fisik yang baik sangatlah penting bagi seorang wasit untuk dapat memimpin pertandingan dengan baik dan benar.

Menurut Mascarenhas (2005) wasit utama elit harus cukup fit secara fisik untuk mengikuti permainan, mampu menerapkan hokum permainan secara akurat dan memiliki keterampilan kepribadian dan manajemen untuk memberikan keputusan yang dihasilkan untuk para pemain. Komponen kondisi fisik yang baik untuk membantu pekerjaan seorang wasit ketika memimpin pertandingan yakni: kecepatan, kelincahan dan daya tahan aerobik. Tiga komponen tersebut wajib dimiliki oleh seorang wasit, terutama bagi wasit olahraga futsal. Maka sangat dianjurkan bagi seorang wasit untuk senantiasa berlatih dan menjaga kondisi fisik mereka.

Kecepatan adalah suatu gerak dari satu titik ke titik yang lain dalam waktu yang singkat. Dalam kondisi fisik sendiri kecepatan merupakan suatu gerakan tubuh yang dapat berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dengan waktu yang singkat. Kecepatan menurut Fox (2009) merupakan suatu kemampuan bersyarat untuk menghasilkan gerakan tubuh dalam waktu yang sesingkat mungkin.

Kelincahan adalah suatu gerakan yang mudah dilakukan dan efisien. Kelincahan dalam kondisi fisik manusia sendiri yakni suatu gerakan berpindah tempat atau tetap ditempat yang dilakukan secara mudah dan tepat. Kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, sesuai dengan situasi yang dihadapi di arena tertentu tanpa kehilangan keseimbangan tubuhnya (Rohman, 2015).

2. Hakikat Futsal

Menurut Seno Gumira Ajidarma, definisi olahraga ini merupakan suatu kegiatan atau aktivitas yang menyehatkan tubuh manusia serta sarana kompetisi untuk mencari bakat seseorang di bidang olahraga (Ibeng, 2021). Menurut Giriwijoyo (2005: 30) mengatakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya. Serta dari berbagai sumber yang telah dipelajari, dapat diambil kesimpulan bahwa olahraga sendiri merupakan suatu kegiatan yang banyak melibatkan gerakan tubuh dengan tujuan menjaga serta merawat dan melatih kondisi kebugaran. Olahraga juga dapat dilakukan dengan tujuan untuk rekreasi, pembelajaran dan kompetisi.

Di dunia olahraga sendiri terdapat beberapa cabang olahraga, antara lain yakni: Olahraga bola besar, olahraga bola kecil, olahraga atletik, olahraga air dan olahraga bela diri. Dalam olahraga bola besar terdapat macam-macam olahraga yaitu seperti: sepak bola, futsal, basket, voli, sepak takraw, bowling dan masih banyak lagi. Fokus penelitian pada salah satu cabang olahraga bola besar yakni olahraga futsal.

Menurut peneliti terdahulu (Faisal & Sepdanius, 2020) Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, masing - masing tim beranggotakan 5 orang dan tujuan bermain futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan yang memainkan bola dengan kaki. Menurut (Gunawan, 2014) futsal merupakan permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dilihat dari segi lapangan yang relatif kecil dan hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh regu yang masing-masing beranggotakan lima orang. Dalam bukunya yang berjudul “Taktik dan Strategi Futsal Modern” Lhaksana J (2011: 10) menyebutkan bahwa ukuran lapangan futsal memiliki panjang 25-42 meter dan untuk lebar lapangan 15-25 meter.

Menurut Sudirman & Badaru (2019) sejak kejuaraan dunia pertama kali yang diselenggarakan oleh FIFA pada tahun 1989 di Rotterdam Belanda, futsal mulai menunjukkan perkembangannya di dunia termasuk di Indonesia salah satunya, futsal mulai dikenal di tanah air sejak tahun 1998-1999 pada saat futsal Indonesia sudah tertinggal jauh dibanding Negara tetangga yaitu Malaysia dan Thailand. Tetapi, ada juga catatan lain yang menunjukkan bahwasanya sejarah dimulainya futsal di Indonesia pertama kali yakni pada tahun 2002, yang saat itu AFC (*Asian Football Confederation*) mendaulat Indonesia untuk menggelar putaran final kejuaraan futsal tingkat Asia di Jakarta.

Futsal, salah satu varian olahraga sepak bola, adalah olahraga yang dimainkan di seluruh dunia di tingkat amatir, semi-profesional dan profesional. Olahraga futsal mempunyai rekam jejak yang panjang, dimulai pada tahun 1930-

an di Amerika Selatan, di mana pada waktu itu futsal masih dikenal sebagai '*futebol de sala*' (Moore, 2014). Sejarah lain mengatakan bahwa olahraga futsal mulai dikenalkan pada tahun 1930 di Uruguay, tepatnya di kota Montevideo oleh seorang pelatih sepak bola asal Argentina yakni Juan Carlos Ceriani (Rinaldi & Rohaedi (2020: 2). Menurut Tenang (2008: 16) kompetisi futsal internasional digelar perdana tepatnya pada tahun 1965. Pada kompetisi tahun tersebut, Paraguay tampil secara mengejutkan ketika berhasil keluar sebagai juara dikalahkan Piala Amerika Selatan dan pada tahun selanjutnya hingga tahun 1979, Brasil yang menjadi juara dan mampu mengamankan gelar juara tersebut dengan catatan enam kali juara secara beruntun digelar selanjutnya.

Dalam futsal, salah satu variabel yang paling penting untuk efektivitas permainan ketika bermain adalah jumlah waktu yang dibutuhkan oleh seorang pemain untuk melakukan pergerakan (Nicoletti & Borghi, 2007). Ukuran lapangan yang lebih kecil dari sepak bola mengharuskan setiap pemain futsal bergerak dengan cepat dan menempatkan posisi dengan baik. Selain ukuran lapangan dan peraturan pertandingan yang berbeda, futsal dan sepak bola memiliki perbedaan lain yakni salah satunya adalah teknik dalam bermain, seperti teknik kontrol bola yang lebih banyak menggunakan telapak kaki.

3. Hakikat Wasit

Wasit adalah seseorang yang ditugaskan untuk memimpin berjalannya sebuah pertandingan. Wasit merupakan pemimpin di lapangan yang wewenangnya mutlak dalam menegakkan peraturan permainan pada pertandingan dimana ditugaskan (FIFA *Laws Of The Game*, 2014). Dalam sebuah pertandingan

olahraga diwajibkan terdapat seorang wasit yang memimpin pertandingan. Selain kondisi fisik yang prima, berbagai keterampilan lain diperlukan bagi seorang wasit olahraga profesional, misalnya, komunikasi (Mascarenhas, dkk, (2002a). Hal ini dikarenakan dalam sebuah pertandingan pasti terdapat perseteruan antar dua regu atau lebih yang sedang melaksanakan pertandingan. Maka, ditentukan wasit sebagai pengadil untuk memantau secara langsung sebuah pertandingan serta ditugaskan juga seorang wasit untuk memberikan keputusan pada pertandingan tersebut.

Wasit di lapangan juga memiliki peran menentukan kualitas pada sebuah pertandingan, serta kenyamanan suatu pertandingan untuk dinikmati. Wasit bertanggung jawab untuk menjaga aliran dan kontrol permainan (FIBA, 2014). Kesalahan pengambilan keputusan pada saat memimpin pertandingan oleh seorang wasit akan menodai pertandingan tersebut (PENG CAB PSSI Sleman & Raharjo, 2017). Peran dari seorang wasit pada suatu pertandingan terbilang sangat vital. Sikap jujur, tegas, dan berani untuk mengambil keputusan sangat dibutuhkan bagi seorang wasit pertandingan. Dengan demikian, wasit yang memimpin sebuah pertandingan diharuskan memiliki kredibilitas dan ketegasan supaya nantinya ia dapat memimpin pertandingan dengan adil dan senantiasa menegakan nilai sportivitas dari sebuah olahraga.

Dalam olahraga futsal terdapat empat wasit untuk membantu kelancaran jalannya pertandingan. Dari empat tersebut dua orang berperan menjadi pemimpin jalannya pertandingan dan dua orang lainnya menjadi pencatat waktu pertandingan serta sebagai wasit cadangan. Singkatnya, tugas dari masing-masing

wasit tersebut ialah wasit satu dan dua bertugas untuk mengambil keputusan ketika pertandingan sedang berlangsung, posisi wasit satu dan dua berada di samping kiri dan kanan lapangan. Lalu wasit ketiga yang diisi oleh dua orang bertugas untuk membantu wasit satu dan dua pada sisi luar lapangan, menjadi pengatur waktu pertandingan dan sebagai wasit cadangan yang disiapkan apabila terjadi cedera atau hal non teknis lainnya yang dialami oleh wasit satu dan atau dua saat pertandingan sedang berlangsung.

Pada olahraga futsal Indonesia, telah banyak terdapat wasit futsal berlisensi resmi yang dimulai dari lisensi level 3 dari yang paling dasar hingga level AFC/FIFA yang telah resmi diakui oleh PSSI (Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia) selaku badan organisasi yang menaungi olahraga futsal Indonesia dan FIFA yang juga selaku badan organisasi yang menaungi olahraga futsal dunia.

Adapun tingkatan lisensi dari seorang wasit futsal di Indonesia dimulai dari tingkat yang paling dasar yakni Level 3, lalu naik ke Level 2, kemudian naik lagi ke Level 1, selanjutnya ke tingkatan yang lebih tinggi lagi ada Level AFC atau FIFA. Adapun, tingkat yang dapat dipimpin oleh wasit futsal level 3 yakni tingkat kabupaten, level 2 tingkat provinsi, kemudian level 1 tingkat nasional dan level AFC atau FIFA tingkat internasional (Indriansah, 2016).

Dalam olahraga futsal dunia Indonesia patut berbangga, pasalnya terdapat beberapa putra bangsa yang mempunyai lisensi wasit FIFA atau internasional. Adapun beberapa wasit futsal tersebut yakni ada Ikhwan Budi Laksono asal Batu Jawa Timur yang sudah berlisensi FIFA sejak tahun 2010, lalu ada lagi Wahyu

Wicaksono yang memperoleh lisensi wasit resmi FIFA tahun 2018 dan yang terbaru ada wasit Windy Agustina Putra yang memiliki lisensi wasit resmi dari FIFA pada tahun 2020. Dari uraian fakta tersebut, tentu hal ini adalah sebuah kabar baik bagi dunia perwasitan futsal Indonesia. Nantinya dengan adanya wasit futsal Indonesia yang telah memiliki jam terbang internasional ini salah satunya diharapkan dapat menjadi motivasi bagi wasit-wasit futsal Indonesia lainnya untuk mengembangkan dan melebarkan karier mereka dikancah internasional.

4. Profil Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban

Di Indonesia olahraga futsal termasuk olahraga yang baru, hal ini dapat dilihat dari awal berdiri dan diakuinya olahraga ini oleh induk organisasi sepak bola dan futsal Indonesia (PSSI). Melihat ditetapkannya peraturan futsal dari FIFA maka Indonesia juga membuat Departemen Futsal yang berbeda dengan POFI (Persatuan Olahraga Futsal Indonesia) dibawah kendali PSSI. Melalui Departemen Futsal di PSSI lah kejuaraan Futsal Asia 2002 diselenggarakan dibawah pengawasan AFF atau Asian Football Federation (Perkumpulan organisasi sepak bola Asia) yang pemainnya pun terdiri dari dari pemain sepak bola LIGINA (Liga Indonesia) seperti Listiyanto Raharjo, Yeyen Tumena, Stenly Mamuaya, Francis Wawengkang, dll (Kompas, 2002). Kemudian dalam perjalanannya, dikarenakan Departemen Futsal PSSI harus terus berkembang maka diperlukan rekonstruksi, dengan demikian pada tanggal 26 Januari 2006, Departemen Futsal PSSI berubah fungsi menjadi badan otonom di bawah PSSI dengan nama baru yaitu Badan Futsal Nasional (BFN).

Seperti halnya sepak bola, organisasi yang menaungi olahraga futsal di

tingkat Nasional adalah PSSI kemudian dibawahnya pada lingkup provinsi adalah AFP (Asosiasi Futsal Provinsi) dan di lingkup kota atau kabupaten adalah (AFK) Asosiasi Futsal Kabupaten atau (AFKAB) Asosiasi Futsal Kabupaten. Di dalam setiap AFK atau AFKAB pastinya terdapat suatu manajemen atau bagian dari struktur organisasi yang bertugas untuk mengkoordinir para anggota wasit-wasit futsal yang ada di kota atau kabupaten tersebut.

Tujuan dari dimasukkannya perkumpulan wasit futsal kedalam struktur keanggotaan AFK atau AFKAB suatu daerah yakni agar dapat membantu dan mendukung berjalannya kompetisi-kompetisi futsal tingkat kabupaten atau kota yang digulirkan oleh AFK atau AFKAB sebagai wadah bagi masyarakat daerah untuk bermain dan berkompetisi dalam olahraga futsal yang biasanya meliputi tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Pertama (SMA), antar Perguruan Tinggi atau Universitas, Antar Kecamatan, antar masyarakat umum dan masih banyak lagi.

Sejarah perwasitan futsal di Kabupaten Tuban dimulai pada sekitar tahun 2013 yang diawali dari terbentuknya sebuah komunitas masyarakat Kabupaten Tuban yang hobi bermain futsal. Lalu dari sanalah para anggota dari komunitas futsal tersebut berinisiatif untuk bersama-sama belajar tentang peraturan-peraturan yang ada dalam olahraga futsal dengan benar. Bahkan cerita lain yang menyebutkan pada saat itu AFKAB Tuban belum resmi diakui sebagai anggota dari ASKAB PSSI Tuban.

Dalam catatan pribadi peneliti, diresmikannya AFKAB Tuban sebagai anggota dari ASKAB PSSI Tuban yakni pada tahun 2016 dan dari berdirinya

AFKAB di Kabupaten Tuban tersebut satu tahunberselang dibangunlah bagian struktur organisasi yang dikhususkan untuk memajemen dibidang perwasitan futsal, yakni Komisi Wasit AFKAB Tuban. Dalam struktur organisasinya, Komisi Wasit AFKAB Tuban untuk tahun 2022 dipimpin oleh Abdul Mutholib sebagai ketua dan Reza Ahmad Kurniawan sebagai wakil ketua. Adapun anggota atau para wasit yang berada dalam naungan Komisi Wasit AFKAB Tuban ini pada tahun 2022 tercatat berjumlah total 20 orang, dengan kategori yang sudah memiliki lisensi wasit Level 2 sebanyak 2 orang, lisensi wasit Level 3 sejumlah 15 orang dan yang masih pemula atau belum memiliki lisensi sebanyak 3 orang wasit. Wasit-wasit futsal yang terdapat di AFKAB Tuban sendiri berusia mulai dari 21 hingga 35 Tahun.

B. Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Anra Wiono, Ahmad Alwi Nurudin dan Firman Maulana dengan judul “Survei Kondisi Kebugaran Wasit Futsal Sukabumi Tahun 2019”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui kondisi wasit futsal Sukabumi tahun 2019 yang menggunakan metode kuantitatif dan teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode survei terhadap kondisi jasmani wasit futsal Sukabumi tahun 2019. Metode survei digunakan untuk mendapatkan dari tempat tertentu yang alamiah (bukan dibuat buat) akan tetapi penelitian ini melakukan pengumpulan data, misalkan mengedarkan kuesioner, melakukan tes serta mewawancarai secara terstruktur (perlakuannya tidak sama dengan eksperimen). Penelitian tersebut dilaksanakan untuk meninjau

kondisi jasmani wasit futsal Sukabumi tahun 2019. Hasil analisa menunjukkan bahwa wasit yang tingkat kebugaran kardiorespirasinya berada pada kategori sangat kurang sejumlah 2 orang atau dengan presentase sebesar (6,7%) kategori kurang sejumlah 3 orang (10%), kategori cukup baik sejumlah 16 orang (53,3%), kategori baik 3 orang (10%), dan kategori sangat baik sejumlah 6 orang (20%). Dari data diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kebugaran wasit Kota dan Kabupaten Sukabumi berada pada kategori cukup baik. Relevansi antara penelitian ini dengan penelitian penulis yakni terletak pada tujuan penelitian, yakni membahas tentang kondisi fisik atau kondisi kebugaran.

2. Penelitian yang dilakukaan oleh Doni Tri Wildan dengan judul skripsi “Survey Tingkat Daya Tahan pada Wasit Futsal Se Kabupaten Tulungagung Tahun 2018/2019”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat daya tahan VO2 Max pada wasit futsal se-Kabupaten Tulungagung tahun 2019. Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik penelitian menggunakan survey, sedangkan teknik mengambil datanya menggunakan tes. Populasi penelitian ini adalah keseluruhan wasit futsal se-Kabupaten Tulungagung sebanyak 53 wasit yang berlisensi C3. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah 15 wasit dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: besar tingkat daya tahan VO2 max pada wasit futsal se-Kabupaten Tulungagung tahun 2019. Dari hasil penelitian tes lari multistage wasit futsal se Kabupaten Tulungagung, VO2 Max tertinggi wasit futsal se Kabupaten Tulungagung

sebesar 45.8 ml/kgbb/mnt. Berdasarkan kesimpulan penelitian ini disarankan bahwa: 1. Bagi wasit futsal se-Kabupaten Tulungagung tahun 2019, hendaknya para wasit futsal Kabupaten Tulungagung memperhatikan dan meningkatkan pola pembinaan VO2Max dan kekuatan otot tungkai pemainnya. 2. Bagi Pelatih, hendaknya pelatih memiliki program latihan untuk meningkatkan VO2 Max dan kekuatan daya ledak otot tungkai sesuai dengan prinsip-prinsip latihan. 3. Bagi Peneliti Selanjutnya, hendaknya melakukan tes kesehatan (tes EKG, tes tekanan darah) dulu sebelum melakukan tes lari multistap, karena tes kesehatan penting untuk mengetahui tekanan darah, menghitung heart rate per menit sebelum dan sesudah tes dari masing-masing testi. Relevansi antara penelitian ini dengan penelitian penulis yakni terletak pada variabel penelitian, yakni pada variabel daya tahan aerobik.

C. Kerangka Berpikir

Wasit adalah seorang pengadil dalam suatu pertandingan. Wasit lah yang nantinya akan memimpin kelangsungan dan kelancaran suatu pertandingan. Dalam olahraga futsal sendiri, kemampuan fisik dan kecakapan dalam mengambil suatu keputusan sangat diperlukan, mengingat olahraga futsal sendiri adalah olahraga yang mempunyai tensi pertandingan yang tinggi. Untuk memimpin pertandingan dengan tensi tinggi seorang wasit pada olahraga futsal dituntut harus memiliki daya tahan, kecepatan dan kelincahan yang baik. Oleh karena itu, penting sekali untuk mengetahui tingkat kondisi fisik pada seorang wasit futsal agar nantinya layak memimpin sebuah pertandingan.

Komponen kondisi fisik wasit futsal yang difokuskan dalam penelitian ini

yakni: kecepatan, kelincahan dan daya tahan (VO2Max). Penjabaran mengenai pentingnya tiga komponen di atas sebagai berikut:

1. Kecepatan

Kecepatan merupakan kemampuan fisik yang independen atau berdiri sendiri. Oleh karena itu, pengembangan kecepatan memerlukan spesifikasi tersendiri (Pavol, dkk. 2014: 49). Menurut Ihsan, dkk (2017) kecepatan dapat dilihat dari berbagai sudut pandang, yaitu sebagai *one single actions* dan *reptitions actions*. Knoop (2013) menyatakan bahwa secara umum kecepatan terbagi atas dua kriteria, yaitu kecepatan reaksi dan aksi. Kecepatan reaksi adalah kemampuan untuk individu dalam merespons rangsangan atau stimulus secara optik (mata), taktil (kulit), dan akustik (telinga).

Kecepatan untuk seorang wasit sangat penting karena selain memberi keputusan dilapangan, seorang wasit juga dituntut untuk mengambil sudut pandang yang baik dan jelas sebelum mengambil dan menentukan suatu keputusan dalam pertandingan. Sudut yang baik dan jelas tersebut dapat diperoleh ketika seorang wasit mampu melakukan pergerakan dengan cepat seiring dengan tempo atau arah pergerakan bola pada suatu permainan. Maka dari itu kecepatan pergerakan seorang wasit akan memudahkan dalam mengambil keputusan.

2. Kelincahan

Kelincahan adalah merupakan kemampuan untuk mengubah posisi tubuh atau arah gerakan tubuh dengan cepat ketika sedang bergerak cepat tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran terhadap posisi tubuh (Nala, 1998: 74). Sajoto (1998: 9) mengungkapkan bahwasanya kelincahan adalah kemampuan

seseorang mengubah posisi di area tertentu seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik. Menurut Suharno (1985: 33) kegunaan dari kelincahan adalah untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda atau stimulan, mempermudah penguasaan teknik- teknik tinggi, gerakan-gerakan efisien, efektif, dan ekonomis serta mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan.

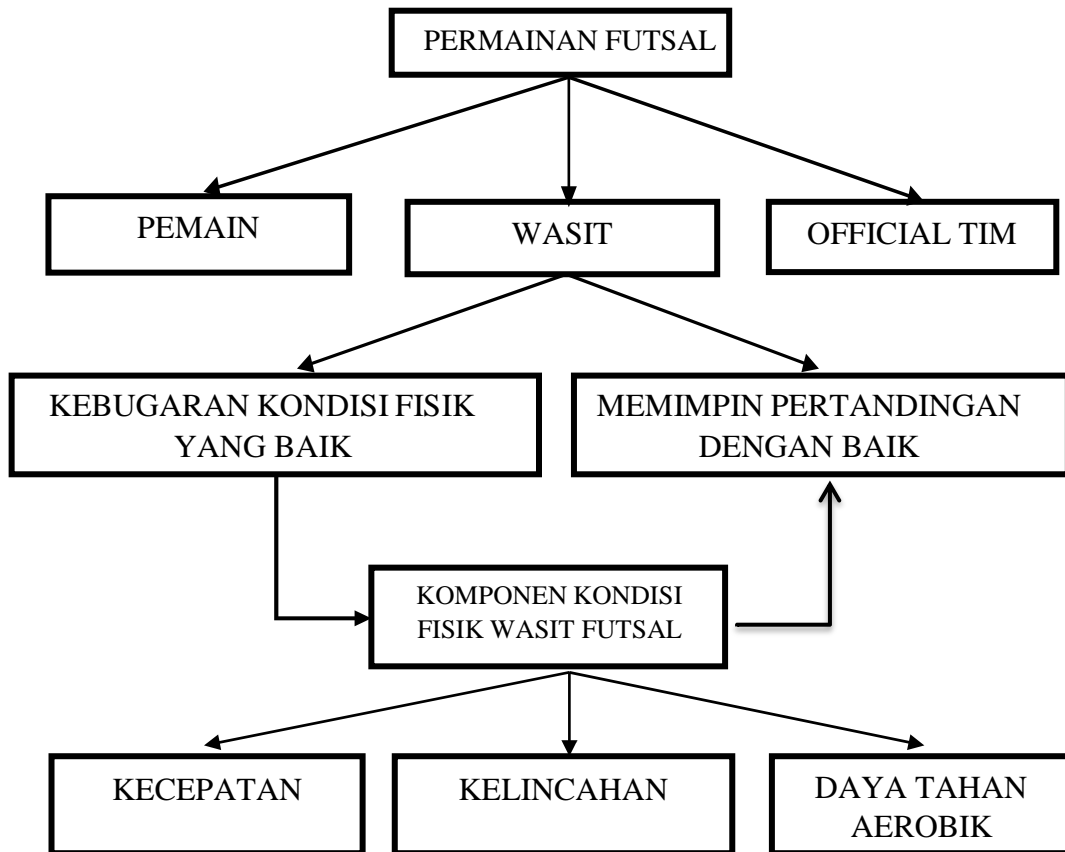
Kelincahan untuk seorang wasit juga sangatlah penting mengingat seorang wasit juga diharuskan mampu bergerak dengan lincah untuk mengikuti alur bola atau jalannya pertandingan. Hal ini dibutuhkan karena tak jarang di dalam sebuah pertandingan futsal tempo pertandingan berjalan dengan cepat dan penuh dengan jual beli serangan antar kedua tim yang sedang bertanding dan disaat tersebut wasit harus berpindah dari satu sisi ke sisi lapangan yang lain. Maka dari itu kelincahan bagi seorang wasit sangat diperlukan ketika memimpin sebuah pertandingan agar wasit mampu mengikuti alur pertandingan dengan baik dan tidak melewatkan momen-momen penting yang terjadi di lapangan pertandingan saat pertandingan sedang berlangsung.

3. Daya Tahan (VO2 Max)

Menurut Nala (2011: 13) Daya tahan umum (*respiratio-cardiovascular endurance*) adalah kemampuan tubuh dalam melakukan aktivitas terus- menerus yang berlangsung cukup lama dalam keadaan *aerobic* (metabolism sel otot memerlukan pasokan oksigen dari luar untuk mendapatkan tenaga bergerak atau berkontraksi). Kemampuan aerobik (VO2Max) adalah kemampuan olahdaya

aerobik terbesar yang dimiliki seseorang (Simon, 2006). VO2Max menggambarkan tingkat efektifitas badan untuk mendapatkan oksigen, lalu mengirimkannya ke otot-otot serta sel-sel lain dan menggunakannya dalam pengadaan energi, dimana pada saat bersamaan tubuh membuang sisa metabolisme yang dapat menghambat aktifitas fisik.

Bagi seorang wasit futsal memiliki daya tahan aerobik atau VO2 Max yang baik adalah sebuah kewajiban. Hal ini bisa dilihat dari tugas dan pekerjaan seorang wasit itu sendiri. Melihat lamanya durasi dalam satu pertandingan futsal ditambah dengan alur pergerakan pertandingan yang tak bisa diprediksi, tentunya memiliki daya tahan yang baik akan sangat membantu wasit untuk dapat memimpin pertandingan dengan baik.



Gambar 1. Diagram Kerangka Berfikir Tingkat Kondisi Fisik WasitFutsal

D. Pertanyaan Penelitian

1. Apa saja komponen kondisi fisik yang diperlukan oleh seorang wasit futsal?
2. Bagaimana cara mengetahui kondisi fisik seorang wasit futsal?
3. Mengapa seorang wasit futsal perlu memiliki kondisi fisik yang baik?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dan teknik pengumpulan data menggunakan metode tes dan pengukuran. Penelitian deskriptif merupakan penelitian non hipotesis maka dari itu perumusan hipotesis tidak diperlukan dalam penelitian ini dan akan digantikan oleh pertanyaan penelitian. Menurut Sugiyono (2013: 13) penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (*independent*) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada hari minggu tanggal 06 Maret 2022. Penelitian ini bertempat di Manunggal Futsal Lapangan C yang beralamatkan di Jalan Manunggal No. 9, Keduran, Gedongombo, Kec. Semanding, Kabupaten Tuban, Jawa Timur.

C. Populasi Dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang menjadi kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013: 80). Populasi yang digunakan untuk penelitian adalah para wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang berjumlah 20 orang.

Sampel menurut Sugiyono (2013: 81) bagian dari jumlah dan karakteristik

yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel penelitian ini adalah para wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban dengan jumlah 20 wasit. Teknik penentuan sampel ini menggunakan metode *total sampling*, artinya seluruh populasi wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang digunakan sebagai sampel.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yakni tingkat kondisi fisik yang meliputi kecepatan, kelincahan dan daya tahan aerobik pada wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban tahun 2022. Variabel penelitian merupakan objek yang menempel (dimiliki) pada diri subjek. Objek penelitian dapat berupa orang, benda, transaksi, atau kejadian yang dikumpulkan dari subjek penelitian yang menggambarkan suatu kondisi atau nilai masing-masing subjek penelitian. Nama variabel sesungguhnya berasal dari fakta bahwa karakteristik tertentu bisa bervariasi di antara objek dalam suatu populasi (Ulfa, 2021).

Variabel pada instrumen tes yang akan digunakan pada penelitian ini antara lain yakni:

1. *Speed Test*, yang digunakan untuk mengukur seberapa kecepatan lari pada seorang wasit futsal. Tes yang digunakan adalah tes *sprint* 20 meter (FIFA Futsal *Fitness Test for Referee*, 2020). Lari *Sprint* dibutuhkan seorang wasit futsal untuk tetap dapat bergerak dengan cepat mengikuti alur pertandingan.
2. *CODA Test*, yang digunakan untuk mengukur kelincahan tubuh padaseorang wasit futsal. Tes yang digunakan adalah *sprint* 10 meter bolak balik dan *sideways* 8 meter bolak balik (FIFA Futsal *Fitness Test for Referee*, 2020).

Kelincahan dibutuhkan seorang wasit futsal untuk berpindah tempat secara cepat dan efisien mengikuti alur pertandingan.

3. *ARIET Test*, yang digunakan untuk mengukur daya tahan jantung dan paru-paru pada seorang wasit futsal. Tes yang digunakan adalah *sprint* 20 meter bolak balik dan *sideways* 12.5 meter bolak balik hingga level 15 (FIFA Futsal *Fitness Test for Referee*, 2020). Daya tahan aerobik dibutuhkan seorang wasit futsal untuk tetap dapat mengikuti alur pertandingan dengan durasi yang cukup lama.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

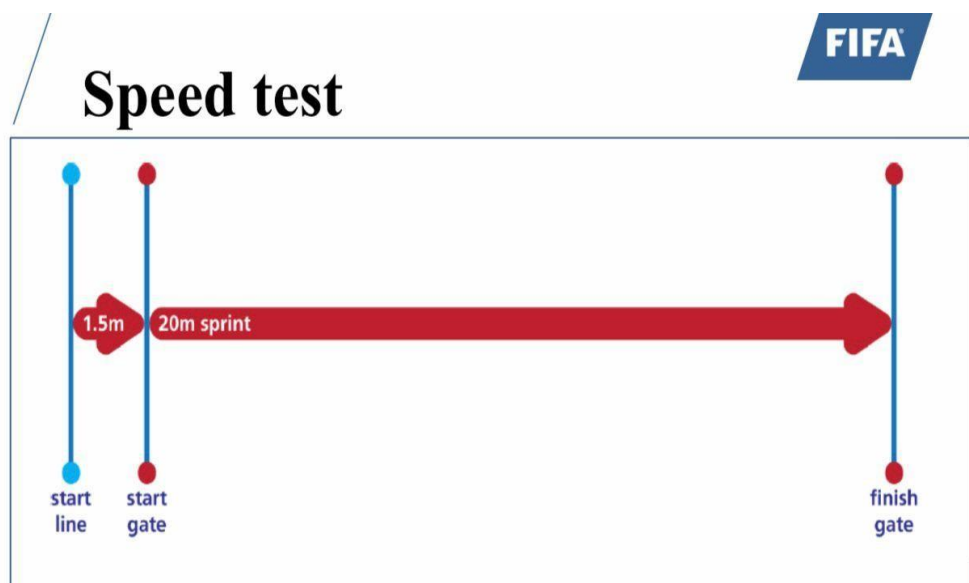
Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa tes dan pengukuran. Menurut Sugiyono (dalam Muhammad Hilman 2016: 32) Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data.

FIFA Futsal *Referee Fitness Test* adalah tes kebugaran resmi untuk wasit futsal dan sepak bola pantai dari FIFA yang terdiri dari tiga tes. Yang pertama yakni *Speed Test* untuk mengetahui kecepatan maksimum wasit dengan jarak lari 20 meter. Yang kedua yakni *CODA Test* untuk mengetahui kemampuan wasit untuk mengubah arah. Dan yang ketiga yakni *ARIET Test* untuk mengetahui kapasitas wasit untuk melakukan pengulangan ke depan dan menyamping dalam waktu yang lama. Waktu diantara akhir Tes 1 dan awal Tes 2 diharuskan selama 2-4 menit. Waktu antara akhir Tes 2 dan awal Tes 3 diharuskan selama 6-8 menit. Pelaksanaan tes wajib dilaksanakan di lapangan futsal atau permukaan yang datar. Disarankan untuk seluruh alur pelaksanaan tes diawasi instruktur fisik yang

berkualifikasi (FIFA Futsal *Fitness Test for Referee*, 2020)

Sebelum melakukan tes para wasit dapat melakukan pemanasan terlebih dahulu secara serius dan benar, hal ini wajib diperhatikan dengan serius dan fokus guna mencegah atau meminimalisir terjadinya cedera pada saat melakukan tes. Selanjutnya instruktur atau penguji memberikan arahan tentang petunjuk untuk pelaksanaan tes. Dari tiga item tes yang akan digunakan, *Speed Test* dan *CODA Test* akan dilaksanakan dengan 2 kali tes yang nantinya nilai atau capaian tes paling baik yang akan diambil, kemudian untuk *ARIET Test* hanya akan dilakukan 1 kali tes. Wasit melakukan tes secara berurutan, yakni dari *Speed Test*, *CODA Test* dan terakhir *ARIET Test*. Setelah selesai dilakukannya tes yang pertama maka dilanjutkan ke tes yang kedua kemudian yang terakhir dilanjutkan tes yang ketiga. Berikut item tes yang dilakukan dalam *Futsal Referee Fitness Test*:

1. Speed Test 20 Meters (Tes Kecepatan)



Gambar 2. Prosedur Pelaksanaan Speed Test 20 Meters (Tes Kecepatan)

(Sumber: FIFA Futsal Fitness Test for Referee 2020)

Prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

- a. Petugas Tes mempersiapkan peralatan yang akan digunakan dalam item tes yang pertama. Peralatan tersebut antara lain: kertas catatan hasil tes, bolpoin, *stopwatch*, meteran, cone/kerucut, dan peluit
- b. Testi bisa memulai melakukan pemanasan sebelum tes berlangsung
- c. Setelah Testi melakukan pemanasan, semua Testi dikumpulkan untuk diberikan intruksi oleh petugas tes terkait prosedur tes yang akan dijalankan
- d. Petugas tes mulai mempersiapkan diri untuk menjalankan tes sesuai
- e. Jumlah petugas dalam tes ini sebanyak 3 orang, dengan masing-masing tugasnya yakni satu orang sebagai *timer* atau pengatur waktu sekaligus pemberi instruksi tes dimulai menggunakan bunyi peluit, satu orang sebagai pencatat hasil tes dan satu orang lagi sebagai pengawas jalannya tes
- f. *Electronic timing gates (photocells)* digunakan untuk mengatur waktu *sprint* atau lari. *Photocells* harus diposisikan tidak lebih tinggi dari 100 cm dari tanah. Jika *Electronic timing gates (photocells)* tidak tersedia, petugas yang berpengalaman harus menentukan waktu setiap percobaan menggunakan *stopwatch* manual.
- g. Garis '*start*' ditempatkan pada 0 Meter dan titik *finish* pada 20 Meter. Garis awalan harus ditandai 1,5 Meter sebelum gerbang *start*.
- h. Testi harus berbaris di awal dengan kaki depannya menyentuh '*garis start*'. Setelah petugas pengatur waktu memberi tanda dengan bunyi peluit, Testi bisa memulai tes dibarengi dengan petugas pengatur waktu yang menekan mulai pada *stopwatch* ketika Testi sudah memulai tes dan menekan *stop* pada *stopwatch* ketika Testi sudah mencapai garis *finish*
- i. Testi harus menerima waktu pemulihan (*recovery*) maksimal selama 90 detik diantara jeda masing-masing *sprint* 2x20 Meter. Selama pemulihan, Testi harus berjalan kembali menuju ke *start* awal.
- j. Setelah Testi melakukan tes yang pertama, petugas pencatat hasil tes akan mencatat hasil waktu tes yang sudah dijalani oleh Testi dari informasi yang dilaporkan oleh petugas pengatur waktu
- k. Setelah Testi melakukan tes yang pertama, Testi akan diberikan waktu istirahat atau jeda antara percobaan tes satu dan dua selama 120 detik
- l. Setelah Testi menjalani istirahat, Testi mulai mempersiapkan diri untuk melakukan tes yang kedua
- m. Testi mulai melakukan tes yang kedua sesuai instruksi dari petugas
- n. Setelah Testi melakukan tes yang kedua, petugas pencatat hasil tes akan mencatat hasil waktu tes yang sudah dijalani oleh Testi dari informasi yang dilaporkan oleh petugas pengatur waktu
- o. Setelah Testi melakukan tes yang kedua, selanjutnya akan dilanjutkan giliran percobaan tes oleh Testi berikutnya hingga Testi terakhir
- p. Jeda waktu istirahat antara item tes pertama dan item tes yang kedua yakni 2-4 menit

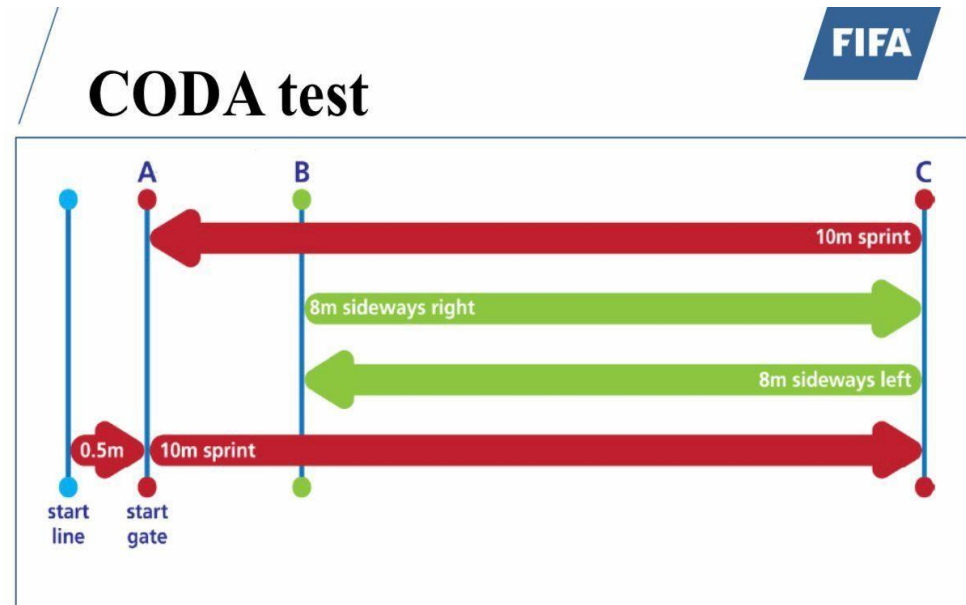
- q. Setelah Testi pertama dan seterusnya sudah menjalani recovery selama 2-4 menit, Testi bisa bersiap untuk mejalani item tes berikutnya
- r. Satuan pengukuran dalam *Speed Test* 20 Meter adalah waktu detik

Normanya adalah:

Tes 1: Waktu referensi untuk wasit futsal dan sepak bola laki-laki

- 1) Internasional dan kategori 1: maksimum 3,30 detik per percobaan
- 2) Kategori yang lebih rendah: maksimum 3,40 detik per percobaan

2. CODA (Change of Direction Ability) Tes Kelincahan:



Gambar 3. Prosedur Pelaksanaan CODA (*Change of Direction Ability*) Tes Kelincahan

(Sumber: FIFA Futsal Fitness Test for Referee 2020)

Prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

- Petugas Tes mempersiapkan peralatan yang akan digunakan dalam item tes yang kedua. Peralatan tersebut antara lain: kertas catatan hasil tes, bolpoin, *stopwatch*, meteran, cone/kerucut, dan peluit
- Petugas mempersiapkan diri untuk menjalankan tes sesuai dengan tugas masing-masing
- Kerucut diletakan pada jarak antara A dan B adalah 2 Meter. Jarak antara B dan C adalah 8 Meter.
- Hanya diperlukan satu gerbang waktu untuk CODA (A). 'Garis awal' harus ditandai 0,5 Meter sebelum gerbang waktu (A).
- Garis 'start' ditempatkan pada 0 Meter dan titik *finish* pada 20 Meter. Garis awalan harus ditandai 1,5 Meter sebelum gerbang *start*.
- Jumlah petugas dalam tes ini sebanyak 3 orang, dengan masing-masing tugasnya yakni satu orang sebagai *timer* atau pengatur waktu sekaligus pemberi intruksi tes dimulai menggunakan bunyi peluit, satu orang sebagai pencatat hasil tes, dan satu orang lagi sebagai pengawas jalannya tes
- Electronic timing gates (photocells)* digunakan untuk mengatur waktu *sprint* atau lari. *Photocells* harus diposisikan tidak lebih tinggi dari 100 cm dari tanah. Jika *Electronic timing gates (photocells)* tidak tersedia, petugas yang berpengalaman harus menentukan waktu setiap percobaan menggunakan

stopwatch manual.

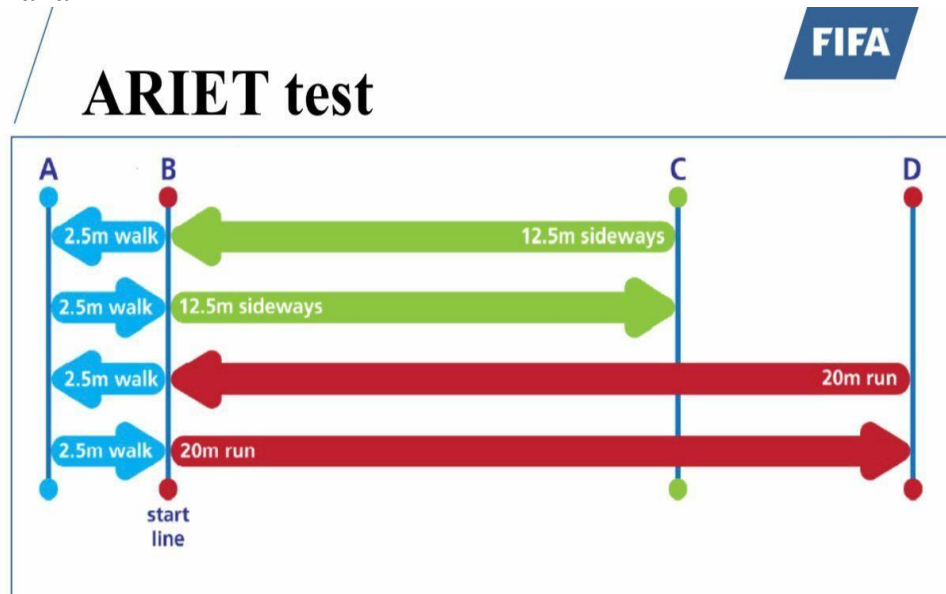
- h. Testi harus berbaris di awal dengan kaki depannya menyentuh 'garis *start*'.
- i. Setelah petugas pengujian memberi tanda bahwa gerbang pengaturan waktu elektronik telah diatur, Testi bebas untuk memulai dibarengi dengan petugas pengatur waktu yang menekan mulai pada *stopwatch* ketika Testi sudah memulai tes dan menekan *stop* pada *stopwatch* ketika Wasit sudah mencapai garis *finish*
- j. Tes pertama dimulai, Testi berlari 10 Meter maju (A ke C), 8 Meter *sideways* ke kiri (C ke B), 8 Meter *sideways* ke kanan (B ke C) dan berlari 10 Meter maju (C ke A).
- k. Setelah Testi melakukan tes yang pertama, petugas pencatat hasil tes akan mencatat hasil waktu tes yang sudah dijalani oleh Testi dari informasi yang dilaporkan oleh petugas pengatur waktu
- l. Testi harus menerima waktu pemulihan (*recovery*) selama 90 detik diantara jeda antara tes yang pertama dan yang kedua
- m. Setelah Testi melakukan tes yang pertama, Testi akan diberikan waktu istirahat atau jeda antara percobaan satu dan dua selama 90 detik
- n. Setelah Testi sebelumnya selesai menjalani tes pertama dan kedua, Testi selanjutnya mulai bersiap untuk menjalani giliran percobaan tes dilanjutkan hingga Testi terakhir
- o. Setelah Testi melakukan tes yang kedua, petugas pencatat hasil tes akan mencatat hasil waktu tes yang sudah dijalani oleh Testi dari informasi yang dilaporkan oleh petugas pengatur waktu
- p. Jeda waktu untuk istirahat antara CODA *Test* dan tes selanjutnya adalah 6-8 Menit
- q. Satuan pengukuran dalam CODA *Test* yakni waktu detik

Normanya adalah:

Tes 2: Waktu referensi untuk wasit futsal dan sepak bola pria

- 1) Internasional dan kategori 1: maksimum 10,00 detik per percobaan
- 2) Kategori lebih rendah: maksimum 10,10 detik per percobaan

3. ARIET Test (Assistant Referee Intermittent Endurance Test) Tes Daya Tahan



Gambar 4. Prosedur Pelaksanaan ARIET (*Assistant Referee Intermittent Endurance Test*) Tes Daya Tahan

(Sumber: FIFA Futsal *Fitness Test for Referee 2020*)

Prosedurnya pelaksanaan tes sebagai berikut:

- Petugas Tes mempersiapkan peralatan yang akan digunakan dalam item tes yang kedua. Peralatan tersebut antara lain: kertas catatan hasil tes, bolpoin, meteran, cone/kerucut.
- Jumlah petugas dalam tes ini sebanyak 3 orang, dengan masing-masing tugasnya yakni satu orang sebagai operator *file audio*, satu orang sebagai pencatat hasil tes, dan satu orang lagi sebagai pengawas jalannya tes
- Jarak antara kerucut A dan kerucut B adalah 2,5 Meter. Jarak antara kerucut B dan kerucut C adalah 12,5 Meter. Jarak antara kerucut B dan D adalah 20 Meter.
- Testi harus mulai dari posisi berdiri. Mereka harus menyelesaikan urutan berikut sesuai dengan kecepatan yang ditentukan oleh *file audio*.
 - Testi berlari 20 Meter ke depan (B-D), berputar badan dan kembali berlari 20 Meter ke depan (D-B)
 - Testi berjalan ke depan 2,5 Meter (B-A), berbalik badan dan berjalan kembali ke depan 2,5 Meter (A-B)
 - Testi berlari menyamping (*run sideways*) 12,5 Meter (B-C), dan kembali berlari menyamping menghadap sisi yang sama 12,5 Meter (C-B)
 - Testi berjalan ke depan 2,5 Meter (B-A), berbalik badan dan berjalan kembali ke depan 2,5 Meter (A-B)
- File audio* akan menentukan kecepatan proses dan lamanya setiap periode pemulihan. Testi harus mengikuti kecepatan *file audio* sampai mereka

- mencapai level yang diperlukan.
- f. Posisi awal mengharuskan Testi berdiri diam dengan kaki depannya di garis (B). Testi harus meletakkan kaki di garis balik (C & D).
 - g. Tes dilakukan oleh 5 Testi sekaligus dalam satu kloter percobaan tes
 - h. Tes dimulai seiring dengan bunyi *file audio* yang telah dihidupkan oleh operator tes
 - i. Nilai tes akan diambil sesuai titik terakhir dari kemampuan dan kekuatan wasit dalam melakukan tes.
 - j. Setelah Testi kloter pertama telah melakukan tes, petugas pencatat hasil tes akan mencatat hasil tes yang didapatkan oleh Testi sesuai dari informasi yang dilaporkan oleh petugas pengawas tes, kemudian kloter Testi selanjutnya mulai bersiap untuk menjalani giliran tes
 - k. Satuan pengukuran dalam ARIET Test ini adalah jarak meter

Normanya adalah:

Tes 3: Waktu referensi untuk wasit futsal dan sepak bola pria

- 1) Internasional dan kategori 1: level 15.5-3 / 1,275 Meter
- 2) Kategori yang lebih rendah: level 15-3 / 1,170 Meter

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Alat ukur atau instrumen yang akan digunakan dalam penelitian haruslah melalui uji validitas dan uji reliabilitas setelah digunakan dalam pengambilan data.

G. Teknik Analisis Data

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni teknik statistik deskriptif dengan presentase. Sugiyono (2013: 207) menyatakan bahwa statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Setelah diketahui tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban yang termasuk kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah, maka akan dapat ditentukan berapa besar

persentase. Pengkategorian menggunakan Mean dan Standar Deviasi. Menurut Azwar (2010: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penelitian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD > X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2010: 163)

Keterangan:

M = Nilai rata-rata (Mean)

X = Skor

SD = Standar Deviasi

Tabel 2. Norma ARIET Test (Assistant Referee Intermittent Endurance Test) Tes Daya Tahan

Kategori Wasit Futsal	
Speed Level	Jarak Tempuh
8	Sd - 65 Meter
10	66 – 130 Meter
12	131 – 195 Meter
13	196 – 455 Meter
13.5	456 – 715 Meter
14	716 – 975 Meter
14.5	976 – 1.080 Meter
15	1.086 – 1.170 Meter

Sumber : FIFA Futsal Fitness Test for Referee 2020

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis metode penelitian deskriptif, yakni penelitian yang menggambarkan atau menunjukkan data yang didapatkan dari subjek yang telah diteliti. Pada penelitian ini mendeskripsikan tentang tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022. Penelitian dilaksanakan pada hari minggu tanggal 06 Maret 2022. Penelitian ini bertempat di Manunggal Futsal Lapangan C yang beralamatkan di Jalan Manunggal No. 9, Keduran, Gedongombo, Kec. Semanding, Kabupaten Tuban, Jawa Timur. Dalam penelitian ini melibatkan sebanyak 20 wasit futsal sebagai probandus yang akan dideskripsikan sebagai berikut:

1. Deskripsi tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 per item tes

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022, hasil penelitian perlu dideskripsikan baik secara per item tes maupun secara keseluruhan tes yang telah dilakukan, lebih jelasnya hasil data penelitian akan dideskripsikan sebagai berikut:

a. Speed Test 20 Meter (Tes Kecepatan)

Speed Test 20 Meter merupakan instrumen tes resmi bagi wasit olahraga futsal yang telah ditetapkan oleh FIFA selaku induk organisasi olahraga futsal

dunia. *Speed Test* 20 Meter bertujuan untuk mengetahui tingkat kecepatan lari seorang wasit futsal. Berdasarkan data dari hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil tes kecepatan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 memperoleh hasil rata – rata sebesar 2,53, lalu nilai median sebesar 2,52, kemudian untuk modus sebesar 2,57, selanjutnya nilai standar deviasi yakni 0,16, dan untuk nilai maksimum adalah 2,89 serta nilai terendah adalah 2,27. Selanjutnya data tersebut akan dipaparkan dalam tabel norma baku Penilaian Acuan Norma (PAN). Rincian data ditampilkan dalam tabel 3.

Tabel 3. Deskripsi Statistik tes kecepatan 20 Meter wasit futsalAsosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

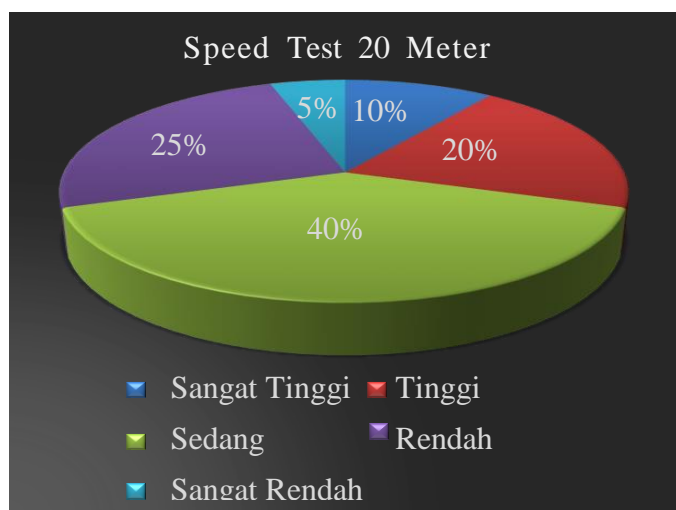
Statistic		
Speed Test 20 Meter		
N	Valid	20
	Missing	0
	Mean	2.5395
	Median	2.5250
	Mode	2.57
	Std. Deviation	.16823
	Variance	.028
	Range	.62
	Minimum	2.27
	Maximum	2.89

Berikut hasil penelitian yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 mengenai Tingkat Kondisi Fisik dari segi tes kecepatan lari 20 Meter:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi tes kecepatan 20 Meter wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$\leq 2,29$	Sangat Tinggi	1	5%
2	2,29 - 2,46	Tinggi	5	25%
3	2,46 - 2,62	Sedang	8	40%
4	2,62 - 2,79	Rendah	4	20%
5	$> 2,79$	Sangat Rendah	2	10%
Jumlah			20	100%

Dari tabel diatas menunjukkan data hasil yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 berdasarkan tes kecepatan 20 Meter. Dalam tabel diatas, terdapat 2 orang wasit (10%) dikategorikan ke dalam kategori sangat rendah, lalu sebanyak 4 orang wasit (20%) dikategorikan ke dalam kategori rendah, kemudian sebanyak 8 orang wasit (40%) dikategorikan ke dalam kategori sedang, selanjutnya sebanyak 5 orang wasit (25%) dikategorikan ke dalam kategori tinggi dan 1 orang wasit (5%) dikategorikan ke dalam kategori sangat tinggi. Dengan demikian data hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk diagram lingkaran:



Gambar 5. Diagram Lingkaran Tes Kecepatan 20 Meter

b. CODA Test (Tes Kelincahan)

CODA *Test* merupakan instrumen tes resmi bagi wasit olahraga futsal yang telah ditetapkan oleh FIFA selaku induk organisasi olahraga futsal dunia. CODA *Test* bertujuan untuk mengetahui tingkat kelincahan atau perubahan kemampuan arah seorang wasit futsal. Berdasarkan data dari hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil tes kelincahan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 memperoleh hasil rata – rata sebesar 9,40, lalu nilai sebesar median 9,44, kemudian untuk modus sebesar 9,51, selanjutnya nilai standar deviasi yakni 0,22, dan untuk nilai maksimum adalah 9,89 serta nilai terendah adalah 9,02. Selanjutnya data tersebut akan dipaparkan dalam tabel norma baku Penilaian Acuan Norma (PAN). Rincian data ditampilkan dalam tabel 5.

Tabel 5. Deskripsi Statistik tes kelincahan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

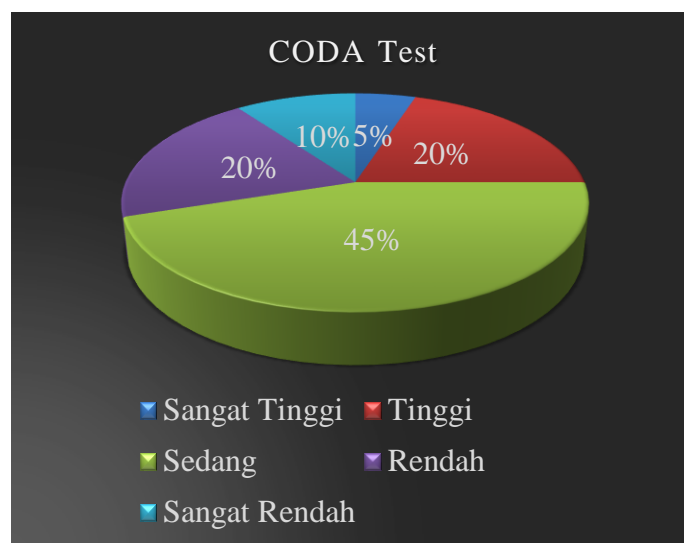
Statistic		
CODA Test		
N	Valid	20
	Missing	0
	Mean	9.4095
	Median	9.4400
	Mode	9.51
	Std. Deviation	.22984
	Variance	.053
	Range	.87
	Minimum	9.02
	Maximum	9.89

Berikut hasil penelitian yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 mengenai Tingkat Kondisi Fisik dari segi tes kelincahan:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi tes kelincahan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$\leq 9,07$	Sangat Tinggi	2	10%
2	9,07 - 9,30	Tinggi	4	20%
3	9,30 - 9,52	Sedang	9	45%
4	9,52 - 9,75	Rendah	4	20%
5	$> 9,75$	Sangat Rendah	1	5%
Jumlah			20	100%

Dari tabel diatas menunjukkan data hasil yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 berdasarkan tes kelincahan. Dalam tabel diatas, terdapat 1 orang wasit (5%) dikategorikan ke dalam kategori sangat rendah, lalu sebanyak 4 orang wasit (20%) dikategorikan ke dalam kategori rendah, kemudian sebanyak 9 orang wasit (45%) dikategorikan ke dalam kategori sedang, selanjutnya sebanyak 4 orang wasit (20%) dikategorikan ke dalam kategori tinggi dan 2 orang wasit (10%) dikategorikan ke dalam kategori sangat tinggi. Dengan demikian data hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk diagram lingkaran:



Gambar 6. Diagram Lingkaran Tes Kelincahan

c. ARIET Test (Tes Daya Tahan)

ARIET *Test* merupakan instrumen tes resmi bagi wasit olahraga futsal yang telah ditetapkan oleh FIFA selaku induk organisasi olahraga futsal dunia. ARIET *Test* bertujuan untuk mengetahui tingkat daya tahan aerobik seorang wasit futsal. Berdasarkan data dari hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil tes daya tahan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 memperoleh hasil rata – rata sebesar 940,00, lalu nilai median sebesar 995,00, kemudian untuk modus sebesar 1170, selanjutnya nilai standar deviasi yakni 234, 28, dan untuk nilai maksimum adalah 1170 serta nilai terendah adalah 560. Selanjutnya data tersebut akan dipaparkan dalam tabel norma baku Penilaian Acuan Norma (PAN). Rincian data ditampilkan dalam tabel 7.

Tabel 7. Deskripsi Statistik tes daya tahan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

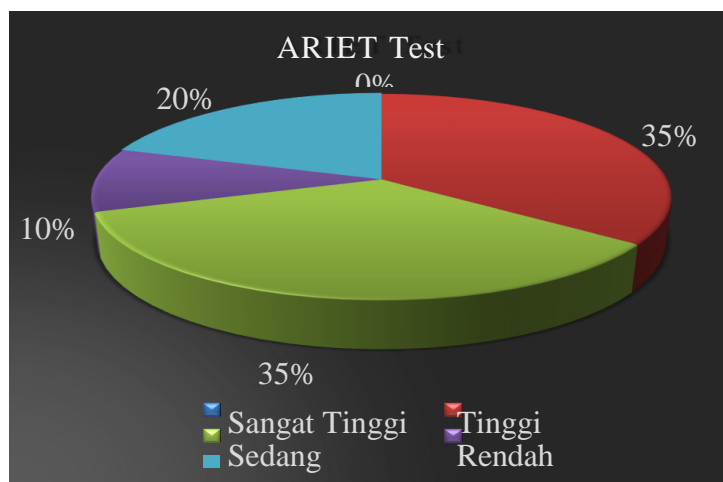
Statistic		
ARIET Test		
N	Valid	20
	Missing	0
	Mean	940.00
	Median	995.00
	Mode	1170
	Std. Deviation	234.285
	Variance	54889.474
	Range	610
	Minimum	560
	Maximum	1170

Berikut hasil penelitian yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 mengenai Tingkat Kondisi Fisik dari segi tes daya tahan:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi tes daya tahan wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	>1291,43	Sangat Tinggi	0	0%
2	1057,14 - 1291,43	Tinggi	7	35%
3	822,86 - 1057,14	Sedang	7	35%
4	588,57 - 822,86	Rendah	2	10%
5	≤588,57	Sangat Rendah	4	20%
Jumlah			20	100%

Dari tabel diatas menunjukkan data hasil yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 berdasarkan tes daya tahan. Dalam tabel diatas, terdapat 4 orang wasit (20%) dikategorikan ke dalam kategori sangat rendah, lalu sebanyak 2 orang wasit (10%) dikategorikan ke dalam kategori rendah, kemudian sebanyak 7 orang wasit (35%) dikategorikan ke dalam kategori sedang, dan selanjutnya sebanyak 7 orang wasit (35%) dikategorikan ke dalam kategori tinggi. Dalam tes ini tidak terdapat wasit yang memperoleh kategori kategori sangat tinggi (0%). Dengan demikian data hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk diagram lingkaran:



Gambar 7. Diagram Lingkaran Tes Daya Tahan

d. Deskripsi tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 secara keseluruhan tes

Tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 secara keseluruhan memperoleh hasil dengan rata – rata sebesar 150,00, dan standart deviasi sebesar 21,90. Sedangkan nilai terendah adalah 98,66 dan nilai tertinggi adalah 181,57. Rincian data ditampilkan dalam tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskripsi Statistik keseluruhan tes wasit futsal AsosiasiFutsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

Statistic		
Keseluruhan Tes		
N	Valid	20
	Missing	0
Mean		150.00
Std. Deviation		22.47333
Minimum		98.66
Maximum		181.57

Berikut hasil penelitian yang diperoleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 mengenai Tingkat Kondisi Fisik dari hasil keseluruhan tes setelah dilakukan penyetaraan data dari ketiga instrument tes yakni Speed Test, CODA Test dan ARIET Test. Data diubah ke dalam T-Skor kemudian dicari Total T-Skor dan dari data tersebut digunakan sebagai data tingkat kondisi fisik wasit seperti yang tampak pada table 10.

Tabel 10. Distribusi Frekuensi keseluruhan tes wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
>182.86	Sangat tinggi	0	0%
160.95 - 182.86	Tinggi	7	35%
139.05 - 160.95	Sedang	9	45%
117.14 - 139.05	Rendah	2	10%
≤ 117.14	Sangat Rendah	2	10%
Jumlah		20	100%

Dari tabel diatas maka diketahui bahwa tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 antara lain tidak ada wasit yang masuk ke kategori sangat tinggi atau dengan persentase sebesar 0%, lalu persentase sebesar 35% atau 7 orang wasit masuk dalam kategori tinggi, kemudian persentase sebesar 45% atau sebanyak 9 orang wasit masuk kekategori sedang, persentase sebesar 10% atau 2 orang wasit yang masuk kategori rendah dan persentase sebesar 10% atau 2 orang wasit masuk kategori sangat rendah.



Gambar 8. Diagram Lingkaran Hasil Keseleruhan Tes

B. Pembahasan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 memiliki tingkat kondisi fisik dengan tingkatan sedang yakni 45% dari total keseluruhan wasit. Hasil secara rincinya adalah 0% untuk kategori sangat tinggi, 35% untuk kategori tinggi, 45% untuk kategori sedang, 10% untuk kategori kurang dan 10% untuk kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori sedang, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 sebagian besar wasit memiliki kategori sedang dan hanya beberapa yang memiliki tingkat kondisi fisik dengan kategori tinggi, sedangkan tidak ada wasit yang memiliki tingkat kondisi fisik yang sangat tinggi. Hal ini dapat dijadikan acuan bagi Ketua Komisi Wasit beserta Pengurus AFKAB Tuban untuk lebih memperhatikan tingkat kondisi fisik para wasit futsal di AFKAB Tuban guna untuk meningkatkan kualitas dan kinerja wasit agar dapat memimpin pertandingan dengan baik.

Sama halnya dengan cabang olahraga-olahraga yang dipertandingkan lainnya, pertandingan futsal tidak dapat dilaksanakan jika tidak terdapat perangkat pertandingan didalamnya. Salah satu syarat dapat dilangsungkannya suatu pertandingan adalah terdapat perangkat pertandingan yang ditugaskan menjadi seorang pengadil untuk memimpin jalannya pertandingan di lapangan atau yang sering disebut sebagai wasit. Wasit merupakan suatu profesi dalam bidang olahraga yang dapat ditekuni oleh siapapun dengan syarat yang ada di dalamnya sesuai dengan cabang olahraga masing-masing (Darmawan & Ridwan, 2018).

Berdasarkan pada masing-masing item tes yang telah dilaksanakan, diperoleh hasil tes yang berbeda-beda antara setiap item tes. Pada item tes *Speed Test* 20 Meter sebagian besar wasit masuk pada kategori Sedang, yang memiliki persentase sebesar 40%. Lalu, pada item tes *CODA Test* mayoritas wasit juga dikategorikan ke dalam kategori Sedang, yang pada tes ini memiliki persentase sebesar 45%. Kemudian pada item tes *ARIET Test* didominasi oleh wasit dengan kategori Tinggi dan Sedang yakni sama-sama memiliki persentase sebesar 35%.

Berdasarkan persentasi hasil yang diperoleh dari setiap item tes, tingkat kategori yang dapat dicapai yakni sedang, sedang dan tinggi. Kemampuan terbaik yang dapat dilakukan oleh wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 yakni pada tes daya tahan aerobik (*ARIET Test*) yang mencapai kategori tinggi dan memiliki persentase sebesar 35%, sedangkan kemampuan yang wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 termasuk dalam kategori sedang terletak pada tes kecepatan (*Speed Test*) dan tes kelincahan (*CODA Test*) dengan masing-masing tesnya hanya masuk ke dalam kategori sedang yang dengan persentase sebesar 40% untuk tes kecepatan dan 45% untuk tes kelincahan. Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan sangat jarang wasit yang masuk kedalam kategori sangat tinggi.

Kekurangan tingkat kondisi fisik yang sangat terlihat pada wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 yakni terdapat pada tes daya tahan aerobik (*ARIET Test*) yang masuk dalam kategori sangat rendah dengan persentase sebesar 20%, sedangkan kekurangan lainnya yang ada pada wasit

futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 yang termasuk dalam kategori rendah adalah pada tes kecepatan (*Speed Test*) dan tes kelincihan (*CODA Test*) yang sama-sama memperoleh persentase sebesar 20%.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kondisi fisik wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 memperoleh data dari sebanyak 20 wasit. Beberapa item tes yang telah dilakukan antara lain: *Speed Test 20 Meter*, *CODA Test* dan *ARIET Test*. Maka dapat disimpulkan antara lain yakni:

1. Sebagian besar wasit futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 memiliki kategori tingkat kondisi fisik sedang.
2. Tidak terdapat wasit yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi atau dengan persentase sebesar 0%
3. Sebanyak 7 orang wasit yang masuk ke dalam kategori tinggi atau dengan persentase sebesar 35%
4. Terdapat 9 orang yang wasit masuk ke dalam kategori sedang atau dengan persentase sebesar 45%
5. Terdapat 2 orang yang wasit masuk ke dalam kategori rendah atau dengan persentase sebesar 10%
6. Terdapat 2 orang wasit masuk ke dalam kategori sangat rendah atau juga dengan persentase sebesar 10%.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022 telah mendapatkan kesimpulan bahwa sebagian besar wasit masuk ke dalam kategori sedang, maka penelitian ini dapat digunakan sebagai:

1. Informasi tambahan tentang bagaimana keadaan tingkat kondisi fisik para

wasit di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

2. Bahan untuk mengevaluasi kondisi fisik wasit dan acuan sebelum menentukan program apa yang akan dijalankan untuk memperbaiki dan meningkatkan kondisi fisik wasit futsal di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022
3. Tambahan pengetahuan terhadap kualitas kondisi fisik wasit futsal perindividu di Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, yakni:

1. Bagi wasit futsal agar lebih disiplin dalam mengontrol dan memperhatikan kondisi fisik mereka dengan menambah latihan mandiri supaya mampu selalu siap ketika akan ditugaskan memimpin pertandingan
2. Bagi Komisi Wasit agar senantiasa memantau dan memperhatikan kualitas kondisi wasit yang akan diturunkan dalam suatu pertandingan
3. Bagi Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban agar memberikan program- program latihan dan penyegaran yang terjadwal dan sesuai standar untuk wasit yang nantinya diharapkan mampu memperbaiki kualitas para wasit terutama dari segi kondisi fisik

D. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan evaluasi pasca penelitian, terdapat beberapa keterbatasan yang ditemui oleh peneliti dalam penelitian ini. Keterbatasan tersebut antara lain:

1. Kurang lancarnya komunikasi peneliti kepada para wasit yang disebabkan minimnya kontak yang tersedia

2. Kurang adanya kontrol terhadap pola hidup, pola makan, pola istirahat dan pola latihan bagi para wasit sehingga peneliti kurang mengetahui bagaimana kondisi fisik wasit yang terlatih maupun yang kurang terlatih
3. Kurangnya maksimal komitmen wasit saat mengikuti tes kondisi fisik, ditunjukkan dengan wasit sering bercanda saat tes berlangsung
4. Faktor usia yang mempengaruhi kondisi fisik

DAFTAR PUSTAKA


- Azwar, S. (2010). Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Tes dan Prestasi. Pustaka Pelajar Offset. Yogyakarta.
- Bafirman HB & Asep Sujana Wahyuri. (2019). Pembentukan Kondisi Fisik. Depok. Rajawali Pers.
- Fachrezzy, F., Maslikah, U., Safadilla, E., Reginald, R., & Hendarto, S. (2021). *Physical Fitness Of The Poomsae Taekwondo Athletes In Terms Of Agility, Balance And Endurance*. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(1), 111–119. <https://doi.org/10.33369/jk.v5i1.14364>
- Faisal, J., & Sepdanius, E. (2020). Pengaruh Latihan Interval Training Terhadap Daya Tahan Anaerobic Pemain Futsal Klub Putri Kabupaten Siak. *Jurnal Stamina*, 3(2), 112–123.
- FIBA. (2014). *Fédération Internationale de Basketball Federation. Official basketball rules 2010: Referees' manual for two-person officiating*. Paris, France: FIBA
- FIFA. (2014). *Futsal Laws of the Game 2014/2015*. Switzerland: *Federation Internationale de Football Association*.
- FIFA. (2014). *Laws Of The Game*. Jakarta: PSSI
- FIFA. (2020). *Fitness Tests for Match Official 2020:17-19*.
- Fox. (2009). *Physiological Basis Of Physical Education and Athletics*. Philadelphia Saunders : *College Publishing*
- Giriwijoyo, S. Y. (2005). *Manusia dan olahraga. Bandung: Penerbit Institut Teknologi Bandung..*
- Gunawan, I. (2014). *Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Taktik Dan Strategi Bermain Futsal Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Sma Muhammadiyah 1 Muntilan Tahun 2014*. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hilman Muhammad. (2016). *Profil Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Perkumpulan Sepakbola Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Ibeng, P. (2021). *Pengertian Olahraga, Tujuan, Manfaat, Jenis dan Menurut Ahli*. Pendidikan.Co.Id
- Ihsan N, Yulkifli, Yohandri. (2017). *Development of speed measurement system*

- for pencak silat kick based on sensor technology. International Conference on Recent Trends in Physics 2016 (ICRTP2016) IOP Publishing. Journal of Physics: Conference Series 755 (2016)011001 doi:10.1088/1742-6596/755/1/011001.*
- Indriansah, D. (2016). *Hubungan antara Kondisi Fisik, Kesiapan Mental, dan Pemahaman Peraturan Dengan Kinerja Wasit Futsal* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Knoop, M et.al. (2013). *Evaluation of a specific reaction and action speed test for the soccer goalkeeper. Journal Strength and Conditioning Research. 2013 Aug;27(8):2141-8. doi: 10.1519/JSC.0b013e31827942fa.*
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & Strategi futsal modern. Be Champion.*
- Mascarenhas, D. R. D., Collins, D. & Mortimer, P. (2002a). *The art of reason versus the exactness of science in elite refereeing: Comments on Plessner and Betsch (2001). Journal of Sport and Exercise Psychology, 24, 328-333.*
- Mascarenhas, D. R. D., Collins, D., Mortimer, P. W. & Morris, B. (2005). *Training Accurate and Coherent Decision Making in Rugby Union Referees. Sport Psychologist, 19, 131-147.*
- Moore, R., Bullough, S., Goldsmith, S., & Edmondson, L. (2014). *A systematic review of futsal literature. American Journal of Sports Science and Medicine, 2(3), 108-116.*
- Nala, I. G. N. (2011). *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga. Denpasar. Universitas Udayana.*
- Nala, N. (1998). *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga. Program Pascasarjana Prodi Fisiologi Olahraga. Universitas Udayana. Denpasar.*
- Nicoletti, R., & Borghi, A. M. (2007). *Il controllo motorio. il Mulino.*
- Pavol, H. at all. (2014). *The relationship between speed factors and agility in sport games. Faculty of Education. University of Alicante: Journal Of Human Sport & Exercise Volume 9 Issue 1 2014*
- Pratama, B. A. (2015). *Jurnal Sportif. Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran, 1(1), 74–80. Retrieved from <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/576>*
- Pujianto, A. (2015). *Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Tenis Meja Usia Dini di Kota Semarang. Journal of Physical Education,*

- Rahmawati, A. C., Zulaekah, S., & Rahmawaty, S. (2009). Aktivitas fisik dan rasio kolesterol (hdl) pada penderita penyakit jantung koroner di poliklinik jantung RSUD dr. Moewardi surakarta. *Jurnal kesehatan*, 2(1),11-18.
- Rinaldi, M., & Rohaedi, M. S. (2020). *Buku Jago Futsal*. Ilmu Cemerlang Group.
- Rohman, S. (2015). Pengaruh Pelatihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Kelincahan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 3(2).
- Sajoto. (1988). Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Jakarta: Bumi Aksara.
- Simon, R. (2006). Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan VO2MAX Antara Anak20 Tunagrahita Ringan dengan Anak Normal.
- Sleman, P. P., & Raharjo, D. B. (2017) Tingkat Pemahaman Peraturan Permainan Sepak Bola (*Laws of The Game*) Wasit C-1 dan C-2.
- Sudirman, S., & Badaru, B. (2019). *Survei VO2Max Pada Ekowowits Futsal Club Kota Makassar (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar)*.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Suharno, H.P. (1985). Ilmu Kepeleatihan Olahraga. Yogyakarta.
- Tenang, J. D. (2008). *Mahir Bermain Futsal: Dilengkapi Teknik dan Strategi Bermain*. DAR! Mizan.
- Ulfa, R. (2021). Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan. *AL-Fathonah*, 1(1), 342-351.
- Wildan, D.T. (2020). Survey Tingkat Daya Tahan pada Wasit Futsal Se Kabupaten Tulungagung Tahun 2018/2019. Artikel Skripsi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia Kediri.
- Wiono, A., Nurudin, A. A., & Maulana, F. (2020). Survei Kondisi Kebugaran Wasit Futsal SukWabumi Tahun 2019. *Jurnal Syntax Transformation*, 1(6),234-240.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Pembimbing

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**
Jalan Colombo, Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092
Laman: fik.uny.ac.id Surel: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 038/PKL/II/2022
Lamp. : 1 Eksemplar proposal
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada Yth
Bapak : Herwin, M.Pd

Disampaikan dengan hormat, bahwa dalam rangka penyelesaian tugas akhir, dimohon kesediaan Bapak / Ibu untuk membimbing mahasiswa di bawah ini :


iNama : Syahril Arsyad
NIM : 18602244034

Dan telah mengajukan proposal skripsi dengan judul/topik :

TINGKAT KONDISI FISIK WASIT FUTSAL AFK KABUPATEN TUBAN TAHUN 2022

Demikian atas kesediaan dan perhatian dari Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 15 Februari 2022


Kajur PKL,


**) Blangko ini kalau sudah selesai
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL
Menurut BAN PT lama Bimbingan minimal 8 kali*

Prof. Dr. Endang Rini Sukanti, M.S
NIP. 19600407 198601 2 001

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Pihak Universitas Negeri Yogyakarta

SURAT IZIN PENELITIAN https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN
TEKNOLOGI**

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Ccolombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 859/UN34.16/PT.01.04/2022 2 Maret 2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**


Yth. Abdul Mutholib (Ketua Komisi Wasit Futsal AFKAB Tuban)
Jl. Manunggal No.9, Keduran, Gedongombo, Kec. Semanding, Kabupaten Tuban, Jawa Timur 62391

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Syahril Arsyad
NIM	: 18602244034
Program Studi	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022
Waktu Penelitian	: Minggu, 6 Maret 2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,


D. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

1 dari 1

04/03/2022 10:41

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Pihak AFKAB Tuban



**ASOSIASI FUTSAL
KABUPATEN TUBAN
PROVINSI JAWA TIMUR**

Sekretariat : Jl. Manunggal, Lapangan Futsal Manunggal, Hp. 085730413600

Tuban, 09 Maret 2022

Nomor : 34/AFKAB.T/III/2022

Sifat : Penting

Lampiran : -

Perihal : Surat Balasan Permohonan Penelitian

Kepada Yth :

KEPALA PRODI PENDIDIKAN

KEPELATIHAN OLAHRAGA

di-

TEMPAT

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Salam Olahraga.

Menindaklanjuti surat dari Universitas Negeri Yogyakarta Fakultas Ilmu Keolahragaan nomor : 859/UN34.16/PT.01.04/2022 berkenaan dengan Permohonan Izin Penelitian, bersamaan ini kami memberikan izin penelitian kepada :

Nama : Syahril Arsyad

NIM : 18602244034

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1

Judul Tugas Akhir : Tingkat Kondisi Fisik Wasit Futsal Asosiasi Futsal Kabupaten Tuban Tahun 2022

Demikian surat ini kami sampaikan atas kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum. Wr.Wb.


Hormat Kami,

Asosiasi Futsal Kab. Tuban


ROKHADI, SE. MM.,

Ketua

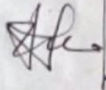
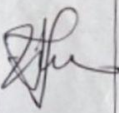
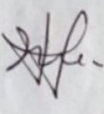
Lampiran 4. Surat Keterangan Bimbingan TAS




KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Jalan Colombo, Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092
Laman: fik.uny.ac.id Surel: humas_fik@uny.ac.id

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Syahril Arsyad
NIM : 18602244034
Pembimbing : Herwin, M.Pd

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
1.	16-2-2022	1. Tittle tulis qumala pambun penelitian TAS 2. Latar belakang masalah; munculkan petunjuk penelitian 3. Maksud dan tujuan masalah tsb harus ada & LRA. 4. Langkah kerja teor dan kempu aspien.	
2.	23-2-2022	1. Tittle tulis 2. Rapihan latar belakang masalah 3. Justifikasi: eel validasi dan reliabilitas 4. Cara tny belanjifilasi kumal ts.	
3.	2-3-2022	1. Cari belanjifilasi (rumus) dari Yogyakarta/Indonesia 2. Kemungkinan konflik di antara 3. Petunjuk pelaksanaan ts. 4. Uraian ipa penelitian	

Kajur PKL,

Prof. Dr. Endang Rini Sukanti, M.S
NIP. 19600407 198601 2 001

*) Bblanko ini kalau sudah selesai Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Jalan Colombo, Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092
Laman: fik.uny.ac.id Surel: humas_fik@uny.ac.id

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Syahril Arsyad
NIM : 18602244034
Pembimbing : Herwin, M.Pd

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
4	7-3-2022	- Tolak kritik dan Drafter P.1, blem. di perbaiki - Pembinaan poin, untuk hasil tes AKIET. - Aspek yang menyumbang data untuk di analisis personal yang di beri permasalahan yang terkait - Ketelitian dan aspek (yang terkait) - Lembar dengan prosedur	
5	16-3-2022	- Jelaskan analisis data - Matriks variabel & kaitan kali & b. dan reliabilitas untuk kelompok, untuk tawar Tuliskan. - Untuk hipotesis kondisi final matriks & kaitan : oper variabel di semua keseluruhan.	
6	22-3-22	- Hasil deskripsi data, P.1 & II di analisis. Berilah per 1 dan ke, dari hasil T-tes - Penjelasan no gambar dan tabel - Untuk Laporan IAS sendiri - Cek kelegapan Laporan, tabel.	

Kajur PKL

*) Blngko ini kalau sudah selesai
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL

Prof. Dr. Endang Rini Sukanti, M.S
NIP. 19600407 198601 2 001

Lampiran 5. Daftar Anggota Wasit Futsal AFKAB Tuban

NAMA WASIT	LEVEL LISENSI
Abdul Mutholib	Level 3
Yoggivani Alfatiyano	Level 3
Rizki Latif Pradana	Level 3
Ahmad Habibul Ahkom	Level 3
Reza Ahmad Kurniawan	Level 2
Setiawan Adi Marzuna	Level 3
Yhonandha Novieanto Adhi	Level 3
Yahya Wahyulianata	Level 3
Hasan Maulana	Level 3
Widodo Cahyono Putro	Belum Lisensi
Nasichi	Level 3
Ashri Abrori	Level 2
Akhmad Syalahuddin	Level 3
Yahya Hasan	Level 3
Jimmy Jombara	Level 3
Zhanssen Firdaus	Belum Lisensi
Budi Saputro	Level 3
Saiful Asari	Level 3
Mas'ud Huda	Belum Lisensi
Fadly Sholikin	Level 3

Lampiran 6. Hasil Data Kasar Keseluruhan Tes Kondisi Fisik wasit futsalAFKAB Tuban

NO	Nama Wasit	Speed Test			CODA Test			ARIET Test	
		St1	St2	StT	St1	St2	StT	St	SL
1	Abdul Mutholib	02,50	02,47	02,47	10,16	09,12	09,12	950	14
2	Yoggivani Alfatiyano	02,54	02,53	02,53	09,71	09,65	09,65	975	14
3	Rizki Latif Pradana	02,36	02,39	02,36	09,53	09,51	09,51	585	13.5
4	Ahmad Habibul Ahkom	03,09	02,88	02,88	09,55	09,62	09,55	560	13.5
5	Reza Ahmad Kurniawan	02,58	02,61	02,58	09,51	09,55	09,51	1.170	15
6	Setiawan Adi Marzuna	02,52	02,77	02,52	09,63	09,49	09,49	585	13.5
7	Yhonandha Novieanto Adhi	02,34	02,53	02,34	09,03	09,10	09,03	1.015	14.5
8	Yahya Wahyulianata	02,58	02,57	02,57	10,16	09,75	09,75	570	13.5
9	Hasan Maulana	02,27	02,36	02,27	09,47	09,53	09,47	1.170	15
10	Widodo Cahyono Putro	02,65	02,63	02,63	09,18	09,34	09,18	690	13.5
11	Nasichi	02,41	02,55	02,41	09,33	09,40	09,33	1.015	14.5
12	Ashri Abrori	02,53	02,44	02,44	09,45	09,37	09,37	1.170	15
13	Akhmad Syalahuddin	02,57	03,13	02,57	09,41	09,48	09,41	1.170	15
14	Yahya Hasan	02,50	02,49	02,49	09,02	09,12	09,02	1.170	15
15	Jimmy Jombara	02,47	02,31	02,31	09,62	09,57	09,57	1.170	15
16	Zhanssen Firdaus	02,78	02,65	02,65	09,24	09,30	09,24	1.050	14.5
17	Budi Saputro	03,12	02,89	02,89	10,20	09,89	09,89	715	13.5
18	Saiful Asari	02,68	02,73	02,68	09,39	09,47	09,39	1.170	15
19	Mas'ud Huda	02,90	02,69	02,69	09,22	09,20	09,20	925	14
20	Fadly Sholikin	02,51	02,56	02,51	09,51	09,56	09,51	975	14

Lampiran 7. Hasil Data T-Skor Keseluruhan Tes Kondisi Fisik Wasit FutsalAFKAB Tuban
yang dipakai

Nama Wasit	TSPT	TCODAT	TARIETJT	TOTALTSKOR
Abdul Mutholib	54.13	62.60	50.43	167.15
Yoggivani Alfatiyano	50.56	39.54	51.49	141.59
Rizki Latif Pradana	60.67	45.63	34.85	141.15
Ahmad Habibul Ahkom	29.76	43.89	33.78	107.43
Reza Ahmad Kurniawan	47.59	45.63	59.82	153.04
Setiawan Adi Marzuna	51.16	46.50	34.85	132.50
Yhonandha Novieanto Adhi	61.86	66.51	53.20	181.57
Yahya Wahyulianata	48.19	35.19	34.21	117.58
Hasan Maulana	66.02	47.37	59.82	173.21
Widodo Cahyono Putro	44.62	59.99	39.33	143.93
Nasichi	57.70	53.46	53.20	164.36
Ashri Abrori	55.91	51.72	59.82	167.45
Akhmad Syalahuddin	48.19	49.98	59.82	157.98
Yahya Hasan	52.94	66.95	59.82	179.71
Jimmy Jombara	63.64	43.02	59.82	166.48
Zhanssen Firdaus	43.43	57.37	54.70	155.50
Budi Saputro	29.16	29.09	40.40	98.66
Saiful Asari	41.65	50.85	59.82	152.31
Mas'ud Huda	41.05	59.12	49.36	149.53
Fadly Sholikin	51.75	45.63	51.49	148.87

Keterangan:

1. TSPT = T-Skor Speed Test
2. TCODAT = T-Skor CODA Test
3. TARIETJT = T-Skor ARIET Test Jarak Tempuh
4. TOTALSKOR = Total T-Skor (Speed Test, CODA Test, ARIET Test)

Lampiran 8. Dokumentasi Berlangsungnya Tes Kecepatan (Speed Test 20 Meter)



Lampiran 9. Dokumentasi Berlangsungnya Tes Kelincahan (CODA Test)



Lampiran 10. Dokumentasi Berlangsungnya Tes Daya Tahan (ARIET Test)

