



Analysis Conditions Basketball Referee Riau (AWABRI)

Oki Candra¹⁾, Dupri²⁾, Nesh Putri Irshanty³⁾

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam Riau, Kota Pekanbaru, Riau, Indonesia

Email: ¹okicandra@edu.uir.ac.id, ²dupri@edu.uir.ac.id, ³neshaputriirshanty@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the extent of the condition of Riau basketball referees. This research is descriptive with a quantitative approach. The population in the study was Riau basketball referee (AWABRI), amounting to 12 people. The sampling technique in this study is this purposive sampling where the referee taken is the referee who is active in leading the match. The results of research conducted on the son referee, the physical condition of Riau putera basketball referee with an average score of 8.3 by percentage 90%, so the physical condition category of Riau son referee basketball is included in the medium category. Whereas for Riau women's basketball referees with a score of 10 by percentage 50%, the physical condition of Riau women's basketball referees is included in the Good category

Keywords: *Physical Condition, Referee, Basketball*

Analisis Kondisi Fisik Wasit Bola Basket Riau (AWABRI)

ABSTRAK

Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat kondisi wasit bola basket Riau. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Adapun populasi pada penelitian adalah wasit bola basket Riau (AWABRI) yang berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah purposive sampling dimana wasit yang diambil adalah wasit yang aktif dalam memimpin pertandingan. Hasil penelitian dilakukan pada wasit putra maka kondisi fisik wasit bola basket putra Riau dengan skor rata-rata 8,3 dengan persentase 90%, jadi kategori kondisi fisik wasit bola basket putra Riau termasuk dalam kategori Sedang. Sedangkan untuk wasit bola basket putri Riau dengan skor 10 dengan persentase 50%, jadi kondisi fisik wasit bola basket putri Riau termasuk dalam kategori Baik.

Kata Kunci: Kondisi Fisik, Wasit, Bola Basket

© 2020 IKIP BUDI UTOMO MALANG

P-ISSN 2613-9421

E-ISSN 2654-8003

Info Artikel

Dikirim : 14 April 2020

Diterima : 28 April 2020

Dipublikasikan : 11 Mei 2020

✉ Alamat korespondensi: okicandra@edu.uir.ac.id,

Universitas Islam Riau, Jl. Kaharuddin Nst No.113, Simpang Tiga, Kec. Bukit Raya, Kota Pekanbaru, Riau 28284, Indonesia

PENDAHULUAN

Salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh anak-anak sekolah, dewasa sampai orang tua adalah bola basket. Bola basket adalah olahraga berkelompok yang dimainkan baik oleh wanita maupun pria. Di dalam olahraga bola basket menuntut anggota tim untuk bekerjasama dalam membobol ring lawan dengan teknik yang baik dan benar sebaliknya mempertahankan ring kita agar tidak kebobolan dari tim lawan. Permainan bola basket merupakan olahraga *team work* atau kerjasama tim, di mana dalam membobol ring lawan kita harus bekerjasama untuk bagaimana bola masuk ke ring lawan tersebut dan mendapat angka.

Dalam permainan bola basket bukan hanya saja pemain yang harus mempunyai kondisi fisik akan tetapi yang menjadi pemimpin di lapangan yaitu wasit harus juga mempunyai kondisi fisik yang prima dan maksimal. Untuk itu kondisi fisik wasit bola basket bisa dikatakan sama dengan kondisi fisik seorang pemain/atlet. “Pemain basket yang harus bergerak berlari bolak-balik dengan jarak di lapangan yang cukup besar dengan ukuran 28 m x 15 m selama pertandingan yang berlangsung dengan durasi waktu 4 x 10 menit atau bahkan bisa lebih (Fiba, 2010).” Pertandingan bola basket tidak sempurna rasanya jikalau tidak ada yang mengadili pertandingan di lapangan, peran ini biasa disebut dengan wasit. Pertandingan bola basket diadili oleh satu orang *referee* atau wasit utama dan dua orang *umpire* atau biasa disebut dengan wasit pendamping. Untuk menjadi seorang wasit bola basket harus paham dengan aturan yang telah ditentukan oleh *rules fiba* yaitu mempunyai tugas dan wewenang yang harus dijalankan.

Adapun tugas dan wewenang wasit bola basket menurut (Fiba, 2018) adalah sebagai berikut: 1) “wasit mempunyai wewenang untuk membuat keputusan pada suatu penyimpangan peraturan yang dilakukan baik di dalam atau di luar garis batas termasuk petugas meja, bangku cadangan dan daerah dekat belakang garis, 2) wasit meniupkan peluitnya ketika terjadi suatu penyimpangan peraturan berakhirnya periode atau wasit menemukan suatu yang dianggap perlu untuk menghentikan pertandingan. Wasit tidak akan meniupkan peluitnya setelah terjadi bola masuk, sebuah *free throw* yang berhasil atau ketika bola menjadi hidup, 3)

ketika memutuskan suatu persinggungan perseorangan atau *violation* pada setiap kejadian wasit akan memperhatikan dan mempertimbangkan prinsip-prinsip dasar sebagai berikut: a) semangat dan tujuan peraturan dan kewajiban untuk menjunjung tinggi integritas, b) konsisten dalam menerapkan konsep, b) konsisten dalam menerapkan akal sehat disetiap pertandingan, c) konsisten dalam menjaga keseimbangan antara pengendalian pertandingan dan alur pertandingan, d) apabila protes diajukan oleh suatu tim, *crew chep* seharusnya setelah menerima laporan alasan protes melaporkan kejadian tersebut secara tertulis kepada badan penyelenggara dari kompetisi tersebut, e) jika seorang wasit cedera atau dengan alasan lain tidak dapat melanjutkan untuk melaksanakan tugasnya dari 5 menit dari kejadian. f) untuk semua pertandingan internasional jika dibutuhkan komunikasi secara lisan untuk menjelaskan suatu keputusan, g) setiap wasit mempunyai wewenang untuk membuat keputusan dalam tugasnya, tetapi dia tidak punya kewenangan untuk mengabaikan atau menentang keputusan yang dibuat oleh wasit, h) pelaksanaan dan interpretasi peraturan bola basket oleh para wasit, terlepas dari apakah keputusan wasit dibuat dengan tegas atau tidak, adalah mutlak dan tidak dapat diganggu gugat atau diabaikan.”

Pendapat di atas menegaskan bahwa tugas dan wewenang wasit sangat banyak sekali yang sudah ditentukan oleh *Rules Fiba*. Terutama dalam memimpin peluit pertandingan dari awal sampai akhir pertandingan. Di dalam memimpin pertandingan wasit harus mengetahui aturan yang telah ada supaya jikalau ada pertanyaan atau sanggahan dari pemain di lapangan bisa menjelaskan sesuai aturan. Selanjutnya wasit juga mempunyai beberapa prinsip dasar yang sudah baku.

Adapun prinsip-prinsip dasar seorang wasit bola basket yang dikatakan oleh (Fiba, 2010) adalah sebagai berikut: “1) Semangat dan tujuan dari peraturan dan kebutuhan untuk menjunjung tinggi integritas pertandingan, 2) konsisten dalam menerapkan konsep *advantage/diadvantage* dengan jalan wasit tidak akan mencari-cari untuk menghentikan jalannya pertandingan yang tidak perlu untuk menghukum persinggungan perorangan yang tidak sengaja dan tidak memberikan keuntungan bagi pemain tersebut ataupun menempatkan lawannya dalam suatu kerugian, 3) konsisten dalam menerapkan akal sehat pada tiap pertandingan,

mengingat kemauan tentang pemain dan sikap serta tingkah laku mereka selama pertandingan, 4) konsisten dalam menjaga keseimbangan antara penguasaan pertandingan dan jalannya pertandingan, mempunyai kepekaan atas apa yang sedang diusahakan untuk dilakukan oleh peserta dan memutuskan apa yang benar untuk pertandingan.”

Seorang wasit dituntut untuk cepat, tanggap dan tepat dalam mengambil keputusan dalam berbagai situasi. Terutama situasi yang membutuhkan mobilitas yang cepat seperti peraturan delapan detik dan strategi *fastbreak* oleh karena itu seorang wasit bola basket membutuhkan kondisi fisik yang baik disetiap pertandingan bola basket yang dipimpinnya. Kondisi fisik sangat berperan terhadap kemampuan tubuh seorang wasit untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Dengan mengeluarkan energi yang cukup besar, untuk memenuhi kebutuhannya dan menikmati waktu luang serta untuk memenuhi keperluan bila sewaktu-waktu diperlukan. Artinya kondisi fisik yang baik sangat dibutuhkan oleh seseorang untuk melaksanakan berbagai aktivitas.

Kondisi fisik harus dilatih secara terus menerus supaya daya tahan tubuh kita terjaga dengan baik dan bugar. Menurut pendapat (Candra et al., 2019) “latihan-latihan kondisi fisik yang diberikan terutama harus dapat mengembangkan kemampuan kondisi fisik umum dan khusus sesuai kebutuhan olahraganya yang diperlukan untuk pertandingan/kompetisi, pembentukan kondisi fisik yang diperlukan dalam pertandingan memerlukan waktu yang cukup lama dan harus dilakukan dengan suatu perencanaan latihan yang terarah dan sistematis.”

Kondisi fisik merupakan peranan yang sangat penting untuk mempertahankan dan meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Kian tinggi tingkat kondisi fisik seseorang kian tinggi pula kemampuan kerja fisiknya. (Hanief, Y. N., Puspodari, P., Lusianti, S., & Apriliyanto, 2016) “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.” Dalam kutipan di atas menjelaskan bahwa

kondisi merupakan sebuah komponen yang tak terlepas oleh manusia, karena hal yang sangat penting untuk dijaga dan dikembangkan terus menerus.”

(Cleland et al., 2005) “Mengungkapkan bahwa aktivitas fisik merupakan suatu kejadian yang memerlukan energi.” Dalam hal ini di dalam peningkatan kondisi fisik maka semuanya komponen kondisi fisik seseorang harus berkembang. Dari pernyataan di atas bahwa kondisi fisik hal yang penting dalam suatu proses latihan dengan melakukan latihan fisik yang terprogram dan terstruktur maka kita akan bugar dalam melakukan aktifitas sehari-hari”.

Di samping itu (Said Junaidi, Sugiarto, 2014) “ada komponen yang dapat dikategorikan sebagai komponen kondisi fisik yaitu: 1) Kekuatan (*strength*), 2) Daya tahan (*endurance*), 3) Daya otot (*muscular power*), 4) Kecepatan (*speed*), 5) Daya lentur (*flexibility*), 6) Kelincahan (*agility*), 7) Koordinasi (*coordination*), 8) Keseimbangan (*balance*), 9) Ketepatan (*acuracy*), 10) Reaksi (*reaction*).”

Menurut penjelasan di atas bahwa kemampuan kondisi fisik yang terdapat lima unsur yaitu kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan dan koordinasi yang cepat sangat berguna untuk pertandingan atau kompetisi, karena pada saat pertandingan memerlukan waktu yang cukup lama sehingga banyak menguras tenaga, dalam upaya meningkatkan kondisi fisik itu diperlukan latihan-latihan yang sistematis.

Adapun gambaran kebutuhan kondisi fisik wasit yang utama dibutuhkan adalah daya tahan. Menurut (Ramadan & Sidiq, 2019) “daya tahan *cardiovascular* merupakan kemampuan tubuh yang mampu bekerja lama tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan pekerjaan tersebut.” Latihan daya tahan dipengaruhi oleh kualitas sistem kardiovaskular, oleh karena itu faktor yang mempengaruhi daya tahan adalah kemampuan maksimal dalam memenuhi konsumsi oksigen atau *Vo2max* dan wasit juga harus didukung dengan kecepatan yang baik dan maksimal”. Selain daya tahan wasit bola basket juga harus mempunyai kecepatan yang baik. Kecepatan salah satu komponen biomotor yang diperlukan setiap cabang olahraga. Setiap aktivitas olahraga baik bersifat permainan, perlombaan, maupun pertandingan selalu memerlukan komponen biomotor kecepatan, (Nuryadi & Firmansyah, 2018).”

Kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan secara secepat cepatnya dengan waktu yang sesingkat-singkatnya. Jadi seorang wasit harus mempunyai kecepatan sebanding dengan pemain supaya tidak tertinggal jauh apabila sedang melakukan tugas wasit. Dengan mempunyai kecepatan yang baik dan benar maka mudah seorang wasit dalam melakukan tugasnya ditambah juga dengan mempunyai kelincahan yang baik.

Kelincahan merupakan kemampuan gerakan merubah arah dengan cepat. Menurut (Ahmadi, 2014) “Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat dengan tanpa kehilangan keseimbangan”. Dengan mempunyai gerakan kelincahan yang baik dan maksimal seorang wasit mudah melakukan gerakan mengubah arah dalam transisi pertandingan. Untuk itu peran kelincahan sangat dibutuhkan. Seorang wasit bola basket apabila mempunyai kelincahan yang baik akan mudah dalam mengatur dan merubah arah larinya seketika permainan berjalan dengan gesit.”

Jika seorang wasit mempunyai unsur kondisi fisik yang baik, maka mudah melakukan pekerjaan yang digelutinya. Di dalam kondisi fisik wasit bola basket ini ada beberapa item diantaranya daya tahan, kecepatan, kelincahan dan lainnya. Apabila item kondisi fisik tersebut terpenuhi oleh wasit bola basket, maka di dalam memimpin suatu pertandingan ini terasa rilek sampai akhir pertandingan. Apalagi didukung oleh program latihan kondisi fisik yang kontinu dan faktor pendukung lainnya.

METODE

Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Menurut (Sukardi, 2003) yang menerangkan “penelitian dengan pendekatan deskriptif adalah suatu penelitian yang dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan-keadaan nyata sekarang. Tujuan utama kita dalam menggunakan metode ini adalah untuk menggambarkan sifat suatu keadaan yang sementara berjalan pada saat penelitian dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala tertentu.”

Adapun populasi pada penelitian adalah wasit bola basket Riau. Di dalam penelitian ini penulis mengambil wasit yang aktif se- Provinsi Riau yang berjumlah 12 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang

dimiliki oleh populasi tersebut. Populasi atau sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah wasit AWABRI Riau. Untuk teknik dalam pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *purposive sampling* yaitu sebanyak 12 orang. Untuk instrumen yang digunakan dalam *research* ini menggunakan tes *balke test* 15 menit untuk *Vo2max*, instrumen tes kecepatan digunakan tes lari 50 m dan tes kelincahan menggunakan tes *Illinois Agility run*.

Untuk memperoleh suatu kelompok masalah yang diteliti, maka analisis data merupakan salah satu langkah penting dalam penelitian, karena dengan analisis data juga dapat ditarik kesimpulan mengenai masalah yang diteliti. Dalam penelitian ini juga dapat diambil analisis deskriptif yang bertujuan ingin menggambarkan keadaan suatu status atau fenomena. Dalam hal ini penulis ingin mengetahui gambaran tentang analisis kebutuhan kondisi fisik wasit bola basket Riau (AWABRI). Maka penelitian ini memakai rumus berdasarkan pendapat (Agustin, 2017). Rumus persentase yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F \times 100 \%}{N}$$

Keterangan

P = prosentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diolah di dalam penelitian ini adalah data analisi kondisi fisik wasit bola basket Riau. Adapun tes yang digunakan adalah *VO₂ max Balke tes* 15 menit, tes kecepatan lari 50 meter, dan tes *agility (Illinois)*.

Berdasarkan hasil tes *Vo2max* menggunakan *Balke tes* 15 menit wasit putra bola basket Riau maka untuk putra didapatkan 5 kelas interval, yaitu pada kelas pertama dengan rentang 61.00 ke atas sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, pada kelas interval kedua dengan rentang 60.90 - 55.10 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, pada kelas interval ketiga dengan rentang 55.00 - 49.20 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, pada kelas interval keempat dengan rentang 49.10 - 43.30 sebanyak 1 orang dengan persentase 10%, dan pada kelas interval kelima

dengan rentang 43.20 ke bawah sebanyak 9 orang dengan persentase 90%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Data Tes *Vo2 Max (Balke Tes 15 Menit)* Putra Wasit Bola Basket Riau

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	61.00 ke atas	0	0%
2	60.90 – 55.10	0	0%
3	55.00 - 49.20	0	0%
4	49.10 - 43.30	1	10%
5	43.20 ke bawah	9	90%
	Jumlah	10	100%

Hasil tes *Vo2 max* menggunakan *Balke tes 15 menit* wasit putri bola basket Riau maka didapatkan 5 kelas interval, yaitu pada kelas pertama dengan rentang 54.30 ke atas sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, pada kelas interval kedua dengan rentang 54.20 – 49.30 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, pada kelas interval ketiga dengan rentang 49.20 - 44.20 sebanyak 1 orang dengan persentase 50%, pada kelas interval keempat dengan rentang 44.10 – 39.20 sebanyak 1 orang dengan persentase 50%, dan pada kelas interval kelima dengan rentang 39.10 ke bawah sebanyak 0 orang dengan persentase 0%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Data Tes *Vo2 Max (Balke Tes 15 Menit)* Putri Wasit Bola Basket Riau

No	Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
	54.30 ke atas	0	0%
	54.20 – 49.30	0	0%
	49.20 – 44.20	1	50%
	44.10 – 39.20	1	50%
	39.10 ke bawah	0	0%
	Jumlah	2	100%

Hasil tes kecepatan lari 50 meter wasit putra bola basket Riau maka didapatlah 5 kelas interval, yaitu pada kelas interval pertama dengan rentang s/d 6.70 sebanyak 3 orang dengan persentase sebesar 30%, pada kelas interval kedua dengan rentang 6.80 – 7.60 sebanyak 7 orang dengan persentase sebesar 70%, pada kelas interval ketiga dengan rentang 7.70 – 8.70 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, pada kelas keempat dengan rentang 8.80 – 10.30 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, dan pada kelas kelima dengan rentang 10.40 dst sebanyak

0 orang dengan persentase 0%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3. Data Tes Kecepatan 50 Meter Putra Wasit Bola Basket Riau

No	Interval	Frekuensi Absolut	frekuensi Relatif
1	s/d 6.70	3	30%
2	6.80 – 7.60	7	70%
3	7.70 – 8.70	0	0%
4	8.80 – 10.30	0	0%
5	10.40 dst	0	0%
Jumlah		10	100%

Hasil tes kecepatan lari 50 meter wasit putri bola basket Riau maka didapatkanlah 5 kelas interval, yaitu pada kelas interval pertama dengan rentang s/d 7.70 sebanyak 1 orang dengan persentase sebesar 50%, pada kelas interval kedua dengan rentang 7.80 – 8.70 sebanyak 0 orang dengan persentase sebesar 0%, pada kelas interval ketiga dengan rentang 8.80 – 9.90 sebanyak 1 orang dengan persentase 50%, pada kelas keempat dengan rentang 10.0 – 11.90 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, dan pada kelas kelima dengan rentang 12.0 dst sebanyak 0 orang dengan persentase 0%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4. Data Tes Kecepatan 50 Meter Putri Wasit Bola Basket Riau

No	Interval	Frekuensi Absolut	frekuensi Relatif
1	s/d 7.70	1	50%
2	7.80 – 8.70	0	0%
3	8.80 – 9.90	1	50%
4	10.0 – 11.90	0	0%
5	12.0 dst	0	0%
Jumlah		2	100%

Hasil tes kelincahan (*Illinois agility test*) wasit bola basket Riau maka didapatkanlah 5 kelas interval, yaitu pada kelas interval pertama dengan rentang <15.20 sebanyak 0 orang dengan persentase sebesar 0%, pada kelas interval kedua dengan rentang 15.20 – 16.10 sebanyak 2 orang dengan persentase sebesar 20%, pada kelas interval ketiga dengan rentang 16.20 – 18.10 sebanyak 7 orang dengan persentase 70%, pada kelas keempat dengan rentang 18.20 – 18.30 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, dan pada kelas kelima dengan rentang >18.30 dst

sebanyak 1 orang dengan persentase 10%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 5. Data Tes Kelincahan (*Illinois agility test*) Putra Wasit Bola Basket Riau

No	Interval	Frekuensi Absolut	frekuensi Relatif
1	< 15.20	0	0%
2	15.20 – 16.10	2	20%
3	16.20 – 18.10	7	70%
4	18.20 – 18.30	0	0%
5	>18.30	1	10%
Jumlah		10	100%

Hasil tes kelincahan (*Illinois agility test*) wasit bola basket Riau maka didapatkan 5 kelas interval, yaitu pada kelas interval pertama dengan rentang <17.00 sebanyak 0 orang dengan persentase sebesar 0%, pada kelas interval kedua dengan rentang 17.0 – 17.90 sebanyak 0 orang dengan persentase sebesar 0%, pada kelas interval ketiga dengan rentang 18.0 – 21.70 sebanyak 2 orang dengan persentase 100%, pada kelas keempat dengan rentang 21.80 – 23.0 sebanyak 0 orang dengan persentase 0%, dan pada kelas kelima dengan rentang >23.0 dst sebanyak 0 orang dengan persentase 0%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 6. Data Tes Kelincahan (*Illinois agility test*) Putri Wasit Bola Basket Riau

No	Interval	Frekuensi Absolut	frekuensi Relatif
1	<17.00	0	0%
2	17.0 – 17.90	0	0%
3	18.0 – 21.70	2	100%
4	21.80 – 23.0	0	0%
5	>23.0	0	0%
Jumlah		2	100%

Setelah dilakukan analisis data yang diperoleh menggunakan statistik, maka diadakan tes terhadap kondisi fisik wasit bola basket Putra Riau ternyata dari 10 wasit Putra yang dijadikan sampel terdapat, 1 orang dengan persentase 10% yang tergolong kategori baik dan 9 orang dengan persentase 90% pada kategori Sedang. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 7. Kategori Kondisi Fisik Wasit Bola Basket Putra Riau

No	Kategori	Wasit		
		Interval	Frekuensi	Persentase
1	Baik Sekali (BS)	15 – 13	0	0%
2	Baik (B)	12 – 10	1	10%
3	Sedang (S)	9 – 7	9	90%
4	Kurang (K)	6 – 4	0	0%
5	Kurang Sekali (KS)	3 – 1	0	0%
Jumlah			10	100%

Berdasarkan analisis penelitian dan diuji kebenarannya berdasarkan fakta yang ditemui bahwa tingkat kondisi fisik wasit bola basket Putra dengan menggunakan tiga item tes yakni, *Vo2max (balke test 15 menit)*, kecepatan (*sprint 50 meter*) dan kelincahan (*Illinois agility run*) dari hasil tes dan penjumlahan tergolong Sedang dengan persentase 90% atau sebanyak 9 orang dari 10 sampel yang diteliti, sedangkan dari hasil tes yang kategori Baik dengan persentase 10% atau sebanyak 1 orang dari 10 sampel yang diteliti. Dari hasil penjumlahan rata-rata skor tingkat kondisi fisik wasit bola basket Putra didapat skor 8,3 dilihat dari norma maka klasifikasinya tergolong **Sedang**.

Selanjutnya setelah dilakukan analisis data, maka diadakan tes terhadap kondisi fisik wasit bola basket Putri Riau ternyata dari 2 wasit Putri yang dijadikan sampel terdapat, 1 orang dengan persentase 50% yang tergolong kategori baik dan 1 orang dengan persentase 50% yang tergolong kategori sedang. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 8. Kategori Kondisi Fisik Wasit Bola Basket Putri Riau

No	Kategori	Wasit		
		Interval	Frekuensi	Persentase
1	Baik Sekali (BS)	15 – 13	0	0%
2	Baik (B)	12 – 10	1	50%
3	Sedang (S)	9 – 7	1	50%
4	Kurang (K)	6 – 4	0	0%
5	Kurang Sekali (KS)	3 – 1	0	0%
Jumlah			2	100%

Berdasarkan analisis penelitian dan diuji kebenarannya berdasarkan fakta yang ditemui bahwa tingkat kondisi fisik wasit bola basket putra dari hasil tes dan penjumlahan tergolong Sedang dengan persentase 50% atau sebanyak 1 orang dari

2 sampel yang diteliti, sedangkan dari hasil tes yang kategori Baik dengan persentase 50% atau sebanyak 1 orang dari 2 sampel yang diteliti. Dari hasil penjumlahan rata-rata skor kondisi fisik wasit bola basket Putri didapat skor 10 dilihat dari klasifikasinya tergolong Baik. Dengan diperolehnya hasil tes sesuai data yang dijelaskan pada bagian analisa data di atas maka diketahui kondisi fisik wasit bola basket Putri Riau dalam kondisi Baik.

Dari tiga tes kondisi fisik wasit bola basket Riau dengan menggunakan tes *Vo2max (balke test 15 menit)*, kecepatan (*sprint 50 meter*) dan kelincahan (*Illinois agility run*). Berdasarkan hasil dari dari analisis data yang telah dilakukan terlihat analisis kondisi fisik wasit bola basket Putra dari beberapa macam tes yang telah dilakukan di lapangan maka didapatkan hasil penelitian yang terletak dalam kategori Sedang. Sedangkan tingkat kondisi fisik wasit bola basket Putri terletak dalam kategori Baik.

Dari penjelasan data di atas ternyata wasit bola basket Putra yang mengikuti tes sebanyak 10 orang, dan dari 10 orang wasit bola basket yang mengikuti tes 1 orang wasit tergolong baik dengan persentase 10% dan 9 orang wasit tergolong sedang dengan persentase 90%. Sedangkan untuk wasit Putri yang mengikuti tes sebanyak 2 orang, 1 orang wasit tergolong baik dengan persentase 50%, dan 1 orang wasit tergolong sedang dengan persentase 50%.

Penelitian sebelumnya yang sudah pernah diteliti yaitu (Bachtiar, A., & Wiriawan, 2013) ”menghasilkan rata-rata *Vo2max* sebesar 42,04 ml/kg/mnt dapat disimpulkan belum memenuhi kategori untuk menjadi wasit bola basket yang ideal khususnya dalam kategori *VO2max*, dari 15 wasit sebagai sampel dapat diketahui untuk hasil rata-rata *Vo2max* adalah 42.04 ml/kg/mnt. Dari hasil penelitian juga dapat diketahui terdapat 5 wasit (33.33%) dengan kategori memenuhi, 10 wasit (66.7%) dengan kategori tidak memenuhi.”

Kemampuan kondisi fisik merupakan modal utama untuk kemampuan individu seseorang untuk melakukan semua aktifitas gerak. Kondisi fisik merupakan salah satu prasyarat yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga salah satunya adalah *Vo2 max*. *Vo2 max* merupakan salah satu landasan dasar sebagai titik tolak awalan olahraga prestasi. Menurut (Prayuda & Firmansyah, 2017) ”*Vo2 max* adalah jumlah maksimal oksigen yang dapat dikonsumsi selama

aktivitas fisik yang intens sampai akhirnya terjadi kelelahan.” Untuk itu kondisi fisik yang prima dan didukung oleh kondisi fisik lainnya maka menambah kinerja wasit bola basket untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam suatu pertandingan.

Selain itu juga bahwa kondisi fisik bola basket juga didukung oleh kecepatan yang baik. Seperti yang disampaikan oleh (Supian, 2014) “Kecepatan dibutuhkan karena kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh jarak tertentu terutama jarak pendek, dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.” Menurut (Winarno, 2019) kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sependek-pendeknya.”

Untuk itu wasit bola basket dituntut harus cepat dalam mengikuti arah cepatnya pemain yang berlari baik dalam keadaan pemain melakukan *transisi offensive* ke *defensive* ataupun *transisi defensive* ke *offensive*. Selain itu juga wasit bola basket juga harus cepat dalam mengubah arah seketika apabila pemain merubah melakukan transisi seperti yang disampaikan oleh (Gafur, 2016) “Kelincahan sendiri adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu dari satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik.” Dalam hal ini wasit bola basket mempunyai kemampuan kelincahan yang baik karena, apabila wasit basket mempunyai kelincahan yang baik, maka dalam memimpin suatu pertandingan lebih mudah mengubah arah dalam waktu cepat.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas menjelaskan bahwa kondisi fisik bola basket harus dilatih secara kontinu dan terprogram. Dengan terprogramnya latihan lebih mudah nantinya kita dalam memimpin, karena dengan kondisi fisik yang prima, maka seorang wasit siap dalam memimpin suatu pertandingan yang sengit. Kondisi fisik yang selama ini hanya dites *Vo2max*nya saja tetapi di dalam penelitian ini kondisi fisik wasit bola basket di tes tiga item dimulai dari *Vo2max*, kecepatan dan kelincahan. Di dalam memimpin suatu pertandingan bukan hanya daya tahan saja tetapi juga harus mempunyai kecepatan dan kelincahan yang baik dan maksimal.

SIMPULAN

Pada penelitian ini sudah ada yang meneliti tapi hanya fokus pada *Vo2max* nya saja, sementara yang saya teliti sekarang dengan tiga item kondisi fisik wasit bola basket yang dianalisis yaitu *vo2max*, kecepatan dan kelincahan. Dimana hasilnya untuk wasit putra adalah skor rata-rata 8.3 dengan persentase 90% dengan kategori **sedang**. Sedangkan untuk wasit Putri dengan skor rata-rata 10 dengan persentase 50% dengan kategori **Baik**. Tindak lanjut dari penelitian ini diharapkan ada peneliti lain membahas secara mendalam, karena dalam penelitian ini masih ada beberapa item yang perlu dikembangkan lagi oleh peneliti selanjutnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustin, D. (2017). Analisis Kondisi Fisik Atlet Floorball Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 29–36.
- Ahmadi, P. (2014). Studi Analisis Kondisi Fisik (VO2Max) Atlet Futsal SMAN 1 Putri Hijau Kabupaten Bengkulu Utara Tahun Ajaran 2013-2014. In (*Doctoral dissertation, Universitas Bengkulu*).
- Bachtiar, A., & Wiriawan, O. (2013). Survei Kondisi Fisik Wasit Bolabasket Pengcab Perbasi Kota Surabaya (Studi terhadap VO_2 Maks Wasit Bolabasket yang Mempunyai Lisensi C Pengcab Perbasi Kota Surabaya Tahun 2012). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1).
- Candra, O., Dupri, Gazali, N., Khairullazi, & Oktari, A. (2019). Community Education Engagement Journal. In *Community Education Engagement Journal* (Vol. 1, Issue 1, pp. 58–66).
- Cleland, V., Venn, A., Fryer, J., Dwyer, T., & Blizzard, L. (2005). Parental exercise is associated with Australian children's extracurricular sports participation and cardiorespiratory fitness: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2(1), 3.
- Fiba. (2018). *Official Basketball Rules, Basketball Rules And Basketball Equipment 2018*.
- Fiba, C. B. (2010). *Official Basketball Rules 2010*.
- Gafur, A. (2016). Kontribusi Kelincahan dan Kelentkan Tangan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Pemain Bola Basket. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 13(2), 73–88.
- Hanief, Y. N., Puspodari, P., Lusianti, S., & Apriliyanto, A. (2016). Profil Kondisi Fisik Atlet Junior Taekwondo Puslatkot Kediri Tahun 2016 Dalam

- Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (Porprov) Jawa Timur Tahun 2017. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 1(2).
- Nuryadi, A., & Firmansyah, G. (2018). Pengaruh Latihan Ladder Drill Terhadap Kecepatan Lari 60 Meter Pada Siswa Sekolah Bola Basket Loc Sidoarjo. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 2(1), 63–69. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v2i1.191>
- Prayuda, A. Y., & Firmansyah, G. (2017). Pengaruh Latihan Lari 12 Menit dan Lari Bolak Blik Terhadap Peningkatan Daya VO2 max. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(1), 13–22. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i1.247>
- Ramadan, W., & Sidiq, D. Z. (2019). Pengaruh Metode Circuit Training terhadap Daya Tahan Cardiovascular Cabang Olahraga Atletik Nomor Lari Jarak Jauh. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 11(2), 101–105.
- Said Junaidi, Sugiarto, H. A. W. (2014). Profil Kondisi Fisik Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Sma N 02 Ungaran Tahun 2012. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 3(1), 44–48.
- Supian, A. (2014). Kontribusi Kecepatan Lari dan Kelincahan Terhadap Kecepatan Dribbling Bolabasket Pada Pemain Basket Putra SMKN 3 Banjarbaru. *Jurnal Multirateral*, 13(1), 37–53.
- Winarno, W. (2019). Upaya Meningkatkan Kecepatan Kaki Melalui Metode Shadow Badminton Dalam Permainan Bulu Tangkis. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 2(2), 36–47. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v2i2.446>
- Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara