

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin, dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang keolahragaan menjelaskan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya (Undang-Undang RI, 2022).

Olahraga sebagai salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia, telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra bangsa di dunia internasional. Setiap jenis olahraga memiliki ciri khasnya untuk mencapai hasil naik, karena fokus pembinaan setiap jenis olahraga bervariasi bergantung pada pengelompokkannya ke dalam olahraga individual atau tim (Fenanlampir, 2020).

Sepakbola merupakan jenis permainan olahraga yang sangat mudah dimainkan karena hanya dapat menendang bola seseorang dapat memainkan sepakbola. Dalam peraturannya sepakbola dimainkan oleh 2 klub yang masing-masing klub terdiri dari 11 orang pemain dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan sehingga dapat diperoleh hasil dalam suatu permainan sepakbola dengan

menggunakan peraturan sepakbola yang sudah berlaku. Selain pemain juga terdapat pelatih, staf pelatih dalam sebuah klub sepakbola (Emral, 2016).

Sepakbola merupakan olahraga yang membutuhkan tingkat energi dan konsentrasi yang tinggi, dan sepak bola sendiri dapat dipandang memiliki kebutuhan energi yang sama dengan pekerja keras (Bryantara, 2016). Begitu juga seorang wasit, wasit merupakan seorang pengadil di lapangan mempunyai keputusan penuh untuk memutuskan peraturan permainan pada pertandingan dimana ditugaskan sesuai dengan *Law Of The Game* (Yarmani, 2017). Ketika masalah terjadi di lapangan, wasit sering mengalami kondisi fisik dan mental yang buruk, dan banyak tekanan menyebabkan wasit kehilangan kepercayaan, kehilangan motivasi, dan sering membuat keputusan yang buruk. Kebingungan dalam manajemen pertandingan, banyak protes dari pemain dan pelatih.

Kelancaran jalannya suatu pertandingan ditentukan oleh kinerja dan kemampuan wasit dalam mengambil suatu keputusan. Wasit yang ditugaskan dalam suatu kompetisi, hendaknya memahami peraturan permainan dan memiliki kondisi fisik yang bugar (Jatra, 2017). Dengan kondisi yang bugar, menunjang wasit untuk terus berlari mendekati area bola dimainkan. Sehingga wasit dapat melihat dengan jelas kejadian diarea permainan dan diharapkan wasit dapat menghukum pemain yang melakukan pelanggaran peraturan permainan. Modal awal untuk menjadi wasit sepakbola adalah memiliki kondisi fisik yang baik salah satunya daya tahan dan indeks masa tubuh.

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan parameter penting dalam bidang ilmu kesehatan. Ini karena berbagai penyakit dan kondisi mental manusia banyak dikaitkan dengan BMI-nya (Situmorang, 2015).

Rendahnya aktivitas fisik sebagai upaya peningkatan hidup sehat serta terjadinya penumpukan lemak yang berlebihan disebabkan karena asupan energi lebih tinggi dari asupan energi yang dikeluarkan akan menyebabkan nilai IMT akan meningkat (Suryana, 2017).

Sedangkan Daya tahan jantung paru merupakan kapasitas maksimal untuk menghirup, menyalurkan, dan menggunakan oksigen. Seseorang yang memiliki daya tahan paru-jantung baik, tidak akan cepat kelelahan setelah melakukan serangkaian aktivitas (Lubis, 2015).

Kualitas daya tahan jantung paru dinyatakan dalam *VO₂max* yaitu merupakan banyaknya oksigen maksimal yang dapat dikonsumsi secara maksimal dalam satuan ml/Kg BB/menit (Wicaksno, 2014), maka semakin tinggi *VO₂Max* maka ketahanan tubuh saat berolahraga juga semakin tinggi yang berarti seseorang yang memiliki tingkat kebugaran yang baik, namun bila *VO₂max* tinggi maka seseorang tidak akan cepat merasa kelelahan setelah melakukan berbagai aktivitas.

PSSI membentuk cabang-cabang pembentukan baik di tingkat provinsi (asprov) maupun kabupaten (askab). Pembentukan asprov cabang olahraga sepak bola merupakan salah satu usaha regenerasi atau pencarian sumber daya manusia baik atlet maupun wasit yang diharapkan memiliki kualitas. Asprov PSSI provinsi Jambi merupakan salah satu asosiasi provinsi, yang mengelola dan melakukan pembinaan terhadap atlet dan wasit sepak bola yang memiliki kualitas dan tentunya berprestasi di sepak bola provinsi maupun nasional.

Asosiasi PSSI provinsi Jambi khususnya pada Askab di Kabupaten Tanjung Jabung Barat memiliki wasit dari berbagai yang aktif memimpin agenda

baik ditingkat Kabupaten Maupun Provinsi. Di Kecamatan Merlung ini tidak hanya terdapat banyak klub sepakbola amatir namun juga terdapat banyak komunitas wasit, baik wasit C-3 tingkat Kabupaten / Kota dan dan C-1 tingkat Nasional. Selain itu juga di Kecamatan Merlung sering di adakan Kompetisi Piala open CUP baik antar kecamatan maupun antar Club yang ada di Kabupaten Tanjung Jabung Barat. Hal ini merupakan suatu peluang emas bagi wasit-wasit tingkat Askab untuk menunjukkan kemampuan yang dimilikinya dalam memimpin suatu pertandingan. Baik itu kompetisi kelompok umur maupun kompetisi kelompok umum, dari sinilah wasit yang ada Di Jambi dibentuk dan dikumpulkan dalam satu wadah untuk mengembangkan diri sehingga sampailah pada prestasi yang melewati proses yang cukup panjang.

Pada proses pembentukan terdapat beberapa faktor yang sudah diketahui, kondisi mental saat memimpin pertandingan di level amatir maupun profesional pun sering mengalami beberapa hal seperti kurang tenang, kecemasan dan bahkan hilang konsentrasi dalam mengambil sebuah keputusan. Beberapa fenomena yang terjadi dalam dunia persepak bolaan di Indonesia baik level amatir maupun level professional, sehingga masih terjadi permasalahan pada saat pertandingan berlangsung. Wasit lah yang menjadi tokoh utama dalam terjadinya keputusan *kontroversi* tersebut.

Sehingga wasit disini perlu memiliki kondisi fisik yaitu daya tahan paru jantung, serta IMT agar dapat melaksanakan jalannya pertandingan dengan baik, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Daya Tahan *Vo2Max* Wasit sepakbola Berlisence C-3 Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui indeks masa tubuh dan daya tahan pada wasit sepak bola di Kecamatan Merlung Kabupaten Tanjung Jabung Barat saat memimpin pertandingan.
2. Rendahnya indeks masa tubuh dan daya tahan dapat mengganggu konsentrasi dan objektivitas wasit sepakbola dalam memimpin pertandingan.
3. Kondisi mental saat memimpin pertandingan di level amatir maupun profesional pun sering mengalami beberapa hal seperti kurang tenang, kecemasan dan bahkan hilang konsentrasi dalam mengambil sebuah keputusan yang disebabkan daya tahan *cardiovascular* wasit belum baik.

1.3 Batasan Masalah

Permasalahan terkait wasit sepakbola yang banyak terjadi didalam memimpin pertandingan menjadi kompleks. Oleh sebab itu, agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan pertimbangan segala keterbatasan penulis, masalah dalam penelitian ini dibatasi variabel bebas indeks masa tubuh dan variabel terikat daya tahan *vo2max* wasit sepakbola Berlisence C-3 Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan indeks masa tubuh dengan daya tahan *Vo2Max* wasit sepakbola Berlisence C-3 Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan indeks masa tubuh dengan daya tahan *Vo2Max* wasit sepakbola Berlisence C-3 Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis, penelitian ini syarat untuk kelulusan strata satu yang sedang ditempuh, yang diharapkan dapat menjadi penelitian yang berguna dikemudian hari.
2. Bagi wasit sepakbola, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mempersiapkan diri sebelum memimpin suatu pertandingan.
3. Bagi pelaku olahraga sepakbola khususnya, penelitian ini dapat digunakan untuk masukan atau pengetahuan bahwa semua aspek yang berada didalam lapangan sangat penting dan mempunyai peran masing-masing yang bisa berpengaruh dalam pertandingan. Dan diharapkan untuk semua aspek dapat menghormati setiap detiknya pertandingan agar berjalan lancar serta dapat dinikmati dengan sebaik-baiknya oleh semua aspek.