

HUBUNGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DENGAN RASA PERCAYA DIRI WASIT BOLA BASKET

Hernawan Rosyadi; Mulyana; Dadan Mulyana
(PKO FPOK UPI)

=====

Abstrak

Tugas wasit tidaklah mudah dalam memimpin pertandingan, apalagi dengan waktu pertandingan cukup lama, dan pengambilan keputusan dalam hitungan detik, maka timbul masalah yang berhubungan dengan percaya diri dan kebugaran jasmani. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kebugaran jasmani dengan rasa percaya diri wasit bola basket. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Sampel adalah wasit yang berlisensi B yang berada di PERBASI Jawa Barat. Alat ukur yang digunakan adalah test lari multi tahap dan angket percaya diri, uji presentase, uji t, dan uji korelasi. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh temuan bahwa, tingkat kebugaran jasmani wasit basket PERBASI Jawa Barat berada pada kategori tinggi, dan tingkat percaya diri wasit bola basket PERBASI Jawa Barat berada pada kategori baik, dan hubungan tingkat kebugaran jasmani dengan rasa percaya diri wasit bola basket PERBASI Jawa Barat adalah memiliki nilai $r=0.79$ dengan koefisien korelasi kuat atau tinggi. Atas temuan yang didapat, disarankan wasit bola basket mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang tinggi agar mobilitas wasit teratur dalam melihat kejadian diatas lapangan dan percaya diri memimpin pertandingan.

Kata kunci: *Kebugaran Jasmani, Percaya Diri, dan Wasit Bola Basket.*

PENDAHULUAN

Bola basket adalah olahraga yang cukup populer. Penggemarnya yang berasal dari segala usia membuktikan bahwa bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Bola basket dimainkan oleh dua (2) tim yang masing-masing terdiri dari lima (5) pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka.

Meskipun permainan lima lawan lima adalah bentuk permainan bola basket yang paling populer, selama ini telah berkembang berbagai permainan dan pertandingan menghibur yang berkaitan dengan bola basket untuk membantu penggemarnya mengembangkan keterampilan dan pengetahuan dasar mereka.

Jenis permainan atau pertandingan yang dimainkan tergantung pada peralatan yang tersedia, tingkat keterampilan pemain, dan jumlah peserta. Apakah untuk tujuan bersenang-senang atau bertanding, bermain bola basket bisa membuat hidup lebih bermakna dan memberikan kenikmatan sepanjang hayat bagi para penggemar yang memilih "membulatkan tekad" dan memainkan olahraga ini. Pertandingan bola basket dikontrol oleh wasit, petugas meja dan i.

Pertandingan bola basket sering menimbulkan body contact untuk memperebutkan bola dan mencetak point, oleh karena itu dibutuhkan peran seorang wasit untuk memimpin pertandingan supaya tercipta pertandingan yang adil dan kompetitif.

Wasit didalam olahraga bola basket terdiri dari 3 orang wasit yang ada didalam lapangan yang terdiri dari dari *refree*, *umpire 1*, dan *umpire 2* dan setiap wasit mempunyai tugas masing-masing didalam lapangan basket. Pada umumnya pertandingan-pertandingan bola basket tingkat nasional dan resmi menggunakan 3 orang wasit dan untuk pertandingan antar sekolah pada umumnya hanya menggunakan 2 wasit yaitu *refree* dan *umpire*.

Mekanicourt diperlukan wasit basket supaya pergerakan atau mobilitas *refree* dan *umpire* menjadi teratur serta dapat melihat kejadian *foul* atau kesalahan dari sudut yang tepat seperti yang dijelaskan di atas kebutuhan pentingnya kebugaran jasmani, hal ini merupakan modal utama bagi wasit dalam memimpin pertandingan supaya pertandingan basket menjadi seru dan kompetitif.

Wewenang seorang wasit antara lain Wasit akan mempunyai wewenang untuk membuat keputusan pada suatu penyimpangan peraturan yang dilakukan oleh pemain baik di dalam atau di luar garis batas termasuk meja pertandingan, bangku cadangan dan daerah dekat garis belakang, wasit meniupkan peluitnya ketika terjadi suatu penyimpangan peraturan, suatu periode berakhir atau wasit menemukan sesuatu yang dianggap perlu untuk menghentikan pertandingan.

Ketika wasit memutuskan suatu persinggungan perorangan atau pelanggaran pada setiap kejadian, memperhatikan dan mempertimbangkan prinsip-prinsip dasar menurut PERBASI dalam laws of the games (2010, hlm. 29) berikut; Pertama, semangat dan tujuan dari peraturan dan kebutuhan untuk menjunjung tinggi integritas pertandingan. Kedua, 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.

Ketiga, konsisten dalam menerapkan akal sehat pada tiap pertandingan, mengingat kemauan tentang pemain dan sikap serta tingkah laku mereka selama pertandingan. Dan kelima, 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 8 detik dan strategi *fast break* oleh karena itu seorang wasit bola basket membutuhkan kebugaran jasmani yang baik di setiap pertandingan bola basket yang dipimpinnya.

Weinberg (dalam Rusli Ibrahim & Komarudin, 2007, hlm. 81) mengemukakan bahwa "*confidence as the belief that you can successfully perform a desired behavior*". Esensi percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.

Berikutnya, ketepatan menjadi nilai positif bagi keadaan dirinya esensi percaya diri ini perlu dimiliki oleh seorang wasit akan kemampuan kognitifnya untuk dapat memutuskan keputusan yang tepat dan akurat berdasarkan aturan

Percaya diri merupakan penentu kritis pada penampilan, hubungan antara percaya diri dengan penampilan ditunjukkan oleh bentuk kurva "U" terbalik. Apabila percaya diri rendah prestasi rendah, apabila percaya diri mencapai titik optimal penampilan akan bagus, apabila percaya diri melebihi titik optimal maka penampilan akan turun. Sifat percaya diri sangat diperlukan untuk memotivasi wasit untuk tampil secara all out dalam memimpin pertandingan bola basket.

Seringkali intervensi pemain dan pelatih dapat mempengaruhi penampilan seorang wasit dalam memimpin pertandingan dan membuat mental wasit menjadi down dan itu berakibat pada pengambilan keputusan yang salah atau mekanicourt yang kacau.

Sebagai induk organisasi olahraga bola basket, PERBASI setiap tahunnya mengadakan penataran wasit di setiap wilayah atau pun nasional. Dan disetiap kurikulum penataran pasti disertakan tes kebugaran jasmani untuk wasit yang akan mendapatkan lisensi supaya bisa memimpin pertandingan. Untuk menjaga kebugaran jasmani para wasit, PERBASI mengadakan tes kebugaran sebelum event bola basket untuk mengetahui apakah wasit tersebut layak atau tidak memimpin pertandingan bola basket.

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat.

Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok. Banyak ahli psikologi mendefinisikan arti dari kepercayaan diri dengan bahasa yang berbeda- beda, namun memiliki inti makna yang sama.

Kepercayaan diri seseorang adalah hasil dari kemampuan membaca dan berbicara pada diri sendiri dan membangkitkan sisi kekuatan positif diri, dengan cara mengembangkan kemampuan dan memberdayakan semua hal yang memberikan citra positif pada diri, Aulia Narti, (2005, hlm. 35) dan makna kepercayaan diri adalah; 1) Menghormati diri sendiri, 2) Percaya terhadap kemampuan diri. 3) Keyakinan mampu menghadapi berbagai tantangan hidup 4) Keyakinan layak mendapat kebahagiaan, 5) Kemampuan berbicara dan mengekspresikan tentang diri sendiri. 5) Bangga dengan diri sendiri. dan 6) Kemampuan mengambil dan membuat keputusan tanpa ragu-ragu.

Menurut Willis (1985) dalam Ghufron (2010, hlm. 34) kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi semua orang.

Lauster (1992) dalam Ghufron (2010, hlm. 35) mendefinisikan kepercayaan diri di peroleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Lauster (1992) dalam Ghufron (2010, hlm. 35) menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan melakukan sesuatu yang baik.

Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Bagaimana pun kemampuan manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai. Memaknai seorang keadaan manusia akan sadar terhadap kekurangannya. Maka dimana dia memiliki kelebihan diapun memiliki kekurangan.

Menurut Anthony (1992) dalam Ghufron (2010, hlm. 34) berpendapat bahwa "kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif,

memiliki kemandirian, memiliki pendirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan”.

Menurut Ghufron (2010, hlm. 34) mengatakan bahwa, “kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap diri sendiri”. Hal ini senada dengan pendapat Afiatin dan Andayani (1988) dalam Ghufron (2010, hlm. 34) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya. Kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis. Setiap aktivitas olahraga secara pasti akan menimbulkan perubahan fisiologis sesuai dengan beban kerja yang diberikan kepada tubuh.

Selanjutnya, perubahan tersebut terutama terjadi pada sistem otot kerangka, sistem kardiovaskular dan system pernapasan. Perubahan positif dalam bentuk peningkatan kualitas tiga unsur jaringan kerja tersebut itulah pula yang menentukan kemampuan kerja fisik secara maksimal, karena kemampuan kerja fisik itu pula yang dapat memberikan gambaran tentang tinggi rendahnya kebugaran jasmani.

Dapat penulis maknai atau gambarkan bahwa, perubahan-perubahan yang terjadi dengan berdampak positif pada tubuh seseorang akibat aktivitas yang disebut olahraga dapat menentukan tingkat kebugaran jasmani dan derajat kesehatan pelaku sebagai olahragawan. Banyak terjadi perubahan yang produktif setelah melakukan aktivitas gerak dengan berolahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Berikutnya, mengenai pengertian kebugaran jasmani itu sendiri, menurut Giriwijoyo dkk (2004, hlm. 29) bahwa, "keadaan kemampuan jasmani yang dapat yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum dating tugas yang sama pada esok harinya".

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

Untuk berprestasi tinggi, keadaan fisik maupun mental harus dalam kondisi puncak. Ini disesuaikan dengan pendapat Bryant J.Cratty dalam Sudibyo (1989, hlm. 32) yang menegaskan "prestasi yang tinggi yang hanya dapat dicapai dengan mobilisasi total seluruh energy." Dalam hal ini kesiapan mental akan ikut menentukan.

Kebugaran jasmani merupakan satu aspek untuk membangun percaya diri didalam lapangan sejalan dengan pendapat Komarudin (2015, hal. 78) bahwa, "fisik yang baik dalam aktivitas olahraga merupakan salah satu kunci untuk membangun kepercayaan diri." Dengan fisik yang bagus wasit dapat berfikir dengan tenang tidak terpengaruh oleh hal apapun dan dapat melaksanakan tugas nya dengan baik.

Menghadapi pertandingan mental dan kebugaran wasit perlu dipersiapkan, sehingga seluruh kemampuan jiwanya baik akal, kemauan, perasaan dan fisiknya siap menghadapi tugas-tugas dan menghadapi segala kemungkinan. Keadaan mental dan fisik kurang baik misalnya resah atau cemas, kurang *fit* dan kelelahan, biasanya berpengaruh terhadap kemampuan berfikir dengan tenang, daya konsentrasi dan koordinasinya pula terganggu.

Gangguan-gangguan yang terjadi pada mental wasit dapat berakibat kepada penampilan wasit dalam memimpin pertandingan di lapangan hal ini menurut pendapat dari Sudibyo (1989, hlm. 32) yang menjelaskan bahwa, "sesuai dengan prinsip psiko-fisik yang bersifat organis, maka gangguan yang terjadi pada salah satu unsur kejiwaan akan juga berpengaruh terhadap *unsure* kejiwaan yang lain, dan akhir nya akan mempengaruhi pula aspek-aspek fisik dan penampilan".

Penting kondisi mental seorang wasit yang berdiri di lapangan, pertandingan akan dimulai ketika wasit siap untuk memimpin dan membawa keadaan pertandingan sesuai dengan norma peraturan sehingga pertandingan berjalan dengan sebaik-baiknya, akan banyak tekanan wasit berdiri di tengah pertandingan, oleh hal itu mental seorang wasit perlu dikelola dengan baik.

METODE

Dalam suatu penelitian diperlukan suatu metode. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya, hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data. Adapun yang dimaksud dengan metode yang tepat ini sendiri seperti yang dikemukakan oleh Winarno Surakhmad (1989, hlm. 31) bahwa, "metode merupakan cara utama yang dipergunakan untuk mencapai tujuan misalnya untuk menguji hipotesa dengan mempergunakan teknik serta alat-alat tertentu".

Dari kutipan diatas, dapat diartikan kembali bahwa metode merupakan suatu cara yang dipergunakan teknik dan alat-alat tertentu sehingga memperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Dalam suatu penelitian diperlukan suatu metode.

Metode dalam penelitian ini merupakan metode penelitian kuantitatif, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, teknik pengumpulan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data

menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Metode dalam penelitian ini adalah bersifat noneksperimen atau penelitian setelah terjadi fakta dengan tingkat ekplanasi asosiatif, penelitian dimana variabel yang hendak diteliti (variabel terikat) telah ada pada saat penelitian dilakukan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menurut Sugiono (2012 ,hlm. 177) yang menyatakan bahwa, "penelitian yang hanya melibatkan hubungan satu variabel pada satu kelompok tanpa menghubungkan dengan variabel lain atau membandingkan dengan kelompok lain".

Dari beberapa pendapat tersebut penulis menyimpulkan bahwa penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang ditunjukkan untuk mendeskripsikan berbagai fenomena yang ada baik fenomena alamiah maupun buatan manusia. Fenomena yang dapat berupa suatu bentuk aktifitas karakteristik perubahan hubungan kesamaan dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan fenomena yang lainnya.

HASIL

Salah cara atau usaha agar data itu mengandung arti atau makna bagi tujuan penelitian, yaitu dengan cara mengolah dan menganalisis data itu. Dalam penelitian ini teknik pengolahan data yang dilakukan adalah bersifat deskriptif, dimana untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi data yang diperoleh dari penyebaran angket, maka data-data tersebut diolah dan dianalisis secermat mungkin. Berdasarkan variabel yang diteliti selaras dengan rumusan masalah penelitian, maka deskripsi data dalam penelitian ini dikelompokan berdasarkan variabel yang diteliti yaitu meliputi: 1) Kebugaran jasmani, 2) Kepercayaan diri. Adapun hasil pengolahan dan analisis data dapat dilihat pada Tabel 1.1.

Tabel 1.1 Data Hasil Penghitungan Dari Hubungan Antara Kebugaran Jasmani (X) Percaya Diri Wasit Bola Basket (Y)

| No | Variabel | N | Rata-Rata | SB | Var | Jumlah |
|----|-------------------|----|-----------|-------|--------|--------|
| 1 | Kebugaran jasmani | 30 | 33.90 | 1.99 | 3.96 | 1017 |
| 2 | Percaya diri | 30 | 92.7 | 10.20 | 104.04 | 2781 |

Berdasarkan Tabel 1.1 Komponen-komponen yang dalam hubungan antara kebugaran jasmani wasit dan percaya diri memimpin pertandingan basket di atas diperoleh nilai rata-rata variabel kepercayaan diri 33.90, simpangan baku sebesar 1.99, serta varian sebesar 3.96, dan variabel kepercayaan diri diperoleh nilai rata-rata 92.7, simpangan baku sebesar 10.20, serta varian sebesar 104.04.

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

Menentukan normal atau tidak normalnya suatu distribusi hasil tes, perlu dilakukan uji normalitas terhadap distribusi penyebaran populasi, adapun uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Liliefors (L) dengan kriteria pengujian sebagai berikut : H_0 diterima, jika $L_{hitung} < L_{tabel}$, dan H_0 ditolak, jika $L_{hitung} > L_{tabel}$. Mengenai hasil uji normalitas dan tes tentang kepercayaan diri dan keberhasilan memimpin pertandingan dapat dilihat pada Tabel 1.2.

Tabel 1.2. Uji Normalitas *Liliefors* Hubungan antara Kebugaran Jasmani (X) Percaya Diri (Y)

| No | Variabel | L hitung | L tabel | Kesimpulan |
|----|-------------------|----------|---------|------------|
| 1 | Kebugaran jasmani | 0.108 | 0.161 | Normal |
| 2 | Percaya diri | 0.1348 | 0.161 | Normal |

Tabel 4.2. Menunjukkan L hitung variabel kebugaran jasmani sebesar 0.108, L hitung variabel percaya diri 0.1348, nilai-nilai ini lebih kecil dari L tabel pada $N = 30$ dan $\alpha 0,05 = 0,161$, hal ini berarti H_0 diterima, sehingga kesimpulan hasil pengujian ini adalah data dari tes kebugaran jasmani, dan percaya diri berdistribusi normal. Dengan kata lain hipotesis "DITERIMA". Atas dasar hasil analisis pada Tabel 4.2 tersebut, dapat disimpulkan bahwa distribusi dari masing-masing variabel ternyata normal.

1. Analisis Data Tes Kebugaran Jasmani Wasit (X)

Data hasil tes kebugaran jasmani wasit basket PERBASI Jawa barat didapatkan dari hasil test lari multi tahap (bleep test). Hasil analisis terhadap Kepercayaan diri menghasilkan persentase minimum sebesar 0,00%, maksimum 100,00%, dan rata-rata sebesar 89%. Distribusi pengkategorian kebugaran jasmani wasit basket PERBASI Jawa barat, seperti pada Tabel 1.3.

Tabel 1.3. Tabel Daftar Presentase Kebugaran Jasmani (X)

| No | Sampel | Skor Harapan | Skor Faktual | Presentase (%) |
|----|----------|--------------|--------------|----------------|
| 1 | Gun-gun | 38 | 33 | 86% |
| 2 | Allain | 38 | 31 | 81% |
| 3 | Septian | 38 | 35 | 92% |
| 4 | Heryanto | 38 | 37 | 97% |
| 5 | Asdi | 38 | 32 | 84% |
| 6 | Dally | 38 | 33 | 86% |
| 7 | Furqon | 38 | 32 | 84% |

| | | | | |
|-----------|------------|------|------|-----|
| 8 | Fahmi | 38 | 34 | 89% |
| 9 | Yudhistira | 38 | 34 | 89% |
| 10 | Putra. i | 38 | 36 | 94% |
| 11 | Densa | 38 | 32 | 84% |
| 12 | Lucky | 38 | 31 | 81% |
| 13 | Iqbal | 38 | 30 | 79% |
| 14 | Nanda | 38 | 37 | 97% |
| 15 | Ignasius | 38 | 35 | 92% |
| 16 | Pasha | 38 | 37 | 97% |
| 17 | Ruslan | 38 | 37 | 97% |
| 18 | Topan | 38 | 36 | 94% |
| 19 | Yudo | 38 | 32 | 84% |
| 20 | M. yusri | 38 | 33 | 86% |
| 21 | Juan | 38 | 32 | 84% |
| 22 | fakhri | 38 | 34 | 89% |
| 23 | Anton | 38 | 32 | 84% |
| 24 | Rusmin | 38 | 35 | 92% |
| 25 | Egi | 38 | 36 | 94% |
| 26 | Derry | 38 | 35 | 92% |
| 27 | Bambang S | 38 | 33 | 86% |
| 28 | Bhakti | 38 | 35 | 92% |
| 29 | Anggia p | 38 | 34 | 89% |
| 30 | Ariss | 38 | 33 | 94% |
| Jumlah | | 1140 | 1017 | 89% |
| Rata-rata | | | | 89% |

Berdasarkan Tabel 1.3. Kebugaran jasmani wasit basket PERBAS I Jawa Barat dalam kategori tidak baik sebanyak 0%, kurang baik dengan presentase sebesar 0%, cukup sebanyak 20%, dan baik sebanyak 80%. Dengan rata-rata 89%.

2. Analisis Data Tes Percaya Diri (Y)

Data hasil tes kepercayaan diri memimpin pertandingan basket didapatkan dari hasil penilaian kepercayaan diri memimpin pertandingan basket kepada sampel yang diteliti. Dari hasil tes yang berjumlah 13 item kategori penilaian. Hasil analisis terhadap kepercayaan diri memimpin pertandingan basket menghasilkan persentase minimum sebesar 0,00%, maksimum 100,00%, dan rata-rata sebesar 79 %. Distribusi pengkategorian kepercayaan diri memimpin pertandingan basket, seperti pada Tabel 1.4.

Tabel 1.4 Tabel Daftar Prosentase Kepercayaan Diri (Y)

| No | Sampel | Skor Harapan | Skor Factual | Prosentase (%) |
|----|------------|--------------|--------------|----------------|
| 1 | Gun-gun | 117 | 94 | 80% |
| 2 | Allain | 117 | 86 | 74% |
| 3 | Septian | 117 | 91 | 78% |
| 4 | Heryanto | 117 | 114 | 97% |
| 5 | Asdi | 117 | 92 | 79% |
| 6 | Dally | 117 | 87 | 74% |
| 7 | Furqon | 117 | 75 | 64% |
| 8 | Fahmi | 117 | 85 | 73% |
| 9 | Yudhistira | 117 | 79 | 68% |
| 10 | Putra. i | 117 | 117 | 100% |
| 11 | Densa | 117 | 78 | 67% |
| 12 | Lucky | 117 | 81 | 69% |
| 13 | Iqbal | 117 | 72 | 62% |
| 14 | Nanda | 117 | 101 | 86% |
| 15 | Ignasius | 117 | 100 | 85% |
| 16 | Pasha | 117 | 103 | 88% |
| 17 | Ruslan | 117 | 98 | 84% |
| 18 | Topan | 117 | 98 | 84% |
| 19 | Yudo | 117 | 89 | 76% |
| 20 | M. yusri | 117 | 93 | 79% |

| | | | | |
|-----------|----------|------|------|-----|
| 21 | Juan | 117 | 86 | 74% |
| 22 | fakhri | 117 | 95 | 81% |
| 23 | Anton | 117 | 86 | 74% |
| 24 | Rusmin | 117 | 98 | 84% |
| 25 | Egi | 117 | 98 | 84% |
| 26 | Derry | 117 | 98 | 84% |
| 27 | Bambang | 117 | 98 | 84% |
| 28 | Bhakti | 117 | 98 | 84% |
| 29 | Anggia p | 117 | 96 | 82% |
| 30 | Ariss | 117 | 95 | 81% |
| Jumlah | | 3510 | 2781 | 79% |
| Rata-rata | | | | 79% |

Berdasarkan Tabel 1.4 dapat gambarkan secar deskriptif bahwa, kepercayaan diri memimpin pertandingan basket dalam kategori tidak baik sebanyak 0 %, kurang baik dengan presentase sebesar 0%, cukup sebanyak 0%, dan baik sebanyak 100%. Dengan rata-rata 79% dapat disimpulkan bahwa, kepercayaan diri wasit baik.

3. Hubungan antara Kebugaran Jasmani dan Percaya Diri Wasit Bola Basket

Untuk mengetahui besarnya Hubungan kebugaran jasmani dengan kepercayaan diri wasit bola basket dapat di tentukan berdasarkan data yang diperoleh, untuk gambaran besarnya nilai koefisien determinasi ini yabf diketahui dengan keterangan $(R^2) = r^2 \times 100\%$, koefisien korelasi, pengujian koefisien korelasi, serta pengujian lebih jelas. Mengenai hasil perhitungan tersebut dapat di lihat pada Tabel 1.5.

Tabel 1.5. Nilai Koefisien Determinasi dan Koefisien Korelasi serta Pengujian Keberartiannya

| Koefisien Korelasi (r) | Koefisien Determinasi (%) | t-Hitung | t-Tabel |
|------------------------|---------------------------|----------|---------|
| 0,79 | 62.41% | 3,29 | 2,050 |

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

Dengan kata lain, dapat di simpulkan bahwa Hubungan antara kebugaran jasmani dan percaya diri wasit PERBASI Jawa Barat adalah tinggi sebesar 62,41 % dengan tingkat keeratan hubungan sebesar 0,79.

KESIMPULAN

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

Tingkat kebugaran jasmani berpengaruh terhadap rasa percaya diri hal ini ditandai dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,79 dapat diartikan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan atau kuat kebugaran jasmani dengan rasa percaya diri wasit bola basket PERBASI Jawa barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*, Jakarta: Rineka cipta.
- Darmadi, Hamid. (2012). *Dimensi-dimensi metode penelitian pendidikan dan sosial*. Bandung: Alfabeta.
- FIBA. (2013). *Phsyical Fitness Referee*. [Online]. Diakses dari www.FIBA.com/phsyical Fitness Referee.htm.
- FIBA. (2013). *Official Basketball Rules* [Online]. Diakses dari www.FIBA.com/official basketball rules.htm.
- Frahmawati, Ima (2014). *Pengaruh Kepercayaan Diri Wasit Terhadap Keberhasilan Memimpin Pertandingan Futsal*. [Artikel] Bandung: FPOK UPI.
- Ghufron dan Risnawati. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Griwijoyo (2004). Ilmu kesehatan Olahraga. Bandung: *Bookmart Indonesia*.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: C.V. Tambak kusuma.
- Husdarta, dkk. (2010). *Psikologi Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Ibrahim, Rusli. (2007). *Psikologi olahraga*. Bandung : FPOK UPI.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Bandung.
- Matjan, Bastinus. (2010). *Kesehatan Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Narti, Aulia. (2005). *Makna Kepercayaan Diri*. PT Indahjaya Adipratama.
- Nazir, Moh. (2005). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nurhasan. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI.
- Oliver, J. (2007). *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: PT Intan Sejati.
- PERBASI. (2012). *Kurikulum Nasional Penataran Wasit*. [Online]. Diakses dari www.PERBASI.com/kurikulum nasional penataran wasit.htm.
- PERBASI. (2011). *Laws of The Game (peraturan permainan)*. Jakarta: PERBASI.
- Setyobroto, Sudiby. (2005). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Anem Kosong Anem.

Sudjana. (2005). *Metode statistika*. Bandung: Tarsito.

Sugiono. Dendy (2008). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sukintaka. (1983). *Permainan*. Jakarta: Depdikbud.

Surakhmad, Winarno. (1989). *Pengantar penelitian ilmiah, dasar, metode, teknik*. Bandung: Tarsito.

Wissel, H. (1996). *Bola Basket*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

=====

Untuk korespondensi artikel ini dapat dialamatkan ke sekretariat Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, di Departemen Pendidikan Kepeleatihan Olahraga FPOK UPI. Jl. Dr. Setiabudhi No. 229 Bandung 40154.