

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan kebugaran jasmani berdasarkan kategori baik, cukup, dan kurang dengan daya jelajah wasit Asosiasi PSSI Kota Bandung. Didasarkan pada rumusan masalah dan hasil pengolahan data serta temuan yang telah dibahas sebelumnya, maka hasil penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan kebugaran jasmani berdasarkan kategori baik, cukup, dan kurang dengan daya jelajah wasit sepak bola Asosiasi PSSI Kota Bandung.

Berdasarkan pengolahan data dan hasil analisis data, maka dapat menjawab dan menyimpulkan pertanyaan dari permasalahan yang dikaji. Adapun kesimpulannya adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani kategori baik dengan daya jelajah wasit sepak bola Asosiasi PSSI Kota Bandung.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani kategori cukup dengan daya jelajah wasit sepak bola Asosiasi PSSI Kota Bandung.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani kategori kurang dengan daya jelajah wasit Asosiasi PSSI Kota Bandung.

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan kebugaran jasmani dengan daya jelajah wasit sepak bola Asosiasi PSSI Kota Bandung. Kebugaran jasmani berpengaruh terhadap daya jelajah wasit sepak bola, semakin baik kebugaran jasmani yang dimiliki maka akan semakin besar daya jelajah yang di tempuh oleh wasit sepak bola, begitu pun sebaliknya. Adanya penelitian ini menjadi acuan bagi seorang wasit sepak bola guna melaksanakan latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani terlebih khususnya pada komponen daya tahan, dan kecepatan sehingga dapat menunjang daya jelajah ketika memimpin dalam suatu pertandingan.

5.3 Limitasi

Penulis menyadari bahwa dalam suatu penelitian pasti banyak terjadi kendala dan hambatan. Beberapa faktor yang menjadi kendala dalam dan hambatan dalam penelitian ini adalah ketika mengambil data daya jelajah wasit. Dalam

pengambilan data daya jelajah hanya dilakukan pada satu pertandingan dengan intensitas pertandingan yang berbeda. Selain itu untuk instrumen yang menggunakan *Global Positioning System (GPS)* dapat menggunakan teknologi yang lebih mutakhir pada cabang olahraga sepak bola. Selain itu intensitas pertandingan yang berbeda dan pengalaman wasit yang tidak sama menjadi salah satu batasan dalam penelitian ini.

5.4 Rekomendasi

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menjadi acuan bagi berbagai pemangku kebijakan dalam perkembangan untuk meningkatkan kualitas wasit dari segi kebugaran jasmani dan daya jelajah dalam ruang lingkup wasit sepak bola. Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan, penulis memberikan beberapa rekomendasi:

1. **Pengurus Asosiasi PSSI Kota Bandung**

Pengurus Asosiasi PSSI Kota Bandung khususnya yang memiliki kewenangan dalam hal ini adalah komite wasit, diharapkan dapat menggunakan output penelitian dan kajian literatur ini untuk membuat program latihan wasit yang teratur, terukur, dan terstruktur, menjadikan proses latihan dapat berjalan dengan efektif sehingga proses pembinaan dapat menjadi lebih baik dan berkelanjutan. Komite wasit juga dapat menggunakan hasil penelitian ini dan kajian literatur ini sebagai acuan untuk memilih wasit yang dalam kondisi siap untuk melaksanakan tugas dalam suatu pertandingan.

2. **Wasit Sepak Bola**

Para wasit dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai acuan untuk upaya meningkatkan kebugaran jasmani yang kerap kali menjadi sorotan. Para wasit diharapkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dengan cara berpartisipasi dalam berbagai latihan dan pembinaan fisik yang telah diselenggarakan oleh Asosiasi PSSI Kota Bandung. Hal itu menjadi sangat penting karena menunjang kualitas wasit dalam memimpin jalannya pertandingan karena wasit dituntut untuk selalu bergerak selama pertandingan berlangsung.

3. Peneliti Selanjutnya

Setelah dilakukan penelitian ini, aspek kebugaran jasmani dapat dikembangkan lagi menjadi lebih banyak komponen yang menjadi pembahasan. Selain itu, pemilihan populasi dan sampel dapat dibuat menjadi lebih banyak dan dengan level yang serupa. Memiliki kriteria yang lebih baik dan pengambilan data daya jelajah tidak hanya dilakukan satu kali, dengan intensitas pertandingan yang sama dan tentunya tingkat pertandingan yang lebih tinggi serta dapat mempertimbangkan hal lain yang dapat mempengaruhi daya jelajah sehingga dapat diperoleh hasil penelitian yang lebih bermanfaat untuk pembinaan dan perkembangan kualitas wasit di Indonesia. Selain itu, penelitian dapat dilakukan pada kategori wasit wanita, sebagai pengembangan dari penelitian yang telah dilaksanakan.