

**ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAK BOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Disusun Oleh:  
Ibrahim Adam  
NIM. 17602241066

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
OLAHRAGA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

## **ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN SEPAK BOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA**

Ibrahim Adam

17602241066

### **ABSTRAK**

Munculnya wabah Pandemi Covid-19 menyebabkan banyak kegiatan terhambat salah satunya kegiatan pelaksanaan latihan SSB di Sleman Yogyakarta. dengan berbagai macam hambatan yang muncul dan menghambat latihan di SSB banyak SSB yang melakukan penyesuaian demi bisa berjalannya latihan di SSB. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dampak Pandemi Covid-19 terhadap Efektivitas latihan SSB di Sleman Yogyakarta.

Kegiatan penelitian yang dilakukan adalah penelitian dengan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dengan metode survei dengan menyebar angket ke SSB secara langsung di lapangan menggunakan angket dengan skala likert. Populasi penelitian adalah SSB se-Sleman Yogyakarta. Penentuan jumlah sampel diambil dengan menggunakan rumus Slovin yang mana pada akhirnya diambil 100 sampel dari 10 SSB di Sleman Yogyakarta. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling* dengan mengambil sampel secara acak tanpa memperhitungkan latar belakang dan tidak membedakan antar satu sampel dan sampel lainnya. Sampel yang telah diambil diolah dengan cara mengategorikan data yang terkumpul dengan metode Penilaian Acuan Normatif. Dari data yang telah dihitung selanjutnya data dianalisis secara deskriptif dengan bentuk persentase data.

Berdasarkan data penelitian yang didapatkan dari dua variabel yakni variabel pertama, dampak Pandemi Covid-19 dan variabel kedua, efektivitas latihan SSB di Sleman Yogyakarta, diketahui bahwa pada variabel pertama sebagian besar responden, yakni 31% responden merespons dengan jawaban baik. Berdasarkan hasil tersebut, siswa sekolah sepak bola terdampak Pandemi Covid-19. Sedangkan pada variabel kedua sebesar 33% responden merespons dengan jawaban cukup. Artinya, meskipun siswa merasa terdampak Pandemi Covid-19, pelatihan sepak bola selama masa Pandemi Covid-19 tetap berjalan cukup efektif.

**Kata Kunci:** *Pandemi Covid-19, Sekolah Sepak bola, Efektivitas Latihan.*

**THE IMPACT OF COVID-19 ON THE EFFECTIVENESS OF  
FOOTBALL TRAINING FOR STUDENTS' FOOTBALL SCHOOL  
IN SLEMAN, YOGYAKARTA**

Ibrahim Adam

17602241066

**ABSTRACT**

The emergence of the Covid-19 pandemic outbreak has caused many activities get obstructed, one of them is the implementation of the football training of the football academies in Sleman Yogyakarta. Dealing with various kinds of obstacles, many football academies make adjustments in order to be able to carry out the training. This research was conducted to find out how much influence the impact of the Covid-19 pandemic on the effectiveness of football academies training in Sleman, Yogyakarta.

The research activity was conducted with the descriptive quantitative method. This research was conducted by using a survey method by distributing questionnaires to the football academies directly in the field using a questionnaire with a Likert scale. The research population was the football academies in Sleman, Yogyakarta. Determination of the number of samples was taken using the Slovin formula which in the end was taken 100 samples from 10 football academies in Sleman, Yogyakarta. The sampling technique was a purposive sampling by taking random samples without taking into account the background and not distinguishing between one sample and another. The samples that had been taken were processed by categorizing the data collected with the Normative Reference Assessment method. From the calculated data, the data were analyzed descriptively in the form of percentage data.

Based on research data obtained from two variables, as the first variable is the impact of the Covid-19 pandemic and the second variable is the effectiveness of the football training in the football academies in Sleman, Yogyakarta, it is gained that in the first variable most of the respondents, for about 31% of respondents respond with good answers. Based on these results, football academies students are affected by the Covid-19 pandemic. While in the second variable, most of the respondents, for about 33% of the respondents respond with sufficient answers. It means that even though students feel that they have been affected by the Covid-19 pandemic, the football training during the Covid-19 pandemic is still running quite effectively.

*Keywords: Covid-19 Pandemic, Football Academies, Effectiveness of Training.*

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Judul TAS : Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Efektivitas Latihan  
Sepak bola Siswa SSB di Sleman Yogyakarta

Menyatakan bahwa Tugas Akhir Skripsi ini 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, 25 Januari 2022

Yang menyatakan,



Ibrahim Adam

NIM. 17602241066

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### **ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Ibrahim Adam  
17602241066

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dilaksanaan Ujian Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan,

Yogyakarta, 17 Januari 2022

Mengetahui,  
Ketua Program Studi,



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

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Dr. Drs. Fauzi, M.Si.  
NIP. 196312281990021002

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi  
**ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAK BOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:  
Ibrahim Adam  
17602241066

Telah dipertahankan di depan Tim penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta



Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Fauzi, M.Si.	Ketua Penguji		8/2 2022
Drs. Herwin, M.Pd.	Sekretaris Penguji		7/2-2022
Drs. Subagyo Irianto, M.Pd.	Anggota Penguji		8/2-2022

Yogyakarta, 8. Februari 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,

Prof. Dr. Wayan Sundawan Suherman, M.Ed.  
NIP. 196407071988121001

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat Islam, Iman, dan Ihsan dan telah mengaruniakan rahmat dan kasih sayangnya sehingga dapat memberikan kelancaran dan kemudahan dalam proses dan penyelesaian penelitian tugas akhir skripsi yang saya laksanakan ini. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Ibu dan Ayah saya tercinta, Ibu Etty Praktiknyowati dan Bapak Agoes Poernomo yang selalu mengingatkan saya dan memotivasi saya tanpa henti;
2. Istri saya Hani Nur Azizah yang selalu mendukung dan membantu saya dalam pengerjaan Tugas Akhir Skripsi ini;
3. Bapak Dr. Fauzi, M.Si., selaku pembimbing yang telah membimbing saya tanpa lelah selama proses pengerjaan Tugas Akhir Skripsi ini;
4. Para pelatih dan siswa SSB yang telah membantu sukarela menjadi responden dan memberi kelancaran dalam proses pengambilan data Tugas Akhir Skripsi saya;
5. Para teman-teman Prodi PKO A angkatan 2017; dan
6. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu pengerjaan Tugas Akhir Skripsi saya.

## **KATA PENGANTAR**

Segala Puji dan syukur bagi Allah SWT, yang telah telah melimpahkan rahmat dan kasih sayangnya. Salawat serta salam semoga selalu terlimpah curahkan kepada baginda nabi besar Muhammad SAW dan para keluarganya, sahabatnya, tabiin, dan para pengikut setianya hingga akhir aman nanti. Sehingga saya sebagai peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Efektivitas Latihan Sepak bola Siswa SSB Di Sleman Yogyakarta”.

Selesainya tugas akhir skripsi ini dapat terwujud dengan baik dan sempurna berkat dorongan, uluran tangan dan motivasi dari berbagai pihak terutama dosen pembimbing saya yang telah membantu selama jalannya penelitian tugas akhir skripsi. Oleh karena itu pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Wawan Sudawan Suherman, M.Ed. sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi izin untuk dilaksanakannya Penelitian Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Fauzi, M.Si. sebagai ketua penguji, bapak Drs. Herwin, M.Pd. sebagai sekretaris penguji, dan bapak Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. sebagai Anggota Penguji yang sudah menguji penelitian tugas akhir saya dan memberikan masukan dan perbaikan terhadap tugas akhir skripsi saya ini.
3. Dr. Fauzi, M.Si. sebagai dosen pembimbing yang telah membimbing saya selama penelitian Tugas Akhir Skripsi dan memberikan motivasi kepada saya untuk dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini sesegera mungkin.
4. Seluruh civitas akademika yang dari sahabat dan juga karyawan kampus yang telah membantu dalam berbagai macam kebutuhan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi saya.
5. Ibu, Bapak, saudara-saudara, dan juga istri tercinta yang selalu memberikan dukungan, dorongan dan motivasi untuk saya dalam waktu dan kondisi apapun untuk menyelesaikan tugas akhir Skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang saya belum bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah membantu peneliti untuk dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.



Penulis menyadari masih banyak kekurangan yang tertuang di dalam penulisan Tugas Akhir Skripsi yang telah ditulis. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk membuat skripsi ini ataupun penulisan selanjutnya menjadi lebih baik lagi. Peneliti berharap semoga penlisan tugas akhir skripsi ini dapat memberikan manfaat seluas luasnya baik dari masyarakat umum, terkhusus bagi siswa dan pengurus SSB di Yogyakarta.

Yogyakarta, 25 Januari 2022



Ibrahim Adam

NIM. 17602241066

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I_PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II_KAJIAN PUSTAKA .....	7
A. Deskripsi Teori.....	7
B. Penelitian yang Relevan.....	27
C. Kerangka Berpikir.....	28
D. Pertanyaan Penelitian.....	29
BAB III_METODE PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian .....	30
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
D. Instrumen Penelitian.....	34
E. Uji Validitas dan Reliabilitas Penelitian .....	36
F. Teknik Pengumpulan Data .....	39
G. Teknik Analisis Data .....	39
BAB IV_HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Deskripsi Subyek dan Lokasi Penelitian.....	41

B. Hasil Penghitungan Validitas dan Reliabilitas.....	41
C. Hasil Penelitian .....	43
D. Pembahasan.....	51
E. Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	56
A. Simpulan .....	56
B. Implikasi .....	56
C. Saran .....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	58
LAMPIRAN .....	61
.....	125

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Nama SSB di Sleman Yogyakarta .....	31
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	33
Tabel 3. Rentang Skala Likert.....	35
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	35
Tabel 5. Kategori Intepretasi Koefisien Korelasi.....	38
Tabel 6. Kategorisasi Nilai.....	39
Tabel 7. Sampel Penelitian.....	41
Tabel 8. Hasil Perhitungan Uji Validitas .....	42
Tabel 9. Hasil Penghitungan Uji Reliabilitas .....	43
Tabel 10. Analisis Deskriptif Dampak Covid-19 Terhadap Latihan SSB di Sleman Yogyakarta .....	44
Tabel 11. Penghitungan Normatif Kategorisasi Dampak Covid-19 Terhadap Latihan SSB di Sleman Yogyakarta.....	45
Tabel 12. Analisis Deskriptif Indikator 1 Pengaruh Terhadap Kesehatan.....	45
Tabel 13. Kategori Indikator 1 Pengaruh Terhadap Kesehatan .....	46
Tabel 14. Analisis Deskriptif Indikator 2 Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19.....	47
Tabel 15. Kategori Indikator 2 Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19 .....	47
Tabel 16. Perhitungan Total Kategori Variabel 1 .....	48
Tabel 17. Analisis Deskriptif Indikator 3 Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi	49
Tabel 18. Kategori Indikator 3 Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi .....	49
Tabel 19. Analisis Deskriptif Indikator 4 Efektivitas Latihan .....	50
Tabel 20. Kategori Indikator 4 Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19...	50
Tabel 21. Perhitungan Total Kategori Variabel 2 .....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Tahapan Program Latihan Tahunan .....	15
Gambar 2. Kerangka Berpikir .....	29
Gambar 3. Indeks Penilaian Validitas Aiken .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS.....	62
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian ke SSB di Sleman.....	65
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari SSB.....	68
Lampiran 4. Instrumen Penelitian Sebelum Perbaikan.....	75
Lampiran 5. Hasil Tes Validitas Instrumen Penelitian.....	78
Lampiran 6. Hasil Tes Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	81
Lampiran 7. Perubahan Pernyataan Pada Angket Yang Diperbaiki.....	82
Lampiran 8. Instrumen Penelitian yang Telah Diperbaiki.....	83
Lampiran 9. Contoh Jawaban Responden.....	86
Lampiran 10. Perolehan Data.....	89
Lampiran 11. Statistik Deskriptif.....	107
Lampiran 12. Permohonan dan Pernyataan <i>Expert Judgement</i> .....	112
Lampiran 13. Dokumentasi Pengambilan Data.....	123

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Telah lebih dari satu tahun Pandemi Covid-19 memberikan dampak kepada seluruh masyarakat di dunia. Indonesia sendiri tidak terlepas dari dampak wabah yang konon katanya muncul pertama kali di Wuhan, Tiongkok. Per tanggal 5 Mei 2021 di Indonesia telah tercatat 1.691.658 orang yang telah terkonfirmasi virus Covid-19 dan 46.349 orang meninggal dunia (KPCEN, 2021). Sementara di Yogyakarta sendiri turut terdampak wabah Covid-19, sejak awal mula kemunculannya di Yogyakarta hingga hari ini telah tercatat sebanyak 35.681 orang terkonfirmasi positif dan sebanyak 1.246 orang tercatat telah meninggal dunia (PD DIY, 2021). Sementara itu pada kelompok umur Sekolah Sepak Bola (SSB) antara 6-18 tahun jumlah kasus yang terjadi menurut data KPCPEN (Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional) dari total 1.691.658 kasus terkonfirmasi hingga saat ini kelompok anak dengan rentang usia 6-18 tahun hanya terkena dampak hingga terkonfirmasi positif terdampak covid hanya sebesar 9.4 % dan dari yang terdampak hingga meninggal dunia hanya 0.8% saja dari total 46.346 orang yang meninggal akibat covid 19 (KPCPEN, 2021).

Pemerintah Indonesia telah berusaha melakukan upaya untuk menekan angka dan memutus mata rantai persebaran Covid-19 di Indonesia. Kebijakan-kebijakan, seperti *lockdown*, *work from home*, Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), PSBB Wilayah, Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), PPKM darurat, Protokol Kesehatan, 3 M (menggunakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak) & 3T (*tracing, testing, treatment*) serta vaksin adalah beberapa upaya yang telah dilaksanakan pemerintah demi mengakhiri wabah Covid-19. Namun, upaya-upaya tersebut hingga per tanggal 5 Mei 2021 masih belum menunjukkan kepada hasil yang positif terhadap penekanan wabah. Terbukti beberapa kali rekor terkonfirmasi positif virus Covid-19 kembali

bermunculan yang menandakan bahwasannya virus ini belum akan segera hilang dari wilayah Indonesia.

Akibat dari wabah yang berkepanjangan ini hampir seluruh sektor kehidupan masyarakat terganggu dan tidak terlepas pula sektor olahraga khususnya sepak bola. Akibat dari wabah Covid-19 yang sangat mudah bertransmisi dari satu orang ke orang lain, kegiatan-kegiatan yang erat dengan berkerumun diminimalisir oleh pemerintah dengan kebijakan-kebijakan yang pada intinya mengurangi kegiatan yang bersifat berkerumun. Pada tanggal 31 Maret 2020 melalui Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 Presiden Joko Widodo menetapkan pelaksanaan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sebagai respons terus meningkatnya kasus Covid-19. Dengan ditetapkannya peraturan ini memungkinkan pemerintah menghentikan aktivitas masyarakat yang bersifat berkumpul atau berkerumun. Hasil dari ditetapkannya kebijakan ini adalah terhentinya seluruh kegiatan tatap muka termasuk pula aktivitas latihan yang diadakan oleh Sekolah Sepak bola (SSB).

Beberapa bulan setelah dilaksanakannya PSBB satu persatu daerah mulai melonggarkan aturan mengenai pembatasan ini dengan mengubahnya menjadi penerapan Protokol Kesehatan (Protkes) menimbang dari banyak faktor lainnya yang lebih mendesak. Hal ini menyebabkan kegiatan masyarakat sedikit demi sedikit kembali berjalan seperti sedia kala. Banyaknya masyarakat yang kembali berkerumun membuat kasus Positif Covid-19 menjadi naik kembali sehingga beberapa kali pemerintah kembali melaksanakan PSBB seperti yang dilaksanakan saat ini yakni dari 11 hingga 25 Januari 2021. Setelah berakhirnya PSBB pemerintah beberapa kali menaikkan dan menurunkan status Pandemi. kemudian pemerintah memutuskan mengganti nama PSBB menjadi PPKM Transisi dan setelahnya mengubah kembali menjadi PPKM empat level agar bisa mengindikasikan status Pandemi.

Aktivitas pelatihan sebagai salah satu kegiatan yang memerlukan periode yang selalu berkesinambungan tentu mengalami gangguan yang signifikan. Faktor overkompensasi yang menitik beratkan pada progresivitas dan *overload* beban latihan membuat latihan sangat penting untuk tetap dilakukan secara



berkala. Kemunculan wabah Covid-19 menyebabkan banyaknya muncul kendala dan hambatan terhadap progres latihan.

Hambatan yang muncul dari kehadiran Covid-19 tentu yang paling utama adalah ancaman akan kesehatan yang mengancam tenaga pelatih maupun murid di SSB. Hambatan yang lainnya paling banyak muncul dari kebijakan pemerintah yang banyak mengurangi kegiatan yang bertemu langsung atau kegiatan yang terjadi interaksi langsung atau diadakan kegiatan langsung namun diterapkan protokol kesehatan seperti menggunakan masker, mengecek suhu, dan mencuci tangan.

Adaptasi akan situasi yang tidak mendukung pada progres latihan ini sudah dilakukan oleh tenaga pelatih di seluruh Indonesia dan dunia. pada awal masa Pandemi ketika peraturan begitu ketat latihan di rumah menjadi salah satu solusi utama terhadap terhambatnya latihan di lapangan. Namun hari ini banyak yang telah melakukan latihan di lapangan dengan penerapan protokol kesehatan yang sesuai.

Sepak bola adalah salah satu olahraga yang paling digemari di seluruh dunia. dengan tipe permainan yang sangat dinamis, tensi permainan yang relatif tinggi serta taktik permainan yang menghibur membuat banyak orang tertarik untuk menyaksikan pertandingannya. Masyarakat Indonesia sendiri juga merupakan salah satu negara dengan peminat sepak bola yang cenderung tinggi sehingga tidak sedikit masyarakatnya terutama anak-anak usia dini memiliki mimpi untuk menjadi pemain sepak bola profesional.

Terlepas dari keterbelakangan dari segi teknologi, prestasi dan Ilmu pengetahuan mengenai sepak bola dibandingkan dengan negara-negara lain, masyarakat Indonesia setiap tahunnya memiliki harapan mengenai masa depan sepak bola Indonesia agar suatu saat nanti sepak bola Indonesia dapat berkandang di ajang Internasional kembali seperti yang pernah satu kali terwujud tahun 1938 pada ajang piala dunia yang kala itu Indonesia masih bernama Hindia Belanda. Minat masyarakat akan sepak bola juga tergambarkan dari terbentuknya SSB yang tersebar di daerah perkotaan maupun pedesaan. Terbentuknya SSB tersebut tentu terbangun dari harapan pemerintah bersama masyarakat untuk bisa

menemukan bibit-bibit unggul yang kelak akan membawa sepak bola Indonesia ke kancah Internasional.

Sekolah Sepak Bola (SSB) di Indonesia sendiri sudah banyak terbentuk dan beberapa SSB sudah memiliki afiliasi yang berinduk kepada Asosiasi Kabupaten (Askab) dan Asosiasi Provinsi (Asprov) Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI). Sehingga jenjang pemain sepak bola dari usia dini hingga jenjang profesional sudah terpetakan melalui perencanaan yang telah dibangun oleh PSSI. Dari mulai pembinaan Tingkat Pemula (U-5 hingga U-8), Tingkat Dasar (U-9 hingga U-12), tingkat menengah (U-13 dan U-14), dan tingkat Mahir (U-15 hingga U-20) (Scheunemann, 2012) telah diatur melalui pedoman-pedoman yang bisa diakses oleh seluruh tenaga pelatih. Selain itu terdapat pula kompetisi-kompetisi yang diselenggarakan dari pihak Askab dan Asprov ataupun lembaga-lembaga swasta yang turut berperan dalam pembinaan sepak bola di Indonesia melalui kompetisi-kompetisi yang diadakan pada taraf nasional, seperti piala soeratin dan bali cup serta pada taraf domestik daerah seperti piala menpora regional. Namun, hingga pertengahan tahun 2021 ini Kompetisi-kompetisi yang rutin dilaksanakan tiap tahun dari level terendah hingga tertinggi harus ditiadakan dikarenakan terjadinya Pandemi Covid-19.

Sebagai lembaga pendidikan sepak bola SSB tentu mengalami dampak yang dirasakan. terganggunya jadwal latihan, ketiadaan kompetisi, dan pertimbangan akan kesehatan siswa SSB menjadi beberapa faktor yang tentu dipertimbangkan oleh pihak pengelola. Hal-hal tersebutlah yang membuat peneliti ingin mengetahui lebih dalam bagaimana dampak yang diberikan oleh wabah Covid-19 terhadap efektivitas latihan yang dilaksanakan oleh SSB terkhusus di daerah Sleman Yogyakarta.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat permasalahan yang diidentifikasi sebagai berikut:

1. Pandemi menyebabkan kegiatan di berbagai sektor terhambat, termasuk kegiatan pelatihan di SSB;

2. Ketidakjelasan akan kapan wabah Pandemi ini masih belum diketahui sehingga pemerintah sewaktu-waktu dapat mengeluarkan kebijakan PSBB kembali; dan
3. Terganggunya aktivitas latihan yang dilaksanakan oleh SSB.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda serta keterbatasan waktu, biaya dan kemampuan peneliti, maka peneliti hanya akan memfokuskan penelitian kepada analisis dampak Covid-19 terhadap efektivitas latihan SSB di Sleman, Yogyakarta.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, Identifikasi masalah dan batasan masalah maka peneliti merumuskan penelitian ini adalah:

1. Apakah aktivitas latihan sepak bola pada kalangan siswa SSB di Sleman, Yogyakarta terpengaruh dengan adanya Pandemi Covid-19?
2. Apakah aktivitas latihan sepak bola yang dilaksanakan pada saat Pandemi Covid-19 di Sleman, Yogyakarta berjalan dengan efektif?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah mencari tahu mengenai 2 hal berikut:

1. Mencari tahu ada atau tidaknya dampak serta besaran dampak Pandemi Covid-19 terhadap aktivitas latihan sepak bola pada kalangan siswa SSB di Sleman, Yogyakarta.
2. Mencari tahu ada atau tidaknya gangguan serta besaran gangguan terhadap efektivitas aktivitas latihan sepak bola pada kalangan siswa SSB di Sleman, Yogyakarta akibat terjadinya Pandemi Covid-19.

## **F. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoretis

#### a. Bagi univeritas

Sebagai referensi dan arsip bagi fakultas dan universitas yang bisa dimanfaatkan kedepannya oleh sivitas akademika Universitas Negeri Yogyakarta.

#### b. Bagi peneliti

Sebagai penggugur kewajiban sebagai mahasiswa, pembelajaran dan pengalaman yang tentu akan sangat berharga untuk dibawa sebagai bekal masa depan nanti.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi PSSI

Sebagai bahan pertimbangan akan kondisi yang terjadi di lapangan sehingga dapat memberikan solusi atas masalah yang terjadi.

#### b. Bagi SSB

Sebagai informasi yang bisa menjadi wawasan dan pengetahuan baru akan dampak dari Pandemi ini dan agar bisa menjadi bahan pertimbangan pelaksanaan kegiatan SSB kedepannya.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Pandemi *Corona Virus Disease 19 (Covid-19)*

Wabah Pandemi Covid-19 adalah suatu persebaran suatu penyakit yang belum diketahui bagaimana penanganannya dengan jumlah yang lebih banyak daripada umumnya. Wabah biasanya dialami dalam waktu yang panjang bisa berbulan-bulan atau bahkan hingga bertahun-tahun. "*Wabah biasanya berlangsung dalam jangka waktu lama, mulai dari hitungan hari hingga tahun. Tidak hanya di satu wilayah, tetapi wabah juga bisa meluas ke daerah atau negara lain di sekitarnya*" (Adrian, 2020). Pandemi sendiri adalah suatu persebaran penyakit yang telah melanda hampir di seluruh dunia sehingga Pandemi bisa dikatakan adalah masalah persebaran penyakit yang berdampak seluruh warga dunia.

Covid 19 adalah suatu wabah yang menyebarkan virus Corona yang disebut dengan SARS CoV-2. Virus ini pertama kali diketahui pada tanggal 31 Desember 2019 diawali dengan adanya laporan kluster wabah pneumonia di Wuhan, Tiongkok (WHO, 2020). Virus ini dapat bertransmisi dengan melalui *droplets* yang muncul ketika kita batuk sehingga bisa dibayangkan virus ini sangat mudah untuk menyebar. Virus ini juga dapat menyebabkan beberapa gejala yang timbul dari yang terjadi, seperti demam, batuk kering dan kelelahan. Selain itu juga terdapat beberapa gejala lain seperti: kehilangan indra penciuman, mata merah, sakit kepala, diare, mual dan muntah-muntah dan masih banyak lagi gejala-gejala yang baru ditemukan (WHO, 2020).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwasannya virus Covid-19 adalah suatu virus yang disebut dengan SARS-CoV-2. Virus ini dapat menyebar dengan sangat mudah melalui *droplets* yang keluar dari mulut ataupun cairan yang terdapat di tubuh.

### **a. Gejala Covid-19**

Apabila seseorang terdampak oleh virus Covid-19 maka tubuh akan merespons sebagai upaya perlawanan terhadap virus asing yang mengancam kesehatan tubuh. perlawanan sistem imun ini menimbulkan gejala-gejala yang dapat diidentifikasi. Menurut Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) (2021) gejala yang akan timbul apabila seseorang terdampak virus Covid-19 adalah:

- 1) Gejala umum, seperti demam, batuk kering, dan kelelahan.
- 2) Gejala yang sedikit tidak umum, seperti rasa tidak nyaman dan nyeri nyeri tenggorokan, diare, konjungtivitis (mata merah), sakit, kepala, hilangnya indra perasa atau penciuman, ruam pada kulit, atau perubahan warna pada jari tangan atau jari kaki.
- 3) Gejala serius, seperti kesulitan bernafas atau sesak nafas, nyeri dada atau rasa tertekan pada dada, dan hilangnya kemampuan berbicara atau bergerak.

Apabila gejala-gejala tersebut muncul atau dapat diidentifikasi maka yang harus dilakukan adalah menghubungi pihak berwenang atau tenaga medis supaya terdapat pencegahan persebaran diantara masyarakat lain. Gejala pada umumnya muncul antara 5 s.d. 6 hari setelah terkena pertama kali oleh virus ini. Namun dapat juga hingga 14 hari setelah pertama terinfeksi.

### **b. Pencegahan Virus Covid-19**

Untuk mencegah persebaran virus Covid-19 menurut BNPB (2021) ada beberapa hal yang harus dilakukan:

- 1) Cuci tangan secara rutin dengan menggunakan air dan sabun atau cairan pembersih tangan berbahan alkohol.
- 2) Selalu gunakan jarak aman dengan orang-orang yang batuk atau bersin.
- 3) Kenakan masker jika pembatasan fisik tidak dimungkinkan.
- 4) Jangan sentuh mata, hidung, atau mulut.

- 5) Saat batuk atau bersin, tutup mulut dan hidung menggunakan lengan dan tisu.
- 6) Jangan keluar rumah apabila merasa tidak enak badan.
- 7) Jika demam, batuk atau kesulitan bernafas segera cari bantuan medis.

**c. Kebijakan Pemerintah Sebagai Respons Penyebaran Virus Covid-19**

Sebagai upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19 dan memutus mata rantai virus Covid-19, Pemerintah membuat kebijakan darurat mengenai wabah Covid-19. Kebijakan-kebijakan tersebut dibentuk demi mencegah wabah ini menjadi semakin parah dari waktu ke waktu. Beberapa kebijakan pemerintah yang telah ada, yaitu:

1) *Work From Home* (WFH)

*Work From Home* atau lebih dikenal dengan kebijakan WFH adalah kebijakan pemerintah untuk mencegah terjadinya interaksi langsung antara masyarakat dan mewajibkan pekerjaan dilakukan di rumah saja tanpa harus menuju ke kantor secara langsung dengan maksud agar dapat mencegah persebaran virus Covid-19

2) Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB)

PSBB adalah salah satu kebijakan terbesar yang diupayakan oleh pemerintah selama Pandemi Covid-19 mewabah di Indonesia. Setelah angka positif terpapar Covid-19 meningkat secara drastis pemerintah akhirnya tidak terfokus akan memutus dan mencegah orang yang telah terdampak namun juga kepada seluruh masyarakat karena terdapat penemuan ternyata virus Covid-19 bisa dibawa oleh manusia tanpa mengeluarkan gejala terlebih dahulu atau bisa disebut Orang Tanpa Gejala (OTG).

3) Larangan Mudik

Larangan mudik disosialisasikan oleh pemerintah merespons semakin dekatnya hari besar lebaran 1441 Hijriah lalu. Secara

tradisi masyarakat Indonesia pada 1 Syawal akan pergi ke kampung masing-masing dan bersilaturahmi dengan saudara-saudara namun karena dikhawatirkan terjadi persebaran wabah Covid-19 terutama masyarakat ibukota yang penduduknya rata-rata adalah pendatang dari berbagai kota di Indonesia sehingga banyak yang berniat untuk kembali ke kampung halaman.

#### 4) *New Normal/ PSBB Transisi*

New Normal dicanangkan setelah terdapat banyak sekali problematika yang bermunculan ketika kebijakan PSBB dilaksanakan seperti keterdesakan ekonomi, terhambatnya bantuan pemerintah, dan lain sebagainya membuat pemerintah memutuskan untuk melonggarkan kebijakan PSBB menjadi PSBB transisi yang dimana pada PSBB transisi masyarakat diperbolehkan untuk melakukan kegiatan secara langsung namun dengan catatan dapat mematuhi protokol kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Dengan adanya kebijakan ini diharapkan ekonomi masyarakat kembali membaik namun juga dapat menekan persebaran Covid-19.

#### 5) PSBB Kedua

Kebijakan pemerintah PSBB transisi yang telah dilakukan ternyata tidak sesuai dengan harapan. Euforia masyarakat tidak terkendali setelah dalam waktu beberapa minggu ditahan untuk tetap di dalam rumah. Akibatnya kasus positif Covid-19 kembali melonjak dengan tajam. Merespons meroketnya jumlah kasus yang terjadi pemerintah melakukan kebijakan PSBB kembali yang dalam arti semua kegiatan masyarakat tidak diperkenankan kembali untuk dilakukan secara langsung. Gubernur DKI Jakarta Anies Baswedan adalah salah satu Gubernur yang melaksanakan PSBB kedua di daerahnya.

#### 6) Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM)

Pada dasarnya PPKM memiliki banyak kesamaan dengan



PSBB namun yang membedakan adalah PPKM ini adalah inisiasi dari pemerintah pusat dan cakupannya adalah mencakup kota dan kabupaten bukan provinsi seperti ketika pelaksanaan PSBB. Poin-poin yang dilaksanakan pun juga senada dengan PSBB seperti WFH dengan rasio 75% di rumah dan 25% di kantor. Pemberlakuan PPKM ini memiliki kriteria-kriteria tertentu seperti salah satu contohnya adalah tingkat kematian di atas 3%.

#### **d. Persebaran Covid di sekitar daerah lokasi penelitian**

Dalam penelitian kali ini peneliti mengambil beberapa kecamatan di daerah Sleman Yogyakarta, yakni Sleman, Seyegan, Godean, Mlati, dan Nganglik. Menurut data yang diambil dari website Covid19.go.id persebaran Covid-19 di daerah yang tercantum adalah (per tanggal 29 April 2021):

- 1) Mlati: 705 Kasus Terkonfirmasi, 650 Sembuh, 8 Meninggal
- 2) Godean: 478 Kasus Terkonfirmasi, 377 Sembuh, 18 Meninggal
- 3) Nganglik: 895 Kasus Terkonfirmasi, 743 Sembuh, 16 Meninggal
- 4) Sleman: 424 Kasus Terkonfirmasi, 366 Sembuh, 9 Meninggal
- 5) Seyegan: 227 Kasus Terkonfirmasi, 193 Sembuh, 5 Meninggal

## **2. Hakikat Latihan**

Latihan adalah adalah suatu proses berulang-ulang dengan tujuan meningkatkan kemampuan. Bempa (2009: 3) dalam bukunya *Periodization: Theory and Methodology of Training* menyebutkan “*The intent of training is to increase the athletes skills and work capacity to optimize athletic performance*”. Inti dari pernyataan tersebut adalah tujuan dari latihan adalah untuk meningkatkan kemampuan dan kapasitas kerja untuk mengoptimalkan performa.

Joyce dan Lewindon (2014) juga mengemukakan “*The aim of training is to provide a stimulus that is effective in improving performance*”. Dari ungkapan tersebut Joyce dan Lewindon menyatakan bahwasannya tujuan

dari latihan adalah mempersiapkan stimulus yang efektif meningkatkan performa. Sementara menurut definisi Harsono (1998) “*latihan adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dan beban latihan kian hari kian bertambah*”.

#### **a. Prinsip Latihan**

Untuk membangun suatu sistem latihan yang baik bagi para tenaga pelatih baiknya mengikuti prinsip-prinsip latihan yang sudah ada. Prinsip latihan ini harus digunakan supaya latihan tersistem dan terstruktur dengan baik. Dick (2005: 360) mengungkapkan bahwasannya “*The principles of or ‘Laws of training’, of specificity, of overload and reversibility are basic to theory and practice of physical development*”. Dari ungkapan tersebut Dick mengungkapkan bahwasannya terdapat 3 prinsip dalam latihan yakni, spesifikasi, beban lebih, dan reversibilitas.

Sementara menurut Budiwanto (2009:17), prinsip latihan meliputi:

Prinsip-prinsip latihan meliputi prinsip beban bertambah (*overload*), prinsip spesialisasi (*specialization*), prinsip perorangan (*individualization*), prinsip variasi (*variety*), prinsip beban meningkat bertahap (*progressive increase of load*), prinsip perkembangan multilateral (*multilateral development*), prinsip pulih asal (*recovery*), prinsip reversibilitas (*reversibility*), menghindari beban latihan berlebih (*overtraining*), prinsip melampaui batas latihan (*the abuse of training*), prinsip aktif partisipasi dalam latihan, dan prinsip proses latihan menggunakan model.

Dari ungkapan tersebut diketahui bahwasannya ada beberapa prinsip latihan yang dipegang untuk bisa mencapai target latihan dengan cara yang efektif dan efisien.

Prinsip latihan menurut Djoko Pekik (2002: 43-47) bahwa prinsip latihan adalah; (a) prinsip beban berlebih (*overload*), (b) prinsip kekhususan (*specifity*), (c) prinsip kembali ke asal (*refersible*), sedangkan menurut Bompa (1994: 33) menjelaskan beberapa prinsip latihan diantaranya: (a) prinsip aktif dalam mengikuti latihan, (b) prinsip pengembangan menyeluruh, (c) prinsip spesialisasi, (d) prinsip individualisasi, (e) prinsip variasi, (f) prinsip model dalam latihan, (g)

prinsip penambahan beban secara progresif.

## **b. Komponen Latihan**

Untuk melakukan latihan yang baik perlu diketahui pula komponen-komponen yang menunjang sehingga program-program yang dilaksanakan dapat bersinergi dan mudah diketahui cara pengukuran dan manfaat yang akan dilakukan saat sebelum latihan saat latihan dan setelah latihan dilakukan. Menurut Bompas (dalam Budiyanto, 2012:33-34) jika seorang pelatih merencanakan suatu program latihan, harus memperhatikan komponen-komponen volume, intensitas dan densitas latihan. Volume latihan merupakan komponen penting dalam latihan yang menjadi syarat yang diperlukan untuk mencapai kemampuan teknik, taktik dan khususnya kemampuan fisik. Volume latihan dapat diwujudkan berupa kesatuan dari bagian-bagian waktu atau lamanya latihan; jarak tempuh atau berat beban per unit waktu; jumlah ulangan (repetisi) suatu latihan atau melaksanakan bagian teknik dalam tempo tertentu.

Intensitas latihan juga merupakan komponen yang penting yang menunjuk pada kualitas pelaksanaan kerja dalam periode waktu tertentu. Kesungguhan melakukan latihan dan melaksanakan latihan gerakan dengan benar merupakan tuntutan pencapaian intensitas latihan. Intensitas latihan dapat diindikatori oleh kecepatan (waktu), besarnya atau jumlah beban latihan, tempo atau waktu permainan dan dapat juga berupa frekuensi gerakan. Komponen berikutnya adalah densitas latihan, dapat diartikan sebagai seringnya mengulang-ulang gerakan latihan yang dilakukan pada setiap seri latihan atau bagian latihan sesuai dengan masa *recovery* yang diberikan.

Menurut Sukadiyanto (2005:23) komponen yang harus diperhatikan ketika menerapkan sebuah program latihan adalah intensitas, volume latihan dan *recovery dan interval*.

### 1) Intensitas

Menurut Sukadiyanto (2005: 24), intensitas latihan adalah ukuran yang menunjukkan kualitas suatu rangsang atau

pembebanan. Untuk menentukan besarnya intensitas suatu latihan dapat ditentukan dengan daya tahan aerobik, denyut jantung per menit, kecepatan, dan volume latihan. Dalam penelitian ini menggunakan latihan dengan intensitas tinggi.

## 2) Volume latihan

Menurut Sukadiyanto (2005: 26), volume latihan adalah ukuran yang menunjukkan kuantitas suatu rangsang atau pembebanan. Adapun dalam proses latihan cara yang digunakan untuk meningkatkan volume latihan dapat dilakukan dengan cara latihan itu: (a) diperberat, (b) diperlama, (c) dipercepat, atau (d) diperbanyak. Untuk itu dalam menentukan volume dapat dilakukan dengan cara menghitung: (a) jumlah repetisi, (b) jumlah set, (c) berat beban yang diangkat, (d) jumlah latihan per sesi, (e) durasi latihan, dan (f) waktu *recovery* dan interval. Untuk *treatmeant* (perlakuan) yang diberikan pada penelitian ini volume latihan akan ditingkatkan secara kontinu dan bertahap.

## 3) *Recovery* dan Interval

Istilah *recovery* selalu terkait dengan interval. *Recovery* adalah waktu istirahat yang diberikan pada saat antar set atau antar repetisi (ulangan). Interval adalah waktu istirahat yang diberikan pada saat antar seri, antar sirkuit atau antar sesi per unit latihan. Pada prinsipnya pemberian waktu *recovery* lebih pendek daripada pemberian waktu interval (Sukadiyanto, 2005: 26).

### c. Tahapan Latihan

Program latihan tahunan (PLT) biasanya dibagi-bagi dalam sejumlah tahapan atau periode latihan, yang dibagi lagi dalam apa yang disebut siklus-siklus latihan, yaitu siklus makro (bulanan), mikro (mingguan), dan sesi-sesi latihan harian yang bisa terdiri dari satu atau dua sesi latihan sehari menurut Rushall dan Pike (dalam Harsono, 2017: 178).

RENCANA TAHUNAN									
FASE LATIHAN	PERSIAPAN				KOMPETISI				TRANSISI
SUB FASE	PERSIAPAN UMUM		PERSIAPAN KHUSUS		PRA KOMPETISI	KOMPETISI UTAMA			
SIKLUS MAKRO									
SIKLUS MIKRO									

**Gambar 1. Skema Tahapan Program Latihan Tahunan**

Jadi, yang dimaksud dengan tahapan latihan adalah tahapan-tahapan yang harus dilaksanakan dari satu tahap ke tahap latihan lainnya yang ditujukan supaya program latihan bisa terukur dan terperinci hingga ke detail latihan yang akan dilaksanakan.

Dalam perencanaan program latihan pada dasarnya terdapat 3 tahapan (Harsono, 2017:), yakni:

- 1) Tahap persiapan, yang terdiri dari:
  - a) Tahap Persiapan Umum

Tahap persiapan umum adalah tahapan latihan di mana atlet difokuskan pada unsur-unsur fisik. Latihan yang diterapkan untuk fisik umum contohnya adalah latihan beban, latihan kontinu, dan latihan kardiovaskular. Untuk volume latihan biasanya 70% difokuskan pada kondisi umum dan sisanya digunakan untuk latihan teknik, taktik dan yang lainnya. Intensitas di tahap ini tidak terlalu tinggi karena latihan difokuskan pada volume latihannya.

- b) Tahap Persiapan Khusus

Pada tahap persiapan khusus atlet yang sudah dilatih kemampuan fisik umumnya mulai masuk ke tahap lanjut, dimana mulai masuk ke unsur fisik spesifik. Untuk latihan daya tahan dilatih dengan daya tahan anaerobik. Teknik yang diperkenalkan mulai dilatih dengan latihan-latihan yang

mendalam contoh di sepak bola adalah latihan kombinasi antara *passing* dan *shooting* atau *passing* dan daya tahan anaerobik. Harsono (2017:184) menyebutkan bahwasannya salah satu tujuan utama TPK adalah penyempurnaan elemen-elemen teknik.

2) Tahap Pertandingan, yang terdiri dari:

a. Tahap Pra-Pertandingan

Ketika telah melewati tahap pra pertandingan, maka atlet sudah diharapkan untuk memiliki teknik individu yang sempurna sehingga dapat diaplikasikan dengan baik dalam situasi pertandingan yang sesungguhnya. Pada tahapan ini kondisi fisik harus tetap di-*maintain* sehingga kondisi fisik tubuh tetap terjaga. Namun, latihan fisik tidak sebanyak pada tahapan persiapan. Bobot latihan yang diterapkan pada tahapan ini adalah sebanyak 50% teknik, 20% taktik, taktik 10% dan sisanya untuk melakukan pertandingan uji coba. Pada tahapan ini juga harus dilakukan evaluasi secara berkala agar dapat diketahui dimana saja kekurangan-kekurangan yang dimiliki oleh atlet dan harapannya bisa segera dilakukan perbaikan pada performanya.

b. Tahap Pertandingan Utama

Pada tahap ini atlet harus mengembangkan potensi-potensi yang ada dengan seoptimal mungkin. Pada latihan teknik atlet difokuskan pada keahliannya masing-masing. Contoh dalam sepak bola adalah pemain yang berposisi di bagian bertahan maka hanya latihan sesuai dengan posisinya yang berfokus pada pertahanan, sementara yang berperan di posisi *striker* berfokus dalam kemampuannya untuk menyerang seperti latihan menendang, mencari ruang dan menyundul ke gawang lawan.

Pada tahapan ini taktik permainan lebih ditekankan lagi

daripada sebelumnya. Latihan taktik harus lebih banyak dari pada aspek-aspek latihan yang lain. Intensitas dan volume latihan pada tahapan ini berbeda dengan tahap persiapan. Pada tahapan ini volume latihan ditekankan hingga 50% hingga 60% sedangkan intensitas latihan ditekankan hingga 80% hingga 90%. Pada waktu 2 minggu sebelum pertandingan utama dimulai atlet harus dimasukkan pada tahap *Unloading* dimana intensitas dan volume latihan atlet diturunkan dengan tujuan atlet dapat melakukan regenerasi tubuh dan terjadi overkompensasi.

### 3) Tahap Transisi

Tahap transisi masuk setelah kompetisi utama berakhir. Setelah kompetisi berakhir latihan yang dilakukan adalah latihan ringan dengan tujuan dapat mempertahankan kondisi fisik 50% hingga 60%. Pada tahapan transisi atlet bisa melakukan olahraga seperti berenang, berlari, dan melakukan pertandingan dengan intensitas rendah.

#### d. Siklus Makro dan Mikro

Siklus makro adalah siklus latihan yang terjadi secara bulanan sedangkan siklus mikro adalah siklus latihan yang terjadi secara mingguan. Namun, menurut Harsono (2015: 27) penentuan waktu akan siklus makro dan siklus mikro tidaklah selalu mutlak seperti itu ada kondisi dimana pelatih menyesuaikan waktu siklus makro dan mikro. Pada intinya siklus makro lebih panjang waktunya dibanding dengan siklus mikro.

#### e. Indikator Latihan

Dalam melaksanakan sebuah latihan perlu dibuat suatu program latihan yang sistematis dan terstruktur. Dalam dunia kepelatihan sudah dikenal perencanaan program latihan dengan periodisasi latihan. Perencanaan program latihan ditujukan agar proses latihan yang akan dilaksanakan menjadi efektif dan efisien

dan dapat mencapai prestasi setinggi tingginya. Di dalam perencanaan program latihan tersebut siklus seperti siklus makro dan siklus mikro.

Keberhasilan latihan dapat dilihat dari target yang telah ditetapkan di awal pembuatan program latihan tahunan (PLT). Setiap SSB memiliki target latihannya masing-masing. Keberhasilan latihan dapat diukur melalui evaluasi hasil latihan dan dibandingkan dengan program latihan tahunan yang telah ditetapkan oleh SSB. SSB yang mencapai keseluruhan target latihan bisa dikatakan berhasil dalam menjalankan program latihan tahunannya, sedangkan SSB yang tidak mencapai target latihan tahunannya dapat dikatakan bahwasannya SSB tersebut tidak berhasil menjalankan program latihan tahunannya.

### **3. Hakikat Sepak bola**

#### **a. Pengertian Sepak bola**

Sepak bola adalah permainan bola dengan 2 (dua) tim saling berhadapan yang tiap timnya beranggotakan 11 (sebelas) pemain. Tujuan sepak bola adalah dengan mencetak skor atau lebih dikenal dengan istilah *goal* ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang dari serangan lawan dan memasukkan skor. Permainan sepak bola dimainkan dengan menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali tangan. Waktu permainan sepak bola adalah 45 (empat puluh lima) menit per babak selama 2 (dua) babak. Setiap babak pertama usai terdapat jeda waktu istirahat selama 15 (lima belas) menit. Menurut Muhajir (2007:22), definisi sepak bola adalah sebagai berikut.

Sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola.



Pertandingan sepak bola dipimpin oleh wasit. Menurut *FIFA Law of The Game* (2020:66) wasit bertugas untuk menjadi pemimpin di lapangan dengan tugas meliputi:

1. Penegak aturan yang bersumber dari Federation International de Football Association Law of The Game (FIFA LOTG).
2. Mengontrol pertandingan dengan berkooperasi bersama *official* pertandingan lainnya.
3. Bertugas sebagai *timer*, mencatat kejadian di pertandingan yang akan dilaporkan kepada pihak yang berwajib dengan melampirkan laporan pertandingan., termasuk informasi mengenai tindakan disipliner dan seluruh kejadian yang terjadi sebelumnya, selama atau setelah pertandingan.
4. mengawasi dan mengatur ketika permainan dimulai kembali.

**b. Perlengkapan Permainan Sepak bola**

Untuk memainkan permainan sepak bola dibutuhkan sarana dan prasarana atau perlengkapan yang memadai. tanpa adanya sarana dan prasarana tersebut permainan sepak bola tidak bisa dilaksanakan. Terkait ini *FIFA Law of the Game* (2020: 35-69) juga telah mengaturnya dengan spesifikasi yang meliputi:

1) Lapangan

Lapangan permainan harus sepenuhnya terbuat dari rumput alami walaupun terbuat dari rumput artifisial maka harus ada regulasi yang mengatur dari wilayah setempat. Rumput lapangan harus berwarna dasar hijau. Lapangan ditandai dengan garis-garis putih yang menandai garis lapangan, garis gawang, garis tengah, lingkaran tengah lapangan, area penalti, area gawang, area tendangan sudut, titik tengah lapangan, titik penalti dan lengkung penalti.

Panjang lapangan adalah 90 s.d. 120 meter. Untuk lebar lapangan adalah 45 s.d. 90 meter untuk standar internasional lapangan harus memiliki Panjang 100 meter s.d. 110 meter.

Sedangkan lebarnya adalah 64 meter hingga 75 meter.

2) Gawang

Gawang harus terletak di tengah-tengah garis gawang. Gawang terdiri atas 2 tiang vertikal yang sejajar dengan area sudut yang bersambung pada posisi atas dengan tiang horizontal. Bahan untuk membuat tiang gawang adalah bahan yang telah diatur. Bentuk tingginya itu sendiri harus kotak, persegi Panjang, lingkaran ataupun elips atau kombinasi dari bentuk-bentuk tersebut yang tidak membahayakan pemain. Jarak garis di dalam gawang adalah 7.32 meter dan jarak antara tiang horizontal ke garis gawang adalah 2.44 meter. Warna dari gawang haruslah berwarna putih.

3) Bola

Semua bola yang dimainkan haruslah dengan kriteria: berbentuk bola, terbuat dari sesuai, lingkaran bola adalah antara 68 hingga 70 cm. Berat bola adalah 410 hingga 450 gram ketika pertandingan dimulai.

4) Pemain

Perlengkapan pemain terdiri dari baju berlengan, celana pendek, kaos kaki, pelindung kaki, sepatu, dan sarung tangan bagi penjaga gawang. Perlengkapan tambahan yang bersifat tidak berbahaya dan memberikan perlindungan boleh digunakan seperti pelindung kepala, pelindung wajah dan *arm protector*.

5) Wasit

Perlengkapan yang harus dimiliki wasit adalah peluit, jam tangan, kartu kuning dan merah. Buku catatan. Perlengkapan lain yang boleh digunakan adalah alat komunikasi dengan ofisial pertandingan lainnya, bendera, dan *headsets*.

#### 4. Hakikat Efektivitas

Efektivitas menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) memiliki makna yang sama dengan keefektifan. Mulyasa (2004: 82) menyatakan

efektivitas adalah adanya kesesuaian antara orang yang melaksanakan tugas dengan sasaran yang dituju. Efektivitas berkaitan dengan terlaksananya semua tugas pokok, tercapainya tujuan, ketepatan waktu, dan adanya partisipasi aktif dari anggota. Efektivitas merupakan keterkaitan antara tujuan dan hasil yang dinyatakan dan menunjukkan derajat kesesuaian antara tujuan yang dinyatakan dengan hasil yang ingin dicapai. Hidayat (1986) menjelaskan bahwa *“Efektivitas adalah suatu ukuran yang menyatakan seberapa jauh target (kuantitas, kualitas dan waktu) telah tercapai. Dimana makin besar persentase target yang dicapai, makin tinggi efektivitasnya”*. The Liang Gie (1988: 32) menyatakan bahwa *“efektivitas adalah suatu keadaan yang mengandung pengertian mengenai terjadinya suatu efek atau akibat yang dikehendaki”*.

Dari pengertian-pengertian di atas dapat disimpulkan bahwasannya efektivitas adalah suatu ukuran seberapa jauh pekerjaan yang telah dilakukan dengan target yang ditentukan dilihat dari kuantitas, kualitas, dan waktunya.

#### **a. Indikator Efektivitas**

Tercapai suatu target dan tujuan yang telah direncanakan di awal tentu bukan perkara yang sederhana. Dibutuhkan kajian-kajian yang mendalam dari berbagai sudut pandang dan pemahaman akan situasi yang ada. Salah satu cara untuk mengukur efektivitas adalah dengan membandingkan rencana yang telah dibuat di awal dengan kenyataan yang telah dilaksanakan. Jika rencana yang telah direncanakan di awal sesuai dengan hasil yang telah dilaksanakan di akhir maka bisa dikatakan pekerjaan yang telah dilakukan adalah efektif. Sedangkan pekerjaan yang telah dilakukan tidak mencapai tujuan yang telah direncanakan di awal atau bahkan hingga gagal maka bisa dikatakan bahwasannya pekerjaan tersebut tidak efektif.

Menurut Siagian (2002:77) kriteria ukuran mengenai pencapaian efektif atau tidaknya suatu tujuan adalah sebagai berikut:

- 1) Kejelasan tujuan yang hendak dicapai, poin ini bermaksud agar pekerjaan yang telah diutarakan oleh pemegang tujuan dapat

terarah dan jelas sehingga pencapaian tujuan organisasi dapat dicapai secara efektif.

- 2) Kejelasan strategi pencapaian tujuan, jika tujuan yang telah ditetapkan telah ada maka selanjutnya adalah bagaimana cara atau strategi untuk mencapai tujuan tersebut. Strategi dibutuhkan karena sebuah tujuan adalah target yang besar dan untuk mencapai target besar tersebut dibutuhkan target-target kecil supaya kerja tim lebih efektif.
- 3) Proses analisis dan kebijakan yang mantap, setelah ada tujuan dan strategi yang jelas dalam mencapai sebuah tujuan maka selanjutnya adalah analisis tiap tindakan yang dilakukan selama proses menuju tujuan. Selain itu perlu kebijakan-kebijakan yang jelas dan tegas sehingga terdapat konsistensi untuk mencapai tujuan.
- 4) Perencanaan yang matang, pada hakikatnya apa yang akan dikerjakan tim dimasa yang akan datang harus direncanakan dari sekarang.
- 5) Penyusunan program yang tepat, suatu rencana dan strategi yang telah ada harus dapat ditafsirkan kembali pada suatu tindakan yang lebih spesifik yang akan dijadikan pedoman pada saat pelaksanaan oleh anggota tim.
- 6) Tersedianya sarana dan prasarana kerja, untuk dapat melaksanakan tugas secara efektif dan efisien diperlukan sarana yang memadai yang disediakan oleh tim yang memiliki tujuan.
- 7) Pelaksanaan yang efektif dan efisien, suatu program, strategi dan pedoman pelaksanaan yang baik tidak akan menjadi baik apabila tidak dilaksanakan dengan baik oleh tim yang melakukannya. Pekerjaan yang tidak dilakukan dengan efektif dan efisien akan menjauhkan suatu tim dari tujuannya.
- 8) Sistem pengawasan dan pengendalian yang bersifat mendidik, salah satu masalah umum dalam pengelolaan sumber daya manusia dalam organisasi adalah banyaknya kelemahan yang ada, seperti

lupa, lelah dan malas. Dengan adanya sistem pengawasan dan pengendalian maka kerja organisasi akan terus tersegarkan kembali.

#### **b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas**

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi efektivitas dalam sebuah tim atau organisasi menurut Steers (1985: 159), yaitu:

##### 1) Karakteristik Organisasi (Struktur Organisasi)

Ciri organisasi lebih menekankan pada struktur dan teknologi karena kedua hal tersebut memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap efektivitas suatu tim atau organisasi. Struktur yang tertata dengan baik akan meningkatkan spesialisasi fungsi, ukuran organisasi dan sentralisasi pengambilan keputusan untuk meningkatkan produktivitas organisasi. Kemajuan dalam pemahaman teknologi juga akan menambah efisiensi dan efektivitas kerja organisasi secara keseluruhan untuk mencapai tujuan.

##### 2) Karakteristik Lingkungan

Pembagian dalam karakteristik lingkungan terbagi atas dua, yakni lingkungan internal dan lingkungan eksternal. Lingkungan internal adalah lingkungan yang mencakup ekosistem organisasi yang di dalamnya mencakup macam-macam atribut kerja. Sedangkan lingkungan eksternal mencakup pada hal yang berkaitan dengan hal-hal yang timbul dari luar lingkungan kerja.

##### 3) Karakteristik Pekerjaan

Dalam suatu lingkungan organisasi, tiap-tiap individu yang bekerja memiliki karakteristik dan perbedaan masing-masing. Keunikan tersebut tentu memiliki rasa ketertarikan, dampak, dan potensi tersendiri terhadap. Tanpa adanya hal-hal tersebut maka efektivitas kerja akan sulit untuk tercapai.

##### 4) Kebijakan dan Praktik Manajemen

Kebijakan dan manajemen adalah suatu mekanisme atau

sistem yang meliputi penetapan tujuan strategi, pencapaian dan pemanfaatan sumber daya secara efisien, menciptakan lingkungan prestasi, proses komunikasi, kepemimpinan dan pengambilan keputusan serta adaptasi dan inovasi organisasi. Atas dasar hal-hal tersebut peran manajer sangat penting untuk mengarahkan kegiatan-kegiatan tersebut secara proporsional untuk mencapai tujuan.

## 5. Keterampilan Sepak bola

Keterampilan adalah Sesutu kemampuan atau pengetahuan dalam melakukan sesuatu yang bersifat motorik. Sehingga, apabila suatu keterampilan dikuasai maka pekerjaan atau kegiatan yang bersangkutan dengan keterampilan yang telah dikuasai tersebut akan menjadi lebih efektif. Menurut Robbins dalam Ummatin (2014:8) Keterampilan (*skill*) berarti kemampuan untuk mengoperasikan suatu pekerjaan secara mudah dan cermat yang membutuhkan kemampuan dasar (*basic ability*). Sementara menurut Gordon dalam Ummatin (2014: 8) menyebutkan bahwasannya “*Keterampilan adalah kemampuan pekerjaan secara mudah dan cermat. Pengertian ini biasanya cenderung pada aktivitas Psikomotor*”.

Keterampilan dalam ranah sepak bola bisa diartikan keterampilan dalam melakukan teknik secara individu maupun tim dengan baik serta pemahaman yang mendalam mengenai taktik yang dipergunakan dalam permainan sepak bola. Untuk bisa melakukan teknik dengan baik dan memahami taktik yang diterapkan oleh pelatih di dalam permainan sepak bola dibutuhkan latihan konsisten dan terorganisir. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 8) keterampilan dasar dalam sepak bola terdiri atas tiga macam keterampilan, meliputi:

- (1) Keterampilan Lokomotor dalam bermain sepak bola adalah gerakan berpindah tempat, seperti lari ke segala arah, meloncat, melompat dan meluncur.
- (2) Keterampilan Nonlokomotor dalam bermain sepak bola adalah gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat, seperti menjangkau, melenting, membungkuk, meliuk.
- (3)

Keterampilan Manipulatif dalam bermain sepak bola adalah gerakan-gerakan seperti menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola dan menangkap bola bagi penjaga gawang.

Sementara itu menurut Komarudin (2011: 21) sepak bola bisa dimasukkan menjadi beberapa kelas keterampilan. Bila dilihat dari jelas tidaknya awal dan akhir gerakan yang mendasari berbagai keterampilan permainan sepak bola, seperti berlari, meloncat, melompat, menendang dan menembak, keterampilannya bisa dikategorikan sebagai keterampilan diskrit. Jika dilihat dari pola lingkungan dimana sepak bola dilakukan, sepak bola termasuk permainan yang mengandalkan keterampilan terbuka (*open skills*).

Keterampilan sepak bola termasuk dalam olahraga yang kompleks dikarenakan membutuhkan banyak kemampuan yang harus dikuasai dan juga dibutuhkan pemenuhan fisik untuk menunjang kemampuan teknik dasar. Adapun, teknik dasar sepak bola adalah teknik-teknik yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepak bola. Teknik ini akan menunjang permainan yang selanjutnya akan dibutuhkan pada saat menerapkan keterampilan-keterampilan lanjut. Menurut Herwin (2004: 21) permainan sepak bola mencakup dua kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain meliputi:

a. Gerak atau teknik tanpa bola

Selama dalam permainan sepak bola, seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang, karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbalik, berbelok dan berhenti tiba-tiba.

b. Gerak atau teknik dengan bola

Untuk mampu bermain sepak bola dengan baik, seorang pemain dituntut untuk menguasai bola dengan sebaik-baiknya ketika menerima bola, kemampuan gerak dengan bola ini meliputi:

1) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*)

- 2) Menendang bola (*passing*)
- 3) Mengoper bola pendek dan panjang atau melambung, menendang bola ke gawang (*shooting*)
- 4) Menggiring bola (*dribbling*)
- 5) Kontrol bola
- 6) Menyundul bola (*heading*) untuk bola lambung atau bola atas
- 7) Gerak tipu (*feinting*) untuk melewati lawan
- 8) Merebut bola (*tackling/ sheilding*) saat lawan menguasai bola
- 9) Melempar bola (*throw-in*) bila bola keluar lapangan untuk menghidupkan permainan.

Sementara menurut Abdullah (1981: 418) unsur teknik yang terdapat dalam permainan sepak bola dapat dibagi menjadi dua yakni:

- 1) Teknik badan (*body technique*), ialah gerakan-gerakan dalam sepak bola tetapi tanpa bola.
- 2) Teknik dengan bola ialah gerakan-gerakan dalam sepak bola dengan bola.
- 3) Teknik dasar sepak bola adalah teknik-teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepak bola. Menurut Sukatamsi (2001: 21), kemampuan dasar bermain sepak bola merupakan semua gerakan yang diperlukan untuk bermain sepak bola, kemudian untuk bermain, ditingkatkan menjadi kemampuan bermain sepak bola yaitu penerapan teknik dasar bermain dalam permainan. Teknik dasar bermain meliputi teknik tanpa bola, seperti lari cepat, melompat, zig zag, sedangkan teknik dengan bola meliputi menggiring bola, mengoper bola, menendang bola, mengontrol bola, menyundul bola, menghadang bola, lemparan ke dalam dan menjaga gawang.

## **6. Hakikat Sekolah Sepak bola (SSB)**

Sekolah sepak bola (SSB) merupakan sebuah organisasi olahraga khususnya sepak bola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang



dimiliki atlet. Tujuan sekolah sepak bola adalah untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan sekolah sepak bola yang lainnya, dapat memuaskan masyarakat dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi (Sardjono, 1982: 2).

Sekolah sepak bola memiliki peran penting dalam pembinaan atlet sepak bola terutama pada usia dini hingga memasuki tahap remaja. dengan adanya pembinaan sepak bola usai dini yang diwadahi oleh SSB secara sistematis, metodis dan berkesinambungan membuat SSB menjadi salah satu faktor dari pembentukan pemain-pemain yang berkualitas pada tahap sepak bola elit. Selain itu latihan dan kompetisi yang diadakan pada usia-usia dini membangun dasar-dasar permainan dan faktor psikologi yang akan menjadi bekal yang sangat berharga pada tahapan selanjutnya.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian dengan judul “*Survei Efektivitas Latihan Pada Ekstrakurikuler Sepak bola di SMP Negeri 4 Dedai*” yang ditulis oleh Anggia dkk. (2019). Metode yang dilakukan adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Populasi dari penelitian ini adalah proses latihan pada ekstrakurikuler sepak bola di SMP 1 Dedai pada tahun ajaran 2018/2019 dan sampelnya adalah murid yang mengikuti ekstrakurikuler pada tahun ajaran 2018/2019. Teknik pengumpulan data menggunakan *incidental sampling method*. Instrumen pengumpulan dengan melakukan observasi dan merekam aktivitas latihan dari waktu ke waktu menggunakan alat tulis. Dari hasil yang telah dibuat disimpulkan bahwasannya nilai rata-rata efektivitas pada pertemuan pertama kali adalah 12.2 (95.1%), pada pertemuan keempat 19.7 (98.7%), pada pertemuan kelima 15.6 (97.9%), Pada pertemuan keenam 11.9 (99.4%), dengan nilai total rata-rata 15.9 dengan persentase 97.8% dan telah disimpulkan bahwasannya kategorinya sangat efektif.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Medina Mufid Fajrin (2019) yang berjudul “*Peran Orang tua dalam Mendukung Prestasi Olahraga Sepak bola Putri*”

*Mataram Sleman*". Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui bagaimana persentase dukungan sosial orang tua dalam 36 mengikutsertakan anaknya berlatih di Klub Sepak bola Putri Mataram Sleman. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan menggunakan angket. Jumlah sampel yang digunakan adalah 25 orang sampel. Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Juni 2018 di Sleman. Berdasarkan hasil penyebaran angket, setelah di analisis dengan teknik persentase menunjukkan bahwa peran orang tua dalam mendukung prestasi olahraga sepak bola Putri Mataram Sleman berada pada kategori "sangat kurang" sebesar 12% (3 orang), "kurang" sebesar 8% (2 orang), "cukup" sebesar 56% (14 orang), "baik" sebesar 16% (4 orang), dan "sangat baik" sebesar 8% (2 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 101,88, peran orang tua dalam mendukung prestasi olahraga sepak bola Putri Mataram Sleman dalam kategori "cukup". Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa peran orang tua sangat penting dalam terbentuknya prestasi pada atlet sepak bola Putri Mataram Sleman.

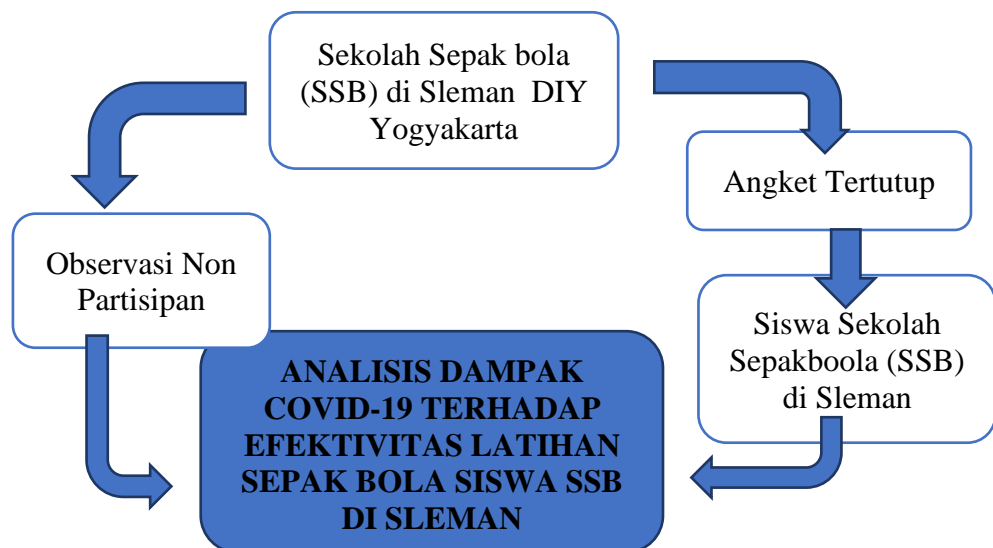
### **C. Kerangka Berpikir**

Pandemi Covid-19 yang notabene memiliki kemampuan menular yang sangat cepat membuat pemerintah waspada akan penyebaran yang kemungkinan akan terjadi. Dari kekhawatiran tersebut pemerintah beberapa kali membatasi kegiatan yang berkerumun demi memutus mata rantai persebaran virus Covid-19. Latihan sepak bola yang bersifat saling berkontak langsung dan terjadi banyak interaksi menjadi salah satu kegiatan yang beberapa kali terhenti akibat dari Pandemi ini. Latihan sepak bola yang lazimnya dilaksanakan rutin beberapa hari dilaksanakan dalam waktu seminggu turut pula mendapatkan imbas dari Pandemi yang tidak berkesudahan.

Dengan beberapa kali himbauan mengenai PSBB yang telah digaungkan oleh pemerintah tentu memberikan dampak terhadap latihan yang pada umumnya telah dirancang dalam periode tertentu. Dihentikannya kompetisi antar SSB juga menjadi salah satu faktor yang signifikan terhadap target latihan

yang telah ditentukan. Ketidakpastian akan rutinitas latihan yang dilaksanakan di lapangan dapat berdampak pada kualitas latihan yang telah direncanakan di awal. Sehingga banyaknya waktu yang tidak bisa dimanfaatkan untuk latihan di lapangan dikhawatirkan dapat mempengaruhi hasil akhir latihan.

Peneliti merasa masalah ini adalah *hall* yang patut diketahui untuk mengetahui kenyataan di lapangan dengan harapan hasil penelitian ini dapat menjadi informasi berguna untuk ke depannya. Dengan demikian peneliti ingin mengetahui sejauh mana dampak yang diberikan dari Pandemi ini terhadap latihan di SSB daerah Sleman, Yogyakarta.



**Gambar 2. Kerangka Berpikir**

#### **D. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan penelitian yang ada dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah Pandemi Covid-19 mempengaruhi latihan SSB di Sleman?
2. Apakah latihan yang dilaksanakan pada saat Pandemi Covid-19 berjalan dengan efektif?

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Untuk melakukan sebuah penelitian yang baik haruslah menggunakan metode yang jelas. Penggunaan metode ini bertujuan agar hasil yang telah dilakukan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Desain penelitian terdapat berbagai macam jenisnya tergantung dari permasalahan, variabel penelitian yang akan dilakukan dan bagaimana data itu akan diolah.

Dengan tema yang sudah ditetapkan maka metode penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah metode deskriptif kuantitatif. Menurut Arikunto (2013: 234) penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan. Penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu variabel, gejala atau keadaan.

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Untuk dapat meneliti suatu permasalahan dalam penelitian diharuskan untuk mengetahui variabel apa saja yang akan diteliti. Tanpa adanya variabel maka bisa dibayangkan tidak ada penelitian karena unsur variabel ini adalah hal wajib yang harus ada di dalam sebuah penelitian.

Definisi operasional variabel pada penelitian ini adalah Covid-19, Efektivitas dan Sekolah Sepakbola. Definisi dari Covid-19 adalah suatu virus yang disebut dengan SARS-CoV-2. Virus ini dapat menyebar dengan sangat mudah melalui *droplets* yang keluar dari mulut ataupun cairan yang terdapat di tubuh. Sedangkan definisi dari Efektivitas menurut Mulyasa (2004: 82) adalah adanya kesesuaian antara orang yang melaksanakan tugas dengan sasaran yang dituju. Sedangkan untuk yang terakhir, definisi dari Sekolah Sepakbola adalah sebuah organisasi olahraga khususnya sepak bola yang memiliki fungsi

mengembangkan potensi yang dimiliki atlet

Sugiyono (2012:60) menyatakan bahwasannya pada dasarnya variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut. Kemudian ditarik simpulannya. Variabel terbagi atas dua yakni adalah variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikatnya adalah efektivitas latihan SSB di Sleman Yogyakarta. Sedangkan variabel bebas dari penelitian ini adalah pengaruh Pandemi Covid-19.

### C. Populasi dan Sampel Penelitian

#### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2012:117), "*populasi penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya*". Jadi populasi bukan hanya kelompok manusianya saja namun juga termasuk subyek dan obyek yang turut mempengaruhi. Adapun populasi penelitian pada penelitian ini adalah Sekolah Sepak bola yang tergabung dalam Asosiasi SSB. Askab Sleman yang berada di daerah Sleman DIY sejumlah 25 (dua puluh lima) SSB aktif. Jumlah siswa pada tiap SSB selalu berubah ubah dikarenakan setiap waktunya pasti terdapat siswa yang masuk dan keluar namun secara rata-rata siswa SSB di Sleman adalah 60 (enam puluh) siswa tiap SSB. Maka dari itu jumlah keseluruhan populasi adalah  $25 \times 60 = 1.500$  orang. Berikut data nama-nama SSB di Daerah Sleman DIY:

**Tabel 1. Daftar Nama SSB di Sleman Yogyakarta**

No.	Nama SSB
1	SSB Tunas Muda Cangkringan
2	SSB GAMA

3	SSB BPJ Wedomartani
4	SSB Minomartani
5	SSB Gelora Muda Ngaglik
6	SSB Matra Meguwaharjo
7	SSB Kalasan
8	SSB Abba Junior
9	SSB STFA
10	SSB RMF UNY
11	SSB Sinar Muda
12	SSB Balakosa
13	SSB Bangunkerto Turi
14	SSB Satria Pandawa sleman
15	SSB Amtri Sleman
16	SSB Satrio Utomo Sleman
17	SSB Pesat Tempel
18	SSB BPM Mlati
19	SSB Tunas Muda Sumberadi
20	SSB AMS Seyegan
21	SSB Seyegan United
22	SSB KKK Godean
23	SSB BSA tama Godean
24	SSB Satria Sembada Gamping
25	SSB Badai Moyudan

## 2. Sampel Penelitian

Sugiyono turut pula menjelaskan apa itu sampel penelitian. Menurut Sugiyono (2012: 118) “*Sampel penelitian adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut*”. Tujuan dari ditetapkannya sampel penelitian dikarenakan di penelitian ini terdapat keterbatasan kemampuan, dana dan waktu yang dimiliki oleh peneliti. Maka dari itu peneliti membatasi penelitian ini dengan menggunakan rumus Slovin. Adapun rumus yang digunakan untuk menghitung rumus sampel menggunakan rumus Slovin adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N e^2}$$

$$n = \frac{1500}{1 + 1500(0,1)^2}$$

$$n = 93,75$$

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = persen kelonggaran ketidakteelitian karena kesalahan penarikan sampel yang masih dapat ditoleransi atau diinginkan

Untuk menyederhanakan jumlah sampel yang akan dihitung maka dari jumlah perhitungan sebesar 93,75, penulis menyederhanakan angka sampel menjadi 100 orang siswa SSB di daerah Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta yang tersebar kedalam 10 SSB dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 2. Sampel Penelitian**

No	Nama SSB	Jumlah Sampel
1	SSB Real Madrid Foundation UNY	10
2	SSB Matra	10
3	SSB Bangunkerto Turi	10
4	SSB Kalasan	10
5	SSB AMS Seyegan	10
6	Akademi STFA	10
7	SSB GAMA	10
8	SSB BPM Mlati	10

9	SSB BPJ	10
10	SSB Gelora Muda	10
<b>Total</b>		100

Sedangkan teknik pengambilan sampel adalah dengan teknik *Purposive Sampling* yakni dengan cara mengambil sampel secara acak dan tidak membedakan antara satu dengan sampel yang lain. Penyebaran angket yang akan dilakukan dengan menggunakan *google form* guna mengurangi kontak langsung pada masa Pandemi Covid-19 terhadap siswa SSB Kelompok Umur 15 tahun (KU-15).

#### **D. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian dibutuhkan untuk mengetahui nilai variabel yang diteliti melalui cara pengukuran. Instrumen menjadi penting karena berguna sebagai alat ukur. Menurut (Sugiyono, 2012:148), "*Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik fenomena ini disebut variabel penelitian*". Nantinya instrumen penelitian ini akan dibutuhkan untuk mengetahui skala keakuratan untuk menghasilkan data kuantitatif.

Pada penelitian kali ini instrumen yang akan digunakan adalah instrumen angket. Instrumen angket cocok digunakan untuk mencari dan mengetahui informasi berkenaan dengan hal yang ingin diketahui secara luas. Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 128) menyatakan, "*Angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk memperoleh informasi sampel dalam arti laporan pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui*".

Angket terbagi menjadi dua yakni angket tertutup dan angket terbuka. Angket tertutup adalah angket yang dibuat sedemikian rupa dan diisi oleh responden sesuai dengan ang responden inginkan. Sedangkan angke tertutup adalah angket yang dibuat sedemikian rupa dan diisi oleh responden dengan poin rentang nilai yang ada yang selanjutnya akan di-*ceklist* dari poin yang telah ada.



Pada penelitian ini skala yang digunakan adalah skala Likert. Menurut Sugiono (2015: 134) skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Rekap Skor yang diberikan terhadap pernyataan-pernyataan dalam angket dibuat dalam ketentuan sebagai berikut:

**Tabel 3. Rentang Skala Likert**

Pernyataan Sikap	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
Positif	5	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4	5

Adapun kisi-kisi kuisisioner adalah sebagai berikut:

**Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian**

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir
Dampak Pandemi Covid-19	A. Pengaruh terhadap kesehatan	a. Dampak Pandemi terhadap kesehatan siswa SSB	1,2,3
		b. Sikap yang dilakukan dari dampak wabah Covid-19	4,5,6
		c. Pencegahan yang dilakukan untuk menghindari wabah	7,8,9

	B. Peraturan Pemerintah mengenai Covid-19	a. Pemahaman Mengenai peraturan pemerintah mengenai pencegahan Covid-19 b. Sikap akan peraturan pemerintah terhadap latihan c. Penerapan aturan pemerintah tentang Covid-19 pada latihan	10,11,12 13,14,15 16,17,18
Efektivitas latihan Sepak bola di Sleman, Yogyakarta	C. Pelaksanaan latihan selama Pandemi	a. Pelaksanaan latihan b. Penyesuaian latihan terhadap Pandemi c. Kondusivitas latihan selama Pandemi	19,20,21, 22,23,24 25,26,27 28,19,30
	D. Efektivitas latihan selama Pandemi Covid-19	a. Efektivitas latihan b. Hasil capaian latihan selama Pandemi Covid-19	31,32,33 34,35,36
Total			36 Butir

## E. Uji Validitas dan Reliabilitas Penelitian

### 1. Uji Validitas

Uji validitas dimaksudkan agar instrumen penelitian tepat untuk menjadi alat ukur suatu fenomena. Menurut Sugiyono (2011:173) *“Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur”*. Uji validitas yang akan dilakukan pada penelitian kali ini adalah dengan

pengujian validitas Konten (*Contentt Validity*) dimana instrumen akan diujikan kepada ahli (*Expert Judgements*) untuk dikonsultasikan kembali mengenai aspek-aspek yang akan diukur pada isntrumen tersebut.

Aiken (1985) merumuskan formula Aiken's V untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian dari panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu item dari segi sejauh mana item tersebut mewakili kontrak yang diukur. Formula yang diajukan oleh Aiken adalah sebagai berikut (Azwar, 2012:113).

$$V = \sum s / [n (c-1)]$$

$$S = r - lo$$

Keterangan

Lo = angka penilaian validitas yang terendah (misalnya 1)

C = angka penilaian validitas tertinggi (misalnya 5)

R = angka yang diberikan oleh penilai

Untuk indeks penilaian validitas aiken yang digunakan adalah seperti tabel penilaian aiken berikut:

No. of Items (m) or Raters (n)	Number of Rating Categories (c)													
	2		3		4		5		6		7			
	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p		
2							1.00	.040	1.00	.028	1.00	.020		
3							1.00	.008	1.00	.005	1.00	.003		
3			1.00	.037	1.00	.016	.92	.032	.87	.046	.89	.029		
4					1.00	.004	.94	.008	.95	.004	.92	.006		
4			1.00	.012	.92	.020	.88	.024	.85	.027	.83	.029		
5			1.00	.004	.93	.006	.90	.007	.88	.007	.87	.007		
5	1.00	.031	.90	.025	.87	.021	.80	.040	.80	.032	.77	.047		
6			.92	.010	.89	.007	.88	.005	.83	.010	.83	.008		
6	1.00	.016	.83	.038	.78	.050	.79	.029	.77	.036	.75	.041		
7			.93	.004	.86	.007	.82	.010	.83	.006	.81	.008		
7	1.00	.008	.86	.016	.76	.045	.75	.041	.74	.038	.74	.036		
8	1.00	.004	.88	.007	.83	.007	.81	.008	.80	.007	.79	.007		
8	.88	.035	.81	.024	.75	.040	.75	.030	.72	.039	.71	.047		
9	1.00	.002	.89	.003	.81	.007	.81	.006	.78	.009	.78	.007		
9	.89	.020	.78	.032	.74	.036	.72	.038	.71	.039	.70	.040		
10	1.00	.001	.85	.005	.80	.007	.78	.008	.76	.009	.75	.010		
10	.90	.001	.75	.040	.73	.032	.70	.047	.70	.039	.68	.048		
11	.91	.006	.82	.007	.79	.007	.77	.006	.75	.010	.74	.009		
11	.82	.033	.73	.048	.73	.029	.70	.035	.69	.038	.68	.041		
12	.92	.003	.79	.010	.78	.006	.75	.009	.73	.010	.74	.008		
12	.83	.019	.75	.025	.69	.046	.69	.041	.68	.038	.67	.049		
13	.92	.002	.81	.005	.77	.006	.75	.006	.74	.007	.72	.010		
13	.77	.046	.73	.030	.69	.041	.67	.048	.68	.037	.67	.041		
14	.86	.006	.79	.006	.76	.005	.73	.008	.73	.007	.71	.009		
14	.79	.029	.71	.035	.69	.036	.68	.036	.66	.050	.66	.047		
15	.87	.004	.77	.008	.73	.010	.73	.006	.72	.007	.71	.008		
15	.80	.018	.70	.040	.69	.032	.67	.041	.65	.048	.66	.041		
16	.88	.002	.75	.010	.73	.009	.72	.008	.71	.007	.70	.010		
16	.75	.038	.69	.046	.67	.047	.66	.046	.65	.046	.65	.046		
17	.82	.006	.76	.005	.73	.008	.71	.010	.71	.007	.70	.009		
17	.76	.025	.71	.026	.67	.041	.66	.036	.65	.044	.65	.039		
18	.83	.004	.75	.006	.72	.007	.71	.007	.70	.007	.69	.010		
18	.72	.048	.69	.030	.67	.036	.65	.040	.64	.042	.64	.044		
19	.79	.010	.74	.008	.72	.006	.70	.009	.70	.007	.68	.009		
19	.74	.032	.68	.033	.65	.050	.64	.044	.64	.040	.63	.048		
20	.80	.006	.72	.009	.70	.010	.69	.010	.68	.010	.68	.008		
20	.75	.021	.68	.037	.65	.044	.64	.048	.64	.038	.63	.041		
21	.81	.004	.74	.005	.70	.010	.69	.008	.68	.010	.68	.009		
21	.71	.039	.67	.041	.65	.039	.64	.038	.63	.048	.63	.045		
22	.77	.008	.73	.006	.70	.008	.68	.009	.67	.010	.67	.008		
22	.73	.026	.66	.044	.65	.035	.64	.041	.63	.046	.62	.049		
23	.78	.005	.72	.007	.70	.007	.68	.007	.67	.010	.67	.009		
23	.70	.047	.65	.048	.64	.046	.63	.045	.63	.044	.62	.043		
24	.79	.003	.71	.008	.69	.006	.68	.008	.67	.010	.66	.010		
24	.71	.032	.67	.030	.64	.041	.64	.035	.62	.041	.62	.046		
25	.76	.007	.70	.009	.68	.010	.67	.009	.66	.009	.66	.009		
25	.72	.022	.66	.033	.64	.037	.63	.038	.62	.039	.61	.049		

Gambar 3. Indeks penilaian Validitas Aiken

Indeks penilaian dinilai dengan menetapkan nilai  $p < 0,05$  yang artinya mengizinkan penguang error sebanyak 5%. Sedangkan nilai batas valid yang ditentukan peneliti adalah sebesar 0,6. Untuk Uji Validitas yang akan dilakukan penulis menggunakan indeks validitas sebesar 7,9.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah suatu pengujian terhadap instrumen, apakah instrumen tersebut dapat secara konsisten menyajikan data yang akurat atau tidak jika digunakan lebih dari satu kali. Menurut Sugiyono (2012: 174) bahwasannya “*reliabilitas adalah instrumen yang bisa digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama*”. Uji coba reliabilitas instrumen dilakukan pada dua variabel yakni variabel X (Pengaruh Pandemi Covid-19) dan variabel Y (Efektivitas latihan sepak bola). Tingkat reliabilitas dihitung dengan menggunakan rumus Alpha Cronbach.

Untuk menginterpretasikan koefisien reliabilitas digunakan kategori Interpretasi Koefisien Korelasi ( $r$ ) menurut Sugiyono (2015: 184) dengan skala sebagai berikut:

**Tabel 5. Kategori Intepretasi Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Kriteria pengambilan keputusan untuk menentukan reliabel atau tidak bila  $r$  lebih besar atau sama dengan 0,600 maka item tersebut reliabel. Bila  $r$

lebih kecil dari 0,600 maka item tersebut tidak reliabel.

## F. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian kali ini penulis memutuskan untuk menggunakan teknik observasi dengan menggunakan angket yang disebar kepada objek penelitian. Menurut Kusuma (1987:25) observasi adalah pengamatan yang dilakukan dengan sengaja dan tersusun terhadap kegiatan yang diteliti. Jenis-jenis observasi tersebut diantaranya yaitu observasi terstruktur, observasi tak terstruktur, observasi partisipan, dan observasi nonpartisipan. Peneliti akan melakukan observasi ke 10 (sepuluh) SSB dengan masing-masing SSB mengambil 10 orang untuk dijadikan sampel penelitian.

## G. Teknik Analisis Data

Untuk memberikan makna Skor yang ada, peneliti membuat beberapa kategori normatif yaitu: sangat baik, baik, cukup, kurang baik, dan sangat kurang baik. Kategorisasi menggunakan mean (M) serta standar deviasi (SD). Penjelasannya adalah sebagai berikut:

**Tabel 6. Kategorisasi Nilai** (Sugiyono, 2016: 22)

No.	Rentang Norma	Kategori
1.	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Baik
2.	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3.	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Cukup
4.	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang baik
5.	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Kurang Baik

Teknik analisis data atau cara pengolahan data merupakan proses penting untuk mengetahui seperti apa karakteristik dari data yang telah diambil. Data yang diolah ini akan diolah kembali dengan teknik deskriptif. Setelah semua data terkumpul maka data-data tersebut akan dianalisis dan ditarik kesimpulannya. Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase.

Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$P = F \div N \cdot 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Subyek dan Lokasi Penelitian

Dikarenakan kondisi pada saat peneliti ingin mengambil data ada dalam kondisi PPKM level 1, maka Peneliti memilih untuk mengambil data langsung ke lapangan dengan alasan supaya bisa menjalin silaturahmi langsung kepada SSB dan bisa mengumpulkan data dengan sekali datang ke SSB. Penelitian dilakukan kepada 10 SSB di Sleman yang mana tiap SSB diambil 10 sampel dari siswa SSB itu sendiri. Total terdapat 100 siswa SSB yang dijadikan sampel dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 7. Sampel Penelitian**

No	Nama SSB	Jumlah Sampel
1	SSB Real Madrid Foundation UNY	10
2	SSB Matra	10
3	SSB Bangunkerto Turi	10
4	SSB Kalasan	10
5	SSB AMS Seyegan	10
6	Akademi STFA	10
7	SSB GAMA	10
8	SSB BPM Mlati	10
9	SSB BPJ	10
10	SSB Gelora Muda	10
<b>Total</b>		100

#### B. Hasil Penghitungan Validitas dan Reliabilitas

##### 1. Penghitungan Validitas

Penghitungan validitas dilakukan kepada enam pelatih SSB di Sleman Yogyakarta. Dari tiga puluh enam item soal yang diujikan diketahui bahwasannya terdapat tiga belas soal yang berada di bawah batas nilai valid dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 8. Hasil Perhitungan Uji Validitas**

No	V Aiken	Kriteria
1	0,95833	VALID
2	0,79167	VALID
3	0,70833	TIDAK VALID
4	0,83333	VALID
5	0,83333	VALID
6	0,875	VALID
7	0,83333	VALID
8	0,83333	VALID
9	0,83333	VALID
10	0,83333	VALID
11	0,875	VALID
12	0,875	VALID
13	0,875	VALID
14	0,83333	VALID
15	0,83333	VALID
16	0,875	VALID
17	0,625	TIDAK VALID
18	0,83333	VALID
19	0,58333	TIDAK VALID
20	0,625	TIDAK VALID
21	0,58333	TIDAK VALID
22	0,54167	TIDAK VALID
23	0,625	TIDAK VALID
24	0,79167	VALID
25	0,875	VALID
26	0,83333	VALID
27	0,83333	VALID
28	0,375	TIDAK VALID
29	0,41667	TIDAK VALID
30	0,54167	TIDAK VALID
31	0,625	TIDAK VALID
32	0,83333	VALID
33	0,41667	TIDAK VALID
34	0,66667	TIDAK VALID
35	0,875	VALID
36	0,83333	VALID

Dari ke-13 soal yang belum valid ini selanjutnya soal-soal tersebut dikonsultasikan kembali dengan dosen pembimbing dan direvisi untuk selanjutnya dimasukkan kembali ke dalam daftar soal yang dipertanyakan kepada responden dengan harapan setelah dilakukan konsultasi dengan



dosen pembimbing didapatkan soal yang lebih baik lagi. (**Lampiran 5. Hal 81**)

## 2. Penghitungan Reliabilitas

Penghitungan Reliabilitas diujikan pada 36 siswa SSB di Sleman yang berada di luar sampel penelitian. 36 data tersebut diambil dari jenis sampel yang sama dengan sampel utama penelitian. Dari data yang telah dihitung diketahui bahwasannya penghitungan reliabilitas pada 36 siswa SSB tersebut adalah:

**Tabel 9. Hasil Penghitungan Uji Reliabilitas**

No	Variabel	Nilai Reliabilitas	Interpretasi
1.	Dampak Pandemi Covid-19	0,725	Kuat
2.	Efektivitas latihan Sepak bola di Sleman, Yogyakarta	0,719	Kuat

Pada perhitungan uji reliabilitas ini penulis menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS (*statistical Product and Service Solutions*) dan Microsoft Excel 16.

Dari hasil yang telah dihitung melalui uji coba instrumen diketahui nilai reliabilitas yang didapatkan dari instrumen yang diuji adalah sebesar 0.78 yang mana nilai tersebut melewati batas kelayakan sebesar 0.6. Dengan didapatkannya nilai tersebut dapat dikatakan bahwa instrumen penelitian dikatakan reliabel. (**Lampiran 6. Hal. 80**)

## C. Hasil Penelitian

Hasil data yang telah dikumpulkan selanjutnya ditabulasi dan dideskripsikan untuk mengetahui pengaruh Covid-19 terhadap latihan SSB di

Sleman Yogyakarta. Hasil rekap data dan penghitungan dari data yang telah terkumpul adalah sebagai berikut:

**1. Deskripsi Data Keseluruhan Penelitian Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Efektivitas Latihan Sepak bola Siswa SSB di Sleman.**

Dari data yang telah dikumpulkan mengenai angket Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Latihan SSB di Sleman Yogyakarta diketahui data sebagai berikut:

**Tabel 10. Analisis Deskriptif Dampak Covid-19 Terhadap Latihan SSB di Sleman Yogyakarta**

		Statistics				
		A	B	C	D	Ind_SUM
N	Valid	100	100	100	100	100
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		32.79	37.28	41.40	24.35	135.82
Median		32.50	37.00	41.00	24.00	135.50
Std. Deviation		4.152	4.599	5.395	3.512	12.790
Variance		17.238	21.153	29.111	12.331	163.583
Range		19	19	27	18	49
Minimum		23	26	27	12	109
Maximum		42	45	54	30	158
Sum		3279	3728	4140	2435	13582

Dari data diatas diketahui bahwasannya dari 100 (serratus) sampel dan 36 (tiga puluh enam) item pertanyaan telah dikumpulkan dan menghasilkan data nilai dari Indikator satu sebanyak 3279, Indikator 2 sebanyak 3728, Indikator 3 sebanyak 4140, dan Indikator 4 sebanyak 2435. Dari hasil nilai yang terkumpul diketahui nilai yang terakumulasi adalah 13582 dengan Mean 135,82, Median 135,50, dan Standar Deviasi sejumlah 12,79, nilai minimal 109 dan nilai maksimalnya 158. **(Lampiran 11. Hal. 106)**

**Tabel 11. Penghitungan Normatif Kategorisasi Dampak Covid-19 Terhadap Latihan SSB di Sleman Yogyakarta**

No.	Rentang Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$X \geq 155$	13	13%	Sangat Baik
2.	$142,21 \leq X < 155$	23	23%	Baik
3.	$129,43 \leq X < 142,21$	35	35%	Cukup
4.	$116,64 \leq X < 129,43$	23	23%	Kurang baik
5.	$X < 116,64$	6	6%	Sangat Kurang Baik

Selanjutnya dari tabel data diatas persebaran data pada kategori yang ada menggambarkan bahwasannya diketahui dari 100 orang responden 13% menyatakan sangat baik yang dalam artian Covid-19 tidak berdampak pada efektivitas latihan. Kemudian 23 (23%) responden menyatakan baik, 35 (35%) responden menyatakan cukup, 23 (23%) responden menyatakan kurang baik, dan 6 (6%) responden menyatakan sangat kurang baik yang dalam arti lain menyatakan bahwasannya Covid-19 mempengaruhi efektivitas latihan sepak bola SSB di Sleman Yogyakarta. **(Lampiran 10. Hal. 104)**

**2. Variabel 1. Dampak Pandemi Covid-19**

**a. Indikator 1. Pengaruh Terhadap Kesehatan**

Dari data yang telah diambil dari 100 sampel tentang pertanyaan mengenai indikator pengaruh terhadap kesehatan diketahui data yang telah diambil adalah sebagai berikut:

**Tabel 12. Analisis Deskriptif Indikator 1 Pengaruh Terhadap Kesehatan**

Statistics		
A		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		32.79
Std. Deviation		4.152

Minimum	23
Maximum	42

Dari data diatas diketahui bahwasannya Mean yang didapatkan adalah sebesar 32,79, kemudian standar deviasi yang didapat adalah sejumlah 4,15, nilai minimum yang didapatkan adalah 23 dan nilai maksimumnya sebesar 42. **(Lampiran 11. Hal. 107)**

Hasil pendeskripsian data di atas kemudian dikonversi menjadi kategori-kategori seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 13. Kategori Indikator 1 Pengaruh Terhadap Kesehatan**

No.	Rentang Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$X \geq 39,01$	12	12%	Sangat Baik
2.	$34,86 \leq X < 39,01$	37	37%	Baik
3.	$30,72 \leq X < 34,86$	34	34%	Cukup
4.	$26,57 \leq X < 30,72$	14	14%	Kurang baik
5.	$X < 26,57$	3	3%	Sangat Kurang Baik

Berdasarkan tabel di atas diketahui kategori dari pembahasan mengenai indikator pengaruh terhadap kesehatan. Dari tabel tersebut diketahui bahwasannya 12 (12%) responden menyatakan sangat baik dalam artian menganggap bahwasannya Covid-19 tidak berpengaruh terhadap kesehatan, 37 (37%) responden menyatakan baik, 34 (34%) responden menyatakan cukup, 14 (14%) responden menyatakan kurang baik, dan 3 (3%) responden menyatakan sangat kurang baik dalam artian menganggap bahwasannya Covid-19 berpengaruh tidak baik terhadap latihan. **(Lampiran 10. Hal 104)**

**b. Indikator 2. Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19**

Dari data yang telah diambil dari 100 sampel tentang pertanyaan mengenai indikator peraturan pemerintah mengenai Covid-19 diketahui data yang telah diambil adalah sebagai berikut:

**Tabel 14. Analisis Deskriptif Indikator 2 Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19**

**Statistics**

B

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		37.28
Std. Deviation		4.599
Minimum		26
Maximum		45

Dari data di atas diketahui bahwasannya Mean yang didapatkan adalah sebesar 32,28, kemudian standar deviasi yang didapat adalah sejumlah 4,59, nilai minimum yang didapatkan adalah 26 dan nilai maksimumnya adalah 45. (**Lampiran 11. Hal. 108**)

Hasil pendeskripsian data di atas kemudian dikonversi menjadi kategori-kategori seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 15. Kategori Indikator 2 Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19**

No.	Rentang Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$X \geq 44,17$	3	3%	Sangat Baik
2.	$39,57 \leq X < 44,17$	33	33%	Baik
3.	$34,99 \leq X < 39,57$	32	32%	Cukup
4.	$30,44 \leq X < 34,99$	25	25%	Kurang baik
5.	$X < 30,44$	7	7%	Sangat Kurang Baik

Berdasarkan tabel di atas diketahui kategori dari pembahasan mengenai indikator peraturan pemerintah mengenai Covid-19. Dari tabel tersebut diketahui bahwasannya 3 (3%) responden menyatakan sangat baik dalam artian menganggap bahwasannya peraturan pemerintah membantu dalam penanggulangan wabah Covid-19 SSB di Sleman Yogyakarta, 33 (33%) responden menyatakan baik, 32 (32%) responden menyatakan cukup, 25 (25%) responden menyatakan kurang

baik, dan 7 (7%) responden menyatakan sangat kurang baik dalam artian menganggap bahwasannya peraturan pemerintah kurang cukup dalam penanggulangan wabah Covid-19 SSB di Sleman Yogyakarta. **(Lampiran 10. Hal. 105)**

Dari hasil kedua indikator pada variabel dampak Pandemi Covid-19 diketahui bahwasannya data keseluruhan pada variabel pertama adalah sebagai berikut **(Lampiran 10. Hal. 104):**

**Tabel 16. Perhitungan Total Kategori Variabel 1**

<b>Rekap Variabel 1</b>		
Kategori	Frekwensi	Persentase
Sangat Baik	12	12%
Baik	31	31%
Cukup	27	27%
Kurang Baik	26	26%
Sangat Kurang Baik	4	4%
Total	100	100%

### **3. Variabel 2. Efektivitas Latihan SSB di Sleman Yogyakarta**

#### **a. Indikator 3. Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi**

Dari data yang telah diambil dari seratus sampel tentang pertanyaan mengenai indikator Pelaksanaan latihan selama Pandemi diketahui data yang telah diambil adalah sebagai berikut:

**Tabel 17. Analisis Deskriptif Indikator 3 Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi**  
**Statistics**

C		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		41.40
Std. Deviation		5.395
Minimum		27
Maximum		54

Dari data di atas diketahui bahwasannya Mean yang didapatkan adalah sebesar 41,40, kemudian standar deviasi yang didapat adalah sejumlah 5,39, nilai minimum yang didapatkan adalah 27 dan nilai maksimumnya adalah 54. **(Lampiran 11. Hal. 109)**

Hasil pendeskripsian data di atas kemudian dikonversi menjadi kategori-kategori seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 18. Kategori Indikator 3 Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi**

No.	Rentang Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$X \geq 49,48$	9	9%	Sangat Baik
2.	$44,09 \leq X < 49,48$	20	20%	Baik
3.	$38,71 \leq X < 44,09$	35	35%	Cukup
4.	$33,32 \leq X < 38,71$	33	33%	Kurang baik
5.	$X < 33,32$	3	3%	Sangat Kurang Baik

Berdasarkan tabel di atas diketahui kategori dari pembahasan mengenai indikator pelaksanaan latihan selama Pandemi. Dari tabel tersebut diketahui bahwasannya 9 (9%) responden menyatakan sangat baik dalam artian menganggap bahwasannya wabah Covid-19 tidak mengganggu jalannya latihan SSB di Sleman Yogyakarta, 22 (22%) responden menyatakan baik, 35 (35%) responden menyatakan cukup, 33 (33%) responden menyatakan kurang baik, dan 3 (3%) responden menyatakan sangat kurang baik dalam artian menganggap

bahwasannya wabah Covid-19 mengganggu jalannya latihan SSB di Sleman Yogyakarta. (Lampiran 10. Hal. 105)

**b. Indikator 4. Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19**

Dari data yang telah diambil dari 100 sampel tentang pertanyaan mengenai indikator efektivitas latihan selama Pandemi Covid-19 diketahui data yang telah diambil adalah sebagai berikut:

**Tabel 19. Analisis Deskriptif Indikator 4 Efektivitas Latihan Statistics**

D		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		24.35
Std. Deviation		3.512
Minimum		12
Maximum		30

Dari data di atas diketahui bahwasannya Mean yang didapatkan adalah sebesar 24,35, kemudian standar deviasi yang didapat adalah sejumlah 3,51, nilai minimum yang didapatkan adalah 12 dan nilai maksimumnya adalah 30. (Lampiran 11. Hal. 110)

Hasil pendeskripsian data di atas kemudian dikonversi menjadi kategori-kategori seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 20. Kategori Indikator 4 Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19**

No.	Rentang Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$X \geq 29,61$	28	28%	Sangat Baik
2.	$26,1 \leq X < 29,61$	0	0%	Baik
3.	$22,6 \leq X < 26,1$	42	42%	Cukup
4.	$19,09 \leq X < 22,6$	24	24%	Kurang baik
5.	$X < 19,09$	6	6%	Sangat Kurang Baik



Berdasarkan tabel di atas diketahui kategori dari pembahasan mengenai indikator efektivitas latihan selama Pandemi Covid-19 . Dari tabel tersebut diketahui bahwasannya 28 (28%) responden menyatakan sangat baik dalam artian menganggap bahwasannya latihan yang dilaksanakan pada saat Pandemi Covid-19 berjalan efektif, 0 (0%) responden menyatakan baik, 42 (42%) responden menyatakan cukup, 24 (24%) responden menyatakan kurang baik, dan 6 (6%) responden menyatakan sangat kurang baik dalam artian menganggap latihan yang dilaksanakan pada saat wabah Covid-19 tidak efektif. (**Lampiran 10. Hal. 105**).

Dari hasil kedua indikator pada variabel Efektivitas Latihan SSB di Sleman Yogyakarta diketahui bahwasannya data keseluruhan pada variabel pertama adalah sebagai berikut (**Lampiran 10. Hal. 104**):

**Tabel 21. Perhitungan Total Kategori Variabel 2**

<b>Rekap Variabel 2</b>		
Kategori	Frekwensi	Persentase
Sangat Baik	8	8%
Baik	23	23%
Cukup	33	33%
Kurang Baik	30	30%
Sangat Kurang Baik	4	4%
Total	100	100%

#### **D. Pembahasan**

Dalam penelitian ini peneliti mencari tahu pengaruh Covid-19 terhadap efektivitas latihan SSB di Sleman Yogyakarta. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di Sleman dengan sampel 10 SSB yang masing-masing SSB diambil sampel 10 orang sehingga total sampel adalah sejumlah 100 orang. Pengambilan data dilakukan secara langsung dengan membagikan angket kepada siswa SSB di tempat SSB berlatih.

Deskripsi dari data yang telah diambil lapangan oleh peneliti kemudian dianalisis dengan mengkategorikan angka dari angket yang telah terisi. Dari data tersebut bisa diketahui apakah Covid-19 mempengaruhi efektivitas latihan SSB di Sleman Yogyakarta dan adapun bila mempengaruhi, seberapa besar pengaruh Pandemi Covid-19 terhadap efektivitas latihan.

Data yang telah terkategori menggambarkan seberapa besar pengaruh Pandemi Covid-19 dari sampel yang telah merespons angket. Dari data yang telah diambil diketahui bahwasannya dari 100 orang responden 13 (13%) menyatakan sangat baik yang dalam artian Covid-19 tidak berdampak pada efektivitas latihan. Kemudian 23 (23%) responden menyatakan baik, 35 (35%) responden menyatakan cukup, 23 (23%) responden menyatakan kurang baik, dan 6 (6%) responden menyatakan sangat kurang baik yang dalam artian menyatakan bahwasannya Covid-19 mempengaruhi efektivitas latihan sepak bola SSB di Sleman Yogyakarta.

Setelah menganalisis data yang telah diolah dan membandingkan dengan pemikiran peneliti pada pendahuluan, ternyata peneliti memahami bahwasannya pengaruh Pandemi Covid-19 tidak berdampak signifikan akan pelaksanaan latihan dan latihan cenderung berjalan dengan efektif seperti pada saat sebelum Pandemi.

Peneliti memahami kondisi yang terjadi dengan memahami faktor-faktor yang ada di lapangan dengan menganalisis tiap indikator-indikatornya yang antara lain adalah:

### **1. Variabel 1. Dampak Pandemi Covid-19**

Variabel pertama adalah variabel Dampak Pandemi Covid-19 yang mencakup 2 Indikator yakni:

#### **a. Indikator 1. Pengaruh Terhadap Kesehatan**

Indikator pengaruh terhadap kesehatan adalah indikator yang menggambarkan seberapa besar pengaruh covid-19 terhadap kesehatan dan kebugaran siswa di SSB. Pada indikator ini terdapat 3 sub indikator yang mengindikasikan seberapa besar pengaruh kesehatan yang terjadi di

lapangan. berdasarkan hasil yang didapatkan diketahui bahwasannya sebagian besar responden menyatakan pengaruh terhadap kesehatan adalah baik dengan persentase respons sebanyak 37 siswa (37%). Dari jumlah respons yang ada diketahui bahwasannya pengaruh Covid-19 terhadap kesehatan siswa adalah baik atau dalam artian tidak berpengaruh terhadap kesehatan siswa SSB di Sleman ketika latihan di SSB masing-masing.

b. Indikator 2. Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19

Indikator peraturan pemerintah mengenai Covid-19 adalah indikator yang mencerminkan seberapa besar pemahaman siswa SSB terhadap aturan pemerintah mengenai pencegahan persebaran wabah Covid-19 dan seberapa besar hambatan yang terjadi dengan latihan yang dilaksanakan di lapangan. dari data yang telah ditampung diketahui bahwasannya sebagian respons dari siswa SSB adalah baik dengan jumlah respons sebanyak 33 siswa (33%). Dari jumlah data tersebut diketahui bahwasannya siswa SSB memahami aturan pemerintah mengenai pencegahan persebaran wabah Covid-19 dan menganggap bahwasannya aturan pemerintah ini tidak menghambat jalannya latihan di SSB masing-masing siswa.

Jumlah statistik deskriptif keseluruhan Variabel Dampak Pandemi Covid-19 yang terkumpul dari 2 indikator yakni indikator pengaruh terhadap kesehatan dan indikator peraturan pemerintah mengenai Covid-19. Dari data yang telah dijumlahkan diketahui dari kategori yang terbagi dalam 5 kategori hasilnya adalah sebagian besar merespons dengan respons baik dengan jumlah respon sebanyak 31 (31%) respon. Hal ini berarti latihan sepak bola yang dijalankan oleh Siswa SSB terdampak dengan adanya Pandemi Covid 19 ini. Hal ini disebabkan banyaknya siswa yang merasakan secara langsung dampak dari pandemi ini terutama dari segi kesehatan dan segi aturan pemerintah yang berperan besar akan berdampak pada

aktivitasa latihan di lapangan. selian itu meskipun latihan tetap dilaksanakan di lapangan namun hambatan masih tetap ada dengan diadakannya protokol kesehatan seperti menjaga jarak dan menggunakan masker, seerta mencuci tangan.

## **2. Variabel 2. Efektivitas Latihan SSB di Sleman Yogyakarta**

Variabel pertama adalah variabel Efektivitas Latihan SSB di Sleman Yogyakarta yang mencakup 2 Indikator yakni:

### **a. Indikator 3. Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi**

Indikator pelaksanaan latihan selama Pandemi Covid-19 adalah indikator yang menggambarkan seberapa baiknya latihan yang berjalan ketika masa Pandemi seperti ini. Dari data yang telah ditampung diketahui bahwasannya sebagian besar respon siswa menganggap bahwasannya pelaksanaan latihan di masa Pandemi adalah cukup dengan jumlah respons sebanyak 35 (35%) respon. Dari respons siswa SSB tersebut diketahui bahwasannya siswa SSB menyatakan jalannya latihan SSB di kala Pandemi ini cukup dalam artian tidak baik dan tidak pula buruk. Respons siswa-siswa ini dipengaruhi oleh jadwal latihan yang kadang diliburkan melihat situasi wabah dan pernyataan dari pemerintah yang terkadang menaikkan status Pandemi hingga tidak memungkinkan untuk dilaksanakannya latihan secara langsung. Selian itu kehadiran siswa SSB yang cenderung berkurang ketika Pandemi juga mempengaruhi baik tidaknya latihan yang dilaksanakan di lapangan.

### **b. Indikator 4. Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19**

Indikator efektivitas latihan selama Pandemi menggambarkan seberapa jauh efektivitas latihan yang dilaksanakan dengan banyaknya hambatan yang muncul dikarenakan kondisi Pandemi Covid-19. Dari data yang telah diterima diketahui bahwasannya pernyataan siswa-siswa SSB adalah cukup dengan respons sebanyak 42 (42%) respons. Dari data tersebut diketahui bahwasannya siswa SSB menganggap

latihan masih efektif untuk dilaksanakan di kala Pandemi walaupun mungkin tidak seefektif ketika latihan dilaksanakan saat sebelum Pandemi. efektivitas latihan ditentukan dengan seberapa besar siswa merasa latihan yang dilaksanakan berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan dan performa bermain sepak bola di lapangan.

Jumlah statistik deskriptif keseluruhan Variabel Efektivitas Latihan SSB di Sleman Yogyakarta yang terkumpul dari 2 indikator yakni indikator Pelaksanaan latihan selama Pandemi dan indikator Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19. Dari data yang telah dijumlahkan diketahui dari kategori yang terbagi dalam 5 kategori hasilnya adalah sebagian besar merespons dengan respons cukup dengan jumlah respons sebanyak 33 (33%) respons. Respons ini mengatakan bahwasannya jalannya latihan SSB di Sleman Yogyakarta Cukup Efektif walaupun dengan adanya Pandemi.

#### **E. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Peneliti dilakukan dengan upaya yang semaksimal mungkin. Namun dengan upaya tersebut peneliti menyadari masih ada kekurangan-kekurangan yang peneliti rasakan ketika menjalani proses penelitian tugas akhir ini, antara lain adalah:

1. Keraguan akan keakuratan respons masing-masing individu responden dikarenakan pengambilan data sebagian dilakukan sebelum latihan dimana responden masih dalam kondisi fit dan sebagian lain data diambil dikala akhir latihan dimana responden sebagian ada pada kondisi yang tidak fit atau kelelahan.
2. Peneliti merasa penelitian ini bisa menggambarkan data yang lebih dalam apabila penelitian ditindaklanjuti dengan metode wawancara sehingga data yang diambil lebih menggambarkan secara mendetail dan lebih dalam.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Simpulan dari data penelitian yang telah dilakukan dari 100 sampel penelitian yang terbagi dari 10 SSB di daerah Sleman Yogyakarta diketahui bahwasannya respons siswa terbagi atas 2 (dua) variabel mengenai dampak Covid-19 terhadap latihan SSB dan Efektivitas latihan SSB selama Pandemi. Pada variabel “dampak Covid-19 terhadap latihan SSB”, 31 responden (70%) menjawab “baik”. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Pandemi Covid-19 memberikan dampak terhadap siswa SSB di Sleman Yogyakarta. Sedangkan pada variabel “efektivitas latihan SSB”, 33 responden (33%) menjawab “cukup”. Berdasarkan hasil tersebut, efektivitas latihan terlaksana cukup efektif selama masa Pandemi Covid-19. Artinya, meskipun siswa merasa terdampak Pandemi Covid-19 pelatihan sepak bola selama masa Pandemi Covid-19 tetap berjalan cukup efektif.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan simpulan di atas, implikasi dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan latihan SSB di Sleman Yogyakarta tetap dilaksanakan meskipun dengan adanya Pandemi Covid-19 yang masih ada. SSB menyadari keberadaan wabah ini yang masih tersebar dan beberapa SSB pun menerapkan protokol Covid-19 untuk mencegah tertularnya siswa SSB dari Pandemi Covid-19.
2. Perangkat dan siswa SSB menyadari urgensi dari aturan pemerintah mengenai Covid-19 sehingga walaupun aturan pencegahan persebaran Covid-19 ini relatif menghambat tetapi dengan pemakluman kondisi yang ada dari seluruh perangkat SSB dan siswa SSB dengan kesadaran sendiri turut mengikuti aturan pemerintah yang ada.
3. Siswa menyadari adanya hambatan pelaksanaan latihan yang terjadi di SSB

dikarenakan wabah Covid-19 yang terjadi saat ini. Namun dengan adanya hambatan latihan seperti peliburan dikarenakan pembatasan sosial, berkurangnya siswa yang datang ke SSB, pengalokasian waktu latihan untuk menerapkan protokol Covid-19 dan beberapa prosedur lain yang menghambat jalannya latihan, sebagian besar siswa SSB tetap melaksanakan latihan di lapangan.

4. Dengan hambatan-hambatan yang ada dikarenakan Pandemi Covid-19 siswa SSB merasa pelaksanaan latihan selama Pandemi Covid-19 masih terbilang efektif walaupun tidak seefektif ketika sebelum Pandemi Covid-19 ada.

### **C. Saran**

Atas hasil penelitian ini, saran dari Penulis adalah sebagai berikut:

1. Dengan masih adanya Pandemi Covid-19 yang menyebar di Indonesia SSB harus tetap waspada dan selalu menerapkan protokol pencegahan persebaran Covid-19 terutama di lingkungan SSB.
2. Perangkat SSB sebaiknya menyiapkan program latihan yang sesuai dengan aturan pemerintah terutama apabila terjadi kembali pembatasan sosial agar apabila terjadi peliburan latihan di lapangan, siswa SSB tetap bisa berlatih di rumahnya masing-masing.
3. Seluruh program latihan SSB yang dilaksanakan di lapangan sebisa mungkin tetap dilaksanakan dengan rancangan latihan yang telah ada walaupun terkendala Pandemi Covid-19 sehingga pada periode latihan yang telah ditentukan atau pada waktu latihan tertentu latihan bisa tetap efektif dilaksanakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Arma (1981). Olahraga Untuk Perguruan Tinggi. Yogyakarta: Sastra Hudaya.
- Anas sudijono. (2009). Pengantar evaluasi pendidikan. Jakarta: Rajagrafindo
- Andrian, Kevin (2020). Memahami Epidemiologi dan Istilah-istilahnya. <https://www.alodokter.com/memahami-epidemiologi-dan-istilah-istilahnya>. Diakses pada tanggal 21 Januari 2021.
- ANGGIA, Oky. SURVEI EFEKTIVITAS LATIHAN PADA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMP NEGERI 4 DEDAL. Jurnal Ilmu Keolahragaan, [S.l.], v. 2, n. 1, p. 1-9, apr. 2019. ISSN 2657-2044
- Arikunto, Suharsimi. (2013). Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineke Cipta
- Azwar, Saifuddin. (2016). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- BNPB (2021). Pencegahan Covid-19. <https://bnpb.go.id/covid-19/>. Diakses pada 5 Februari 2021
- Bompa, Tudor.O (2009). Periodization: theory and methodology of training (5th ed.). United States: Human Kinetics.
- Budiwanto, Setyo (2012). Metodologi Latihan Olahraga. Diambil dari <http://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/09/BUKU-METODOLOGI-KEPELATIHAN-OLAHRAGA.pdf>
- Fajrin, Medina Mufid (2019) PERAN ORANG TUA DALAM MENDUKUNG PRESTASI OLAHRAGA SEPAK BOLA PUTRI MATARAM SLEMAN. S1 thesis, Fakultas Ilmu Keolahragaan
- Gie, The Liang (1988). Administrasi Modern. Yogyakarta : Liberti
- Harsono (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching, Bandung: Tambak Kusuma.
- Herwin. (2004). Diktat Pembelajaran Keterampilan Sepak bola Dasar. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hidayat (1986). Definisi Efektivitas, Bandung: Angkasa.
- Irianto, Djoko Pekik (2002). Dasar Kepelatihan. Diktat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Joyce, David dan Daniel Lewindon (2014). High-performance training for sports.



United States: Human Kinetics.

- KPCEN (2021). Peta Sebaran. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>. Diakses pada tanggal 16 Januari 2021
- Komarudin.(2011). Dasar Gerak Sepakbola. Yogyakarta: FIK UNY
- Mielke, Danny. (2007). Dasar-dasar Sepak bola. Bandung: Pakar Raya.
- Muhajir (2007). Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktek Untuk SMP Kelas VII. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Mulyasa, H.E. (2015). Pengembangan dan Implementasi Kurikulum 2013.Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset
- PD DIY (2021). Data Terkait COVID-19 di D.I. Yogyakarta. <https://corona.jogjaprov.go.id/data-statistik>. Diakses pada tanggal 21 Januari 2021
- Sardjono. (1982). Pengajaran Sepakbola. Surakarta: Tiga Serangkai,1982.
- Sceunemann, Timo. (2012). Kurikulum Sepak bola Indonesia: untuk usia din (U5-U12), usia muda (U13-U20), dan senior. Jakarta: PSSI.
- Siagian, Sondang P. (2002). Kiat Meningkatkan Produktivitas kerja. Jakarta: Rineka Cipta.
- Steers, M Richard.(1985). Efektivitas Organisasi. Jakarta: Erlangga
- Sucipto, dkk. (2000). Sepak bola. Depdikbud: Dirjendikti.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan Kuantitatis, Kualitatif, dan R&D). Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta:FIK UNY.
- Sukatamsi. (2001). Permainan Besar I Sepak Bola. Jakarta : Universitas Terbuka.
- The International Football Association Board (2020). Laws of the Game 2020/21. Diambil dari <https://resources.fifa.com/image/upload/ifab-laws-of-the-game-2020-21.pdf?cloudid=d6g1medsi8jrrd3e4imp>
- Ummatin, Khoiro (2014). Penigkatan Ketermapilan Menulis Kalimat Pelajaran Bahasa Indonesia Menggunakan Media Gambar Seri Pada Siswa Kelas I do MI Miftahul Ulum Kemlagi Mojokerto. Diambil dari <http://digilib.uinsby.ac.id/1141>

WHO (2020). Corona Virus Disease(COVID-19).  
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>. Diakses pada tanggal 21 Januari 2021

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Kartu Bimbingan TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
 UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
 FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
 JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
 PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
 Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta. 55281.

### LEMBAR KONSULTASI

Nama : Ibrahim Adam  
 NIM : 17602241066  
 Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
1.	Senin 8-2-2021	- menggunakan panduan skripsi ke Jomb. - Cara kelengkapan di aneuridles lebih awal kebidan yg baru. - dan juga aneuridles di teliti. - Kajian pustaka tentang Covid 19 di era ini atau dibagi menjadi -	Jr.
2.	Jr di at 19/2-2021	pada di bagian panduan. Skripsi Jomb.	Jr.
3.	Senin 12/2-2021 /4	revisi, pustaka penelitian dan akurasi komputer harus sangat	Jr.
4.	22/2-2021 /4	Dalam revisi di pustaka revisi instruksi yg ada di pustaka.	Jr.

Kajir PKL,

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

\*) Blangko ini kalau sudah selesai  
 Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta. 55281.

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
5.	Rabu 29/4/2021	menilai Capaian Subunit dgn jumlah SSB di kelas sudah memenuhi Cairid di dasarnya Capaian SSB.	
6.	Senin 3/5/2021	di buat wawancara ya. dan di lakukan pertemuan dengan dosen pembimbing	
7.	Jumat 29/5/2021	menyaji wawancara ya. dili animal 8 platik dan 3 dasar.	
8.	Rabu 16/6/2021	di uji coba ke platik yg memiliki kostum animal saja.	
9.	Rabu 11/8/2021	ampet di platik supaya memiliki validasi ya Lgsi	

Kajur PKL,

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

\*) Blangko ini kalau sudah selesai  
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta. 55281.

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Pembimbing : Dr. Fauzi, M.Si


No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
10	Senin 20/10/2021	di perbaiki: <del>hal 10</del> dan cupitan	Jr.
11	rabu 23/10/2021	di perbaiki <del>hal</del> <del>hal 10</del> dan cupitan kemudian.	Jr.
12	selam 11/1/2022	untuk siap ajie dan tolak di sampel di perbaiki.	Jr.
13	Senin 17/1/2022	Siap ajie	Jr.

Kajur PKL,

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

\*) Blangko ini kalau sudah selesai  
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian ke SSB di Sleman



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN  
TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jalan Colombo 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 : 719/UN34.16/PT.01.04/2021 22 September 2021  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

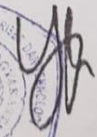
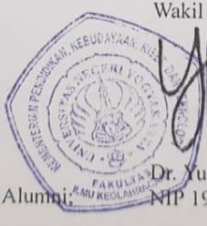
**Yth . Kepala Pelatih SSB Kabupaten Sleman  
Yogyakarta**

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

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA  
Waktu Penelitian : 1 September - 31 Oktober 2021

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,

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

Tembusan :  
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN  
TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN

Alamat : Jalan Colombo 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 : 707/UN34.16/PT.01.04/2021

30 Agustus 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

Yth . Kepala SSB Bangunkerto Turi  
Sleman Yogyakarta

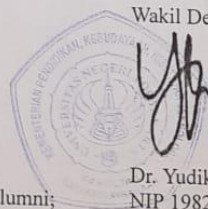
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA  
Waktu Penelitian : 30 Agustus - 30 September 2021

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,



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

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN  
TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo 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 : 720/UN34.16/PT.01.04/2021

30 September 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

Yth . **Pengurus SSB STFA  
Sleman Yogyakarta**

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

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA  
Waktu Penelitian : 1 September - 31 Oktober 2021

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,




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

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

### Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari SSB

 **SEKOLAH SEPAKBOLA  
BANGUNKERTO**  
Alamat : Lapangan Ngablak, Bangunkerto, Turi, Sleman, DIY

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 001/KET/SSB.Bk/XI/2021

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : dr. Arif Juli Wibowo  
Jabatan : Ketua Umum  
Unit Kerja : SSB Bangunkerto


Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 540611,  
Fax (0274) 540611

Benar-benar melaksanakan penelitian pada tanggal 3 November 2021 dengan Judul **“Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Efektivitas Latihan Sepakbola Siswa SSB Di Sleman Yogyakarta”**.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 5 November 2021  
Ketua Umum

  
dr. Arif Juli Wibowo

Nomor :

Hal : **Surat Keterangan Penelitian**

**SURAT KETERANGAN**

Assalmualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Kami selaku pengurus Sekolah Sepakbola Sleman Timur Football Academy (STFA) Sleman menyampaikan bahwasannya mahasiswa berikut:

Nama : Ibrahim Adam  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga – S1  
NIM : 17602241066

Telah melakukan penelitian pada tanggal 5 Oktobe 2021, di SSB Sleman Timur Football Academy (STFA) Sleman dan melibatkan siswa SSB serta pelatih SSB STFA dengan tujuan mengumpulkan informasi yang diperlukan untuk keperluan Tugas Akhir Skripsi. Semoga informasi yang telah didapatkan memberikan manfaat kepada semua pihak.

Demikian surat keterangan ini kami buat. Terimakasih atas perhatian dan kerjaasamanya.



Sleman, 11 Oktober 2021  
Hormat kami,

  
Cahya Nugraha  
Kepala SSB STFA



**SEKOLAH SEPAK BOLA KALASAN**  
**SSB KALASAN**

Sekretariat : Lapangan Raden Ronggo Kalasan, Sleman 55571  
Contact Person : Muhammad Marjuki, S.Pd (0821 3875 0510)



Kalasan, 20 Oktober 2021

Nomor : 10/SSB/PSK/III/2021

Lamp. : Berkas

Hal : Surat Pelaksanaan Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Muhammad Marjuki, S.Pd

NIP : 197305032014061003

Pangkat/gol : Penata Muda/IIIa

Jabatan : Ketua Sekolah Sepakbola (SSB) Kalasan/ Pelatih Kepala

Dengan hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa dibawah ini

Nama : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

PRODI : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Mahasiswa tersebut telah melaksanakan penelitian tugas akhir di Sekolah Sepakbola (SSB) Kalasan pada tanggal 16 Oktober 2021 dengan judul "ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA".

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kalasan, 20 Oktober 2021

Kepala SSB Kalasan

Muhammad Marjuki, S.Pd

Dipindai dengan CamScanner



## SSB GELOLA MUDA

Jalan Kaliurang Km 9,3 Tambakan Sinduharjo Ngaglik Sleman  
Telp 0895 4221 81417 Yogyakarta 55581 email: isna.indayani98@gmail.com  
IG: ssb.geloramuda FB: ssb.gelora

### SURAT KETERANGAN

No. 18/GM/X/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya selaku pengurus Sekolah Sepak Bola (SSB) Gelora Muda. Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga-S1

Benar-benar yang tersebut namanya diatas telah melaksanakan penelitian di SSB Gelora Muda dengan judul:

**Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Efektivitas Latihan Sepakbola Siswa SSB  
di Sleman Yogyakarta**

Yang dilaksanakan mulai tanggal 1 September sd 31 Oktober 2021

Surat keterangan ini diberikan atas permintaan yang bersangkutan guna melengkapi Tugas Akhir Skripsi (TAS)

Sleman, 18 Oktober 2021

Ketua SSB Gelora Muda



Isna Putri Indayani





SEKOLAH SOSIAL OLAHRAGA  
**REAL MADRID FOUNDATION**  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Kantor Selabora FIK UNY, Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta 55281, Telp. 0895328841133

Nomor : 034/SSORMF-FIK-UNY/VI/2021  
Hal : Surat Balasan Izin Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nawan Primasoni, M.Or.  
Jabatan : Kepala Sekolah

memberikan ijin kepada :

Nama : **Ibrahim Adam**  
NIM : 176022410666  
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga – S1

Untuk Melakukan Penelitian di Sekolah kami, Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Universitas Negeri Yogyakarta, yang dilaksanakan pada tanggal 1 September – 31 Oktober 2021.

Untuk penulisan penelitian Tugas Akhir dengan judul:

*Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Efektivitas Latihan Sepakbola Siswa SSB Di Sleman Yogyakarta*

Demikian surat ini kami buat, untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 25 September 2021  
Kepala Sekolah  
SSO Real Madrid Foundation UNY



*Nawan Primasoni*  
Nawan Primasoni, M.Or.  
NIP. 198405212008121001



**SEKOLAH SEPAK BOLA GADJAH MADA YOGYAKARTA  
( SSB. GAMA YOGYAKARTA)**

Sekretariat : Jl. Gondosuli No. 171 Hp. 081325263718 Yogyakarta

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 061/Eks/X/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya selaku pengurus Sekolah Sepak Bola Gajah Mada Yogyakarta (SSB. GAMA JOGJA), menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

**Nama** : Ibrahim Adam  
**NIM.** : 17602241066  
**Program Studi** : Pendidikan Kepelatihan Olahraga – S1

Benar-benar yang tersebut namanya diatas telah melaksanakan penelitian untuk Tugas Akhir Skripsi (TAS) di SSB. GAMA JOGJA Dengan judul :

**ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAK BOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA.**

yang dilaksanakan pada hari Kamis, tanggal 14 Oktober 2021.

Surat Keterangan ini diberikan atas permintaan yang bersangkutan guna melengkapi Tugas Akhir Skripsi TAS.

Yogyakarta 15 Oktober 2021

Pelatih Kepala,

**Y. Susilo Harso, A.MD.**



# matra

SEKOLAH SEPAKBOLA

No.: 003 / SSB.MATRA / IX / 2021

Hal : Surat Keterangan Penelitian

## SURAT KETERANGAN

Salam Sepakbola,

Kami selaku pengurus Sekolah Sepakbola Maguwoharjo Putra (SSB MATRA) Sleman, menyampaikan bahwa mahasiswa berikut :

Nama : **Ibrahim Adam**  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga – S1  
NIM : 17602241066

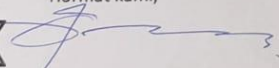
Telah melakukan penelitian dari tanggal 1 s.d. 30 September 2021, di SSB Maguwoharjo Putra (SSB Matra) dan melibatkan orang tua/wali siswa SSB Matra dengan tujuan mengumpulkan informasi yang diperlukan serta semoga memberikan manfaat untuk semua pihak .

Demikian surat keterangan ini kami buat. Terimakasih atas perhatian dan kerjasamanya.



Sleman, 30 September 2021

Hormat kami,

  
**Agung Nugroho Cahya S.**  
Sekretaris Umum

SSB MAGUWOHARJO PUTRA (MATRA)  
Lapangan Sambego, Kelurahan Maguwoharjo, Depok, Sleman  
telp. : 0813-2807-3433  
email : ssbmatrajaja@gmail.com



#### Lampiran 4. Instrumen Penelitian Sebelum Perbaikan

##### IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

TTL :

Alamat :

##### PENJELASAN DAN PETUNJUK PENGISIAN

1. Angket atau soal ini diadakan dalam rangka pembuatan skripsi.
2. Jawaban Anda tidak mempengaruhi nilai siapapun, baik lingkungan latihan maupun dalam kehidupan Anda.
3. Jawaban Anda dijamin kerahasiaannya sehingga orang lain tidak dapat mengetahuinya.
4. Jawablah semua pertanyaan dengan memberi tanda centang (√) pada jawaban yang anda pilih.

Ada lima skala yang digunakan dalam tiap pernyataan yaitu:

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

RR = Ragu-ragu

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
<b>A</b>	<b>Pengaruh Terhadap Kesehatan</b>					
<b>A1</b>	<b>Dampak Pandemi terhadap kesehatan</b>					
1.	Saya pernah tertular wabah Covid-19 oleh sesama siswa SSB					
2.	Wabah Covid-19 menyebabkan kesehatan siswa SSB terganggu (Batuk-batuk, sesak nafas, dan demam)					
3.	Wabah Covid-19 menyebabkan kondisi kebugaran menurun					
<b>A2</b>	<b>Sikap Terhadap dampak Wabah</b>					
4.	Saya waspada terhadap perkembangan wabah Covid-19 yang terjadi di masyarakat dan SSB					
5.	Menurut saya wabah Covid-19 adalah wabah yang berbahaya dan bisa mengganggu kegiatan latihan di SSB					
6.	Menurut saya pencegahan Covid-19 di SSB diperlukan (Mencuci tangan, menggunakan masker, dan menjaga jarak)					

<b>A3</b>	<b>Pencegahan untuk mencegah persebaran wabah</b>				
7.	SSB saya menerapkan kebiasaan mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak				
8.	SSB saya menyediakan tempat cuci tangan dengan sabun, dan alat pengukur suhu tubuh				
9.	Saya merasa penerapan protokol kesehatan di SSB saya sudah memadai				
<b>B</b>	<b>Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19</b>				
<b>B1</b>	<b>Pemahaman Mengenai peraturan pemerintah mengenai pencegahan Covid-19</b>				
10.	Saya memahami peraturan mengenai Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) yang dikeluarkan oleh pemerintah				
11.	Saya memahami anjuran pemerintah mengenai 3 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak)				
12.	Saya memahami aturan pemerintah mengenai 3 T ( <i>Testing, Tracing, Treatment</i> )				
<b>B2</b>	<b>Sikap terhadap aturan pemerintah</b>				
13.	Saya mendukung penerapan pemerintah mengenai protokol kesehatan pada saat latihan seperti contoh: menerapkan 3 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak)				
14.	Saya puas dengan penerapan aturan PPKM dan 3M di SSB saya				
15.	Aturan PPKM, 3M dan 3T sudah cukup untuk mencegah penularan wabah Covid-19 di SSB				
<b>B3</b>	<b>Penerapan aturan Protokol Kesehatan (Prokes) di SSB</b>				
16.	SSB saya menerapkan aturan pemerintah mengenai Protokol kesehatan di SSB (PPKM, 3T dan 3M)				
17.	Pelaksanaan Prokes di SSB saya dilaksanakan dengan baik				
18.	SSB perlu meningkatkan kewaspadaan terhadap wabah Covid-19				
<b>C</b>	<b>Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi</b>				
<b>C1</b>	<b>Pelaksanaan Latihan</b>				
19.	Latihan tetap dilaksanakan				
20.	Waktu latihan harian tidak mengalami pengurangan waktu				
21.	Pertemuan mingguan tidak mengalami pengurangan hari				
<b>C2</b>	<b>Penyesuaian latihan terhadap Pandemi</b>				
22.	Terdapat pengurangan beban latihan				
23.	Latihan dilaksanakan tidak dengan tatap muka				
24.	<i>Sparring</i> atau pertandingan persahabatan tetap				

		dilaksanakan selama Pandemi					
25.		Terdapat tugas latihan tambahan diluar waktu latihan (Latihan Fisik)					
26.		Terdapat tugas latihan tambahan diluar waktu latihan (Latihan Teknik)					
27.		Terdapat latihan tugas tambahan diluar waktu latihan (Latihan Taktik)					
<b>C3</b>		<b>Kondusifitas latihan selama Pandemi</b>					
28.		Terjadi keabsenan pelatih pada waktu latihan					
29.		Terjadi keabsenan siswa pada saat latihan					
30.		Terjadi peliburan latihan karena Pandemi					
<b>D</b>		<b>Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19</b>					
<b>D1</b>		<b>Efektifitas latihan</b>					
31.		Latihan dilaksanakan pada saat Pandemi					
32.		Pelaksanaan mencuci tangan, menjaga jarak dan penggunaan masker tidak mengganggu jalannya latihan					
33.		Latihan mengalami gangguan karena Pandemi					
<b>D2</b>		<b>Hasil capaian latihan</b>					
34.		Latihan sesuai dengan target					
35.		Latihan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah terusun					
36.		Kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental saya mengalami perkembangan dari latihan yang telah dilaksanakan					

### Lampiran 5. Hasil Tes Validitas Instrumen Penelitian

Nama	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Alamat	Nama SSB
Tifa Alfian	Seyegan Sleman	04/12/1997	Klangkapan Seyegan Sleman	Satria Sembada
Angga Kusuma SPd	Sleman	09/04/1991	Pasekan Balecatur Gamping	Satria Sembada
Hertanto	Sleman	07/02/1986	Minomartani	Balakosa
ahmad ramadhani	Mlati Sleman	14/11/1987	Sleman	TMS
Agung	Sleman	18/11/1989	Mlati	TMS
Budi	Sleman	26/03/1988	Condong catur	Balakosa

No Item	Penilai					
	1	2	3	4	5	6
1	4	5	5	5	5	5
2	4	5	4	4	4	4
3	2	5	4	3	5	4
4	4	5	4	4	4	5
5	5	4	4	5	3	5
6	4	4	5	5	4	5
7	4	5	4	4	4	5
8	4	3	5	5	5	4
9	4	4	5	3	5	5
10	4	5	5	3	4	5
11	4	5	4	4	5	5
12	4	5	4	4	5	5
13	4	5	4	4	5	5
14	2	4	5	5	5	5
15	5	3	4	4	5	5
16	4	5	4	4	5	5
17	4	2	3	4	4	4
18	4	5	5	4	4	4
19	4	2	4	5	4	1
20	4	4	4	4	4	1
21	4	2	5	3	4	2
22	2	2	2	4	5	4
23	4	3	3	3	4	4
24	5	3	2	5	5	5
25	4	4	4	5	5	5
26	4	4	5	5	5	3
27	5	5	5	3	5	3
28	2	2	1	4	4	2
29	2	1	2	5	4	2
30	2	1	3	4	5	4

31	2	2	3	5	5	4
32	4	3	4	5	5	5
33	1	1	4	4	4	2
34	2	2	5	4	4	5
35	4	3	5	5	5	5
36	3	4	5	5	4	5

No	Selisih						Jumlahs	V Aiken	V Idx 0,79	Kriteria
	1	2	3	4	5	6				
1	3	4	4	4	4	4	23	0,95833	VALID	
2	3	4	3	3	3	3	19	0,79167	VALID	
3	1	4	3	2	4	3	17	0,70833	TIDAK VALID	
4	3	4	3	3	3	4	20	0,83333	VALID	
5	4	3	3	4	2	4	20	0,83333	VALID	
6	3	3	4	4	3	4	21	0,875	VALID	
7	3	4	3	3	3	4	20	0,83333	VALID	
8	3	2	4	4	4	3	20	0,83333	VALID	
9	3	3	4	2	4	4	20	0,83333	VALID	
10	3	4	4	2	3	4	20	0,83333	VALID	
11	3	4	3	3	4	4	21	0,875	VALID	
12	3	4	3	3	4	4	21	0,875	VALID	
13	3	4	3	3	4	4	21	0,875	VALID	
14	1	3	4	4	4	4	20	0,83333	VALID	
15	4	2	3	3	4	4	20	0,83333	VALID	
16	3	4	3	3	4	4	21	0,875	VALID	
17	3	1	2	3	3	3	15	0,625	TIDAK VALID	
18	3	4	4	3	3	3	20	0,83333	VALID	
19	3	1	3	4	3	0	14	0,58333	TIDAK VALID	
20	3	3	3	3	3	0	15	0,625	TIDAK VALID	
21	3	1	4	2	3	1	14	0,58333	TIDAK VALID	
22	1	1	1	3	4	3	13	0,54167	TIDAK VALID	
23	3	2	2	2	3	3	15	0,625	TIDAK VALID	
24	4	2	1	4	4	4	19	0,79167	VALID	
25	3	3	3	4	4	4	21	0,875	VALID	
26	3	3	4	4	4	2	20	0,83333	VALID	
27	4	4	4	2	4	2	20	0,83333	VALID	

28	1	1	0	3	3	1	9	0,375	TIDAK VALID
29	1	0	1	4	3	1	10	0,41667	TIDAK VALID
30	1	0	2	3	4	3	13	0,54167	TIDAK VALID
31	1	1	2	4	4	3	15	0,625	TIDAK VALID
32	3	2	3	4	4	4	20	0,83333	VALID
33	0	0	3	3	3	1	10	0,41667	TIDAK VALID
34	1	1	4	3	3	4	16	0,66667	TIDAK VALID
35	3	2	4	4	4	4	21	0,875	VALID
36	2	3	4	4	3	4	20	0,83333	VALID

## Lampiran 6. Hasil Tes Reliabilitas Instrumen Penelitian

No Item	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5
2	5	2	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4
3	5	4	2	3	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
4	5	3	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4
5	5	1	3	4	5	4	4	3	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4
6	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4
7	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
8	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
9	5	3	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4
10	3	1	3	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	4	2	4	3	5
11	4	4	5	4	5	5	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4
12	5	5	5	5	5	5	2	4	3	4	5	4	4	2	4	2	2	4
13	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	1	4	4	4	4	4	4
14	5	2	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	2	4	4	4	5	5
15	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5
16	5	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5	3	5	5	5	5	3	5
17	5	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5	4	5	5	5	5	3	5
18	4	2	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4
19	5	2	3	3	5	5	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	5	4
20	5	1	5	2	4	2	5	3	4	5	1	3	5	4	5	1	5	4
21	4	2	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5
22	4	1	4	5	4	5	3	3	2	4	4	4	4	3	4	2	3	4
23	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	5
24	1	4	5	3	5	4	5	4	5	5	5	4	2	3	1	4	3	2
25	4	2	4	3	2	2	5	4	5	2	4	5	2	5	4	5	5	4
26	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3	5	5	5
27	2	5	5	5	5	5	3	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5
28	4	2	3	3	4	3	4	5	5	3	4	2	3	4	4	3	3	4
29	2	5	3	5	3	5	4	5	5	3	4	3	4	3	4	3	4	4
30	5	1	3	5	4	4	5	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3
31	4	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4
32	5	5	5	5	4	5	3	4	5	5	5	5	5	4	3	5	2	5
33	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3	5
34	5	4	3	4	5	4	5	4	5	3	4	4	5	4	5	4	4	4
35	5	4	5	4	3	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4
36	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	Jumlah Reabilitas	VAR 1	VAR 2
4	4	4	4	4	2	5	5	5	2	2	4	2	5	4	4	5	4	158	89	69
5	5	5	1	1	5	5	5	5	2	2	1	4	4	5	4	5	4	149	81	68
5	4	4	3	3	5	4	4	4	2	3	3	5	5	1	5	5	139	69	70	
5	5	5	2	5	5	4	4	3	2	2	5	5	4	4	4	4	152	79	73	
5	4	5	3	5	5	5	4	4	2	3	4	5	5	5	5	4	149	71	78	
4	4	4	3	1	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	5	4	137	75	62	
4	4	5	4	5	2	5	5	2	2	4	2	4	2	4	4	4	155	88	67	
4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	128	68	60	
5	4	5	2	1	5	4	4	3	5	4	5	5	4	4	4	4	154	82	72	
3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	3	4	2	4	4	132	71	61	
4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	142	76	66	
4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	4	126	70	56	
4	4	2	2	1	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	134	73	61	
4	4	4	1	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	5	4	136	73	63	
5	5	2	1	1	4	5	5	5	1	1	5	5	2	2	4	4	144	86	58	
5	3	4	5	2	5	5	5	5	3	3	5	5	4	5	5	5	159	80	79	
5	3	4	5	2	5	5	5	5	3	3	5	5	5	4	5	5	160	81	79	
5	4	4	2	2	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	5	4	141	72	69	
5	4	4	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	5	4	123	66	57	
3	5	3	2	2	3	5	4	2	3	1	3	2	4	4	3	2	119	64	55	
4	5	5	3	1	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	151	80	71	
5	4	4	3	2	4	5	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	130	63	67	
4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	158	77	81	
5	3	2	4	2	5	3	4	4	4	5	2	1	5	3	3	4	127	65	62	
5	2	5	2	2	4	2	2	2	4	4	5	4	2	5	5	5	132	67	65	
3	3	3	5	5	3	3	3	3	5	3	3	3	5	3	5	5	152	84	68	
3	4	5	1	2	4	2	1	4	3	2	3	1	5	5	5	5	142	82	60	
4	3	4	3	1	3	4	2	2	3	3	3	1	5	3	3	4	117	63	54	
4	3	4	3	2	3	5	4	3	3	2	3	1	5	4	5	4	132	69	63	
4	4	4	4	2	4	5	4	3	3	3	5	4	5	3	5	4	139	69	70	
4	4	4	2	4	5	4	4	5	2	2	2	4	1	2	4	3	128	70	58	
2	4	2	2	3	3	4	4	5	2	1	1	2	2	1	2	3	126	79	47	
4	4	5	2	3	2	4	5	5	1	2	3	3	4	4	5	5	144	78	66	
5	4	3	4	3	5	5	5	3	4	5	4	5	4	4	5	5	152	74	78	
4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	4	162	81	81	
1	1	2	4	4	5	5	3	3	2	2	4	4	4	2	5	5	146	85	61	

Variabel 1	
Varians Butir	14,7317
Varians Jumlah	53,7143
Varians Butir/ Varians Jumlah	0,27426
<b>R Alpha Cronbach</b>	<b>0,72574</b>
Variabel 2	
Varians Butir	19,077
Varians Jumlah	67,9706
Varians Butir/ Varians Jumlah	0,28067
<b>R Alpha Cronbach</b>	<b>0,71933</b>
TOTAL	
Varians Butir	33,8087
Varians Jumlah	158,142
Varians Butir/ Varians Jumlah	0,21379
<b>R Alpha Cronbach</b>	<b>0,78621</b>

## Lampiran 7. Perubahan Pernyataan Pada Angket Yang Diperbaiki

No Pernyataan	Pernyataan Sebelum diperbaiki	Pernyataan Setelah Diperbaiki
3	Wabah Covid-19 menyebabkan kondisi kebugaran menurun	Wabah Covid-19 menyebabkan kebugaran saya terganggu (Kelelahan, kurang konsentrasi)
17	Pelaksanaan Prokes di SSB saya dilaksanakan dengan baik	Pelaksanaan Prokes 3M dan cek suhu di SSB saya dilaksanakan dengan baik
19	Latihan tetap dilaksanakan	Latihan tetap dilaksanakan pada saat Pandemi
20	Waktu latihan harian tidak mengalami pengurangan waktu	Waktu latihan yang dilakukan selama 1 kali latihan tidak kurang dari 120 menit
21	Pertemuan mingguan tidak mengalami pengurangan hari	Pertemuan mingguan dilaksanakan tidak kurang dari 3 hari pertemuan
22	Terdapat pengurangan beban latihan	Terdapat pengurangan beban latihan fisik, teknik dan taktik
23	Latihan dilaksanakan tidak dengan tatap muka	Latihan dilaksanakan sebagian dengan cara online atau daring
28	Terjadi keabsenan pelatih pada waktu latihan	Terdapat hambatan terhadap kehadiran pelatih pada saat latihan
29	Terjadi keabsenan siswa pada saat latihan	Kehadiran peserta latihan tidak mengalami penurunan pada saat Pandemi
30	Terjadi peliburan latihan karena Pandemi	Dalam kurun waktu satu bulan terdapat peliburan yang disebabkan oleh Covid-19 minimal 4 hari latihan
31	Latihan dilaksanakan pada saat Pandemi	Latihan selama Pandemi Covid-19 berjalan efektif
33	Latihan mengalami gangguan karena Pandemi	Secara keseluruhan latihan yang dilaksanakan tidak mengalami gangguan akibat dari pemberlakuan PPKM
34	Latihan sesuai dengan target	Latihan yang dilaksanakan sesuai dengan target latihan



## Lampiran 8. Instrumen Penelitian yang Telah Diperbaiki

### IDENTITAS RESPONDEN

Nama :  
 TTL :  
 Alamat :

### PENJELASAN DAN PETUNJUK PENGISIAN

1. Angket atau soal ini diadakan dalam rangka pembuatan skripsi.
2. Jawaban Anda tidak mempengaruhi nilai siapapun, baik lingkungan latihan maupun dalam kehidupan Anda.
3. Jawaban Anda dijamin kerahasiaannya sehingga orang lain tidak dapat mengetahuinya.
4. Jawablah semua pertanyaan dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang anda pilih.

Ada lima skala yang digunakan dalam tiap pernyataan yaitu:

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

RR = Ragu-ragu

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
<b>A</b>	<b>Pengaruh Terhadap Kesehatan</b>					
<b>A1</b>	<b>Dampak Pandemi terhadap kesehatan</b>					
1.	Saya pernah tertular wabah Covid-19 oleh sesama siswa SSB					
2.	Wabah Covid-19 menyebabkan kesehatan siswa SSB terganggu (Batuk-batuk, sesak nafas, dan demam)					
3.	Wabah Covid-19 menyebabkan kebugaran saya terganggu (Kelelahan, kurang konsentrasi)					
<b>A2</b>	<b>Sikap Terhadap dampak Wabah</b>					
4.	Saya waspada terhadap perkembangan wabah Covid-19 yang terjadi di masyarakat dan SSB					
5.	Menurut saya wabah Covid-19 adalah wabah yang berbahaya dan bisa mengganggu kegiatan latihan di SSB					
6.	Menurut saya pencegahan Covid-19 di SSB diperlukan (Mencuci tangan, menggunakan masker, dan menjaga jarak)					

<b>A3</b>	<b>Pencegahan untuk mencegah persebaran wabah</b>				
7.	SSB saya menerapkan kebiasaan mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak				
8.	SSB saya menyediakan tempat cuci tangan dengan sabun, dan alat pengukur suhu tubuh				
9.	Saya merasa penerapan protokol kesehatan di SSB saya sudah memadai				
<b>B</b>	<b>Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19</b>				
<b>B1</b>	<b>Pemahaman Mengenai peraturan pemerintah mengenai pencegahan Covid-19</b>				
10.	Saya memahami peraturan mengenai Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) yang dikeluarkan oleh pemerintah				
11.	Saya memahami anjuran pemerintah mengenai 3 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak)				
12.	Saya memahami aturan pemerintah mengenai 3 T ( <i>Testing, Tracing, Treatment</i> )				
<b>B2</b>	<b>Sikap terhadap aturan pemerintah</b>				
13.	Saya mendukung penerapan pemerintah mengenai protokol kesehatan pada saat latihan seperti contoh: menerapkan 3 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak)				
14.	Saya puas dengan penerapan aturan PPKM dan 3M di SSB saya				
15.	Aturan PPKM, 3M dan 3T sudah cukup untuk mencegah penularan wabah Covid-19 di SSB				
<b>B3</b>	<b>Penerapan aturan Protokol Kesehatan (Prokes) di SSB</b>				
16.	SSB saya menerapkan aturan pemerintah mengenai Protokol kesehatan di SSB (PPKM, 3T dan 3M)				
17.	Pelaksanaan Prokes 3M dan cek suhu di SSB saya dilaksanakan dengan baik				
18.	SSB perlu meningkatkan kewaspadaan terhadap wabah Covid-19				
<b>C</b>	<b>Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi</b>				
<b>C1</b>	<b>Pelaksanaan Latihan</b>				
19.	Latihan tetap dilaksanakan pada saat Pandemi				
20.	Waktu latihan yang dilakukan selama 1 kali latihan tidak kurang dari 120 menit				
21.	Pertemuan mingguan dilaksanakan tidak kurang dari 3 hari pertemuan				
<b>C2</b>	<b>Penyesuaian latihan terhadap Pandemi</b>				
22.	Terdapat pengurangan beban latihan fisik, teknik dan taktik				

23.	Latihan dilaksanakan sebagian dengan cara online atau daring				
24.	<i>Sparring</i> atau pertandingan persahabatan tetap dilaksanakan selama Pandemi				
25.	Terdapat tugas latihan tambahan diluar waktu latihan (Latihan Fisik)				
26.	Terdapat tugas latihan tambahan diluar waktu latihan (Latihan Teknik)				
27.	Terdapat latihan tugas tambahan diluar waktu latihan (Latihan Taktik)				
<b>C3</b>	<b>Kondusifitas latihan selama Pandemi</b>				
28.	Terdapat hambatan terhadap kehadiran pelatih pada saat latihan				
29.	Kehadiran peserta latihan tidak mengalami penurunan pada saat Pandemi				
30.	Dalam kurun waktu satu bulan terdapat peliburan yang disebabkan oleh Covid-19 minimal 4 hari latihan				
<b>D</b>	<b>Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19</b>				
<b>D1</b>	<b>Efektifitas latihan</b>				
31.	Latihan selama Pandemi Covid-19 berjalan efektif				
32.	Pelaksanaan mencuci tangan, menjaga jarak dan penggunaan masker tidak mengganggu jalannya latihan				
33.	Secara keseluruhan latihan yang dilaksanakan tidak mengalami gangguan akibat dari pemberlakuan PPKM				
<b>D2</b>	<b>Hasil capaian latihan</b>				
34.	Latihan yang dilaksanakan sesuai dengan target latihan				
35.	Latihan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah terusun				
36.	Kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental saya mengalami perkembangan dari latihan yang telah dilaksanakan				

## Lampiran 9. Contoh Jawaban Responden

**ANGKET ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP LATIHAN SSB DI SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama : Harlan Dekq F  
 TTL : Sleman, 12 Juli 2009  
 Alamat : Jalan 02/25 Sinduharjo Ngaglik Sleman

**PENJELASAN DAN PETUNJUK PENGISIAN**

1. Angket atau soal ini diadakan dalam rangka pembuatan skripsi.
2. Jawaban Anda tidak mempengaruhi nilai siapapun, baik lingkungan latihan maupun dalam kehidupan Anda.
3. Jawaban Anda dijamin kerahasiaannya sehingga orang lain tidak dapat mengetahuinya.
4. Jawablah semua pertanyaan dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang anda pilih.

**Ada lima skala yang digunakan dalam tiap pernyataan yaitu:**

SS = Sangat Setuju  
 S = Setuju  
 RR = Ragu-ragu  
 TS = Tidak Setuju  
 STS = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
<b>A Dampak pandemi terhadap kesehatan</b>						
1.	Saya pernah tertular wabah Covid-19 oleh sesama siswa SSB			✓		
2.	Wabah Covid-19 menyebabkan kesehatan siswa SSB terganggu (Batuk-batuk, sesak nafas, dan demam)					✓
3.	Wabah Covid-19 menyebabkan kebugaran saya terganggu (Kelelahan, kurang konsentrasi)				✓	
<b>B Sikap Terhadap dampak Wabah</b>						
4.	Saya waspada terhadap perkembangan wabah Covid-19 yang terjadi di masyarakat dan SSB	✓				
5.	Menurut saya wabah Covid-19 adalah wabah yang berbahaya dan bisa mengganggu kegiatan latihan di SSB	✓				
6.	Menurut saya pencegahan Covid-19 di SSB diperlukan (Mencuci tangan, menggunakan masker, dan menjaga jarak)	✓				
<b>C Pencegahan untuk mencegah persebaran wabah</b>						
7.	SSB saya menerapkan kebiasaan mencuci tangan,		✓			

	memakai masker dan menjaga jarak		✓			
8.	SSB saya menyediakan tempat cuci tangan dengan sabun, dan alat pengukur suhu tubuh	✓				
9.	Saya merasa penerapan protokol kesehatan di SSB saya sudah memadai		✓			
<b>D Pemahaman Mengenai peraturan pemerintah mengenai mencegah Covid-19</b>						
10.	Saya memahamai peraturan mengenai Perberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) yang dikeluarkan oleh pemerintah			✓		
11.	Saya memahami anjuran pemerintah mengenai 3 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak)	✓				
12.	Saya memahami aturan pemerintah mengenai 3 T ( <i>Testing, Tracing, Treatment</i> )	✓				
<b>E Sikap terhadap aturan pemerintah</b>						
13. <sup>a</sup>	Saya mendukung penerapan pemerintah mengenai protokol kesehatan pada saat latihan seperti contoh: menerapkan 3 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak)			✓		
14.	Saya puas dengan penerapan aturan PPKM dan 3M di SSB saya			✓		
15.	Aturan PPKM, 3M dan 3T sudah cukup untuk mencegah enularan wabah Covid-19 di SSB				✓	
<b>F Penerapan aturan Protokol Kesehatan (Prokes) di SSB</b>						
16.	SSB saya menerapkan aturan pemerintah mengenai Protokol kesehatan di SSB (PPKM, 3T dan 3M)				✓	
17.	Pelaksanaan Prokes 3M dan cek suhu di SSB saya dilaksanakan dengan baik				✓	
18.	SSB perlu meningkatkan kewaspadaan terhadap wabah Covid-19	✓				
<b>G Pelaksanaan Latihan</b>						
19.	Latihan tetap dilaksanakan pada saat pandemi			✓		
20.	Waktu latihan yang dilakukan selama 1 kali latihan tidak kurang dari 120 menit	✓				
21.	Pertemuan mingguan dilaksanakan tidak kurang dari 3 hari pertemuan			✓		
<b>H Penyesuaian latihan terhadap pandemi</b>						
22.	Terdapat pengurangan beban latihan fisik, teknik dan taktik			✓		
23.	Latihan dilaksanakan sebagian dengan cara online atau daring					✓
24.	<i>Sparring</i> atau pertandingan persahabatan tetap dilaksanakan selama pandemi			✓		
25.	Terdapat tugas latihan tambahan diluar waktu latihan					✓

	(Latihan Fisik)					
26.	Terdapat tugas latihan tambahan diluar waktu latihan (Latihan Teknik)					✓
27.	Terdapat latihan tugas tambahan diluar waktu latihan (Latihan Taktik)					✓
<b>I</b>	<b>Kondusifitas latihan selama pandemi</b>					
28.	Terdapat hambatan terhadap kehadiran pelatih pada saat latihan		✓			
29.	Kehadiran peserta latihan tidak mengalami penurunan pada saat pandemi	✓				
30.	Dalam kurun waktu satu bulan terdapat peliburan yang disebabkan oleh Covid-19 minimal 4 hari latihan	✓				
<b>J</b>	<b>Efektifitas latihan</b>					
31.	Latihan selama pandemi Covid-19 berjalan efektif				✓	
32.	Pelaksanaan mencuci tangan, menjaga jarak dan penggunaan masker tidak mengganggu jalannya latihan				✓	
33.	Secara keseluruhan latihan yang dilaksanakan tidak mengalami gangguan akibat dari pemberlakuan PPKM				✓	
<b>K</b>	<b>Hasil capaian latihan</b>					
34.	Latihan yang dilaksanakan sesuai dengan target latihan	✓				
35.	Latihan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah terusun	✓				
36.	Kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental saya mengalami perkembangan dari latihan yang telah dilaksanakan	✓				

## Lampiran 10. Perolehan Data

### Data Responden

No	Timestamp	Nama	Asal	Tanggal Lahir	Nama SSB
1	11/5/2021 17:22:06	Rizqy Cahya Putra	Bantul	08/05/2008	SSB Real Madrid Found
2	11/5/2021 17:29:48	Damar Fauzan	Sleman	04/01/2007	SSB Real Madrid Found
3	11/5/2021 17:33:38	Novatyanta Satria	Yogya	01/11/2007	SSB Real Madrid Found
4	11/5/2021 17:39:56	Raihan Alif Saputra	Sleman	26/03/2007	SSB Real Madrid Found
5	11/5/2021 17:43:55	Declan Muhammad Alifi	Sleman	08/10/2008	SSB Real Madrid Found
6	11/5/2021 18:05:16	Bisma Raditya Wibisono	Kudus	22/04/2007	SSB Real Madrid Found
7	11/5/2021 18:08:42	Mikail Ilafi	Yogyakarta	26/03/2007	SSB Real Madrid Found
8	11/5/2021 18:12:16	Arka Mozaristo	Depok	22/12/2007	SSB Real Madrid Found
9	11/5/2021 18:14:24	Darindra Pasya Arifa	Yogyakarta	23/09/2007	SSB Real Madrid Found
10	11/5/2021 21:47:39	Raffida	Sleman	08/06/2009	SSB Matra
11	11/5/2021 21:51:45	Aldiano Okta Firdaus Sambosa	Sleman	02/10/2010	SSB Matra
12	11/5/2021 21:54:15	Keiza	Sleman	09/09/2009	SSB Matra
13	11/5/2021 21:58:47	Adrian Avelino A	Sleman	21/12/2010	SSB Matra
14	11/5/2021 22:02:38	Rafi Athalah Putra	Kulon Progo	03/02/2010	SSB Matra
15	11/5/2021 22:06:31	Lionel	Sleman	04/05/2010	SSB Matra
16	11/5/2021 22:14:27	Nara	Sleman	02/06/2009	SSB Matra
17	11/5/2021 22:19:57	Alfiano Gofy Delta Febrian	Sleman	25/02/2010	SSB Matra
18	11/5/2021 22:25:58	Rajendra Abhipraya	Sleman	09/02/2010	SSB Matra
19	11/5/2021 22:28:22	Jorand Hendriansyah	Sleman	17/01/2010	SSB Matra
20	11/5/2021 22:50:07	Kyo	Sleman	03/04/2007	SSB BPM Mlati
21	11/5/2021 22:52:48	Andrean	Sleman	20/08/2007	SSB BPM Mlati
22	11/5/2021 22:57:05	Dimas Dwi Firmansyah	Yogya	28/03/2007	SSB BPM Mlati
23	11/5/2021 23:01:08	Ilham Kusnadi	Yogyakarta	21/01/2007	SSB BPM Mlati
24	11/5/2021 23:05:00	Rifki Afriyansyah	Sleman	19/04/2007	SSB BPM Mlati
25	11/5/2021 23:07:55	Rahelina Tegar Satia	Sleman	15/07/2007	SSB BPM Mlati
26	11/5/2021 23:10:27	Ronald	S,e,a	22/02/2007	SSB BPM Mlati
27	11/5/2021 23:12:02	Dida	Sleman	11/05/2007	SSB BPM Mlati
28	11/5/2021 23:16:47	Raisyad Kahfi Ikhwan	Gunung Kidul	01/07/2007	SSB BPM Mlati
29	11/5/2021 23:18:35	Rahmanda Paku Yoga	Sukoharjo	24/02/2007	SSB BPM Mlati
30	11/6/2021 8:16:15	Harlan Deka F	Sleman	12/07/2009	SSB Gelora Muda
31	11/6/2021 8:19:21	Lingga Andhika	Yogyakarta	28/08/2009	SSB Gelora Muda
32	11/6/2021 8:22:13	Hasbi Maulana Baihaqi	Sleman	09/03/2009	SSB Gelora Muda
33	11/6/2021 8:25:18	Javier Eafadey Erfanthe	Sleman	30/01/2009	SSB Gelora Muda
34	11/6/2021 8:27:53	Vicky Nail Fathoni	Sleman	21/08/2009	SSB Gelora Muda

35	11/6/2021 8:32:13	M Daffa Putra	Sleman	04/07/2009	SSB Gelora Muda
36	11/6/2021 8:44:21	M Alif Laksmono	Sleman	20/02/2009	SSB Gelora Muda
37	11/6/2021 8:48:31	Afrizal Asta Nyrdyan	Selman	31/10/2009	SSB Gelora Muda
38	11/6/2021 8:50:29	Muhammad Dimas Prasetya	Sleman	20/01/2009	SSB Gelora Muda
39	11/6/2021 8:53:01	Rio Ananta	Sleman	28/04/2009	SSB Gelora Muda
40	11/8/2021 5:02:25	Muhammad Attar Al Gazali	Depok	07/02/2009	SSB STFA
41	11/8/2021 5:05:06	Malique Omar Mahesa Romulo Ersya Putra	Sleman	20/04/2008	SSB STFA
42	11/8/2021 5:07:42	Zuhadiansyah Rhehanggana Wibowo	Purworejo	06/10/2008	SSB STFA
43	11/8/2021 5:09:46	Dimas Maulana Ardhi Saputra	Dlman	24/10/2008	SSB STFA
44	11/8/2021 8:14:40	M Rayhan	Sleman	22/11/2008	SSB STFA
45	11/8/2021 8:17:59	M Athattal Siroj	Sleman	02/01/2008	SSB STFA
46	11/8/2021 8:20:04	Marvel Afif M	Sleman	04/01/2009	SSB STFA
47	11/8/2021 8:22:04	Jagat Satri Riyandoko	Sleman	11/04/2009	SSB STFA
48	11/8/2021 8:26:32	Rafif Dwi Saputra	Sleman	31/05/2009	SSB STFA
49	11/8/2021 8:31:00	Reza Azharya	Sleman	14/04/2008	SSB STFA
50	11/8/2021 8:46:40	M Yazid Surya Arvian	Sleman	11/04/2008	SSB GAMA
51	11/8/2021 8:53:38	M Roni Kurniawan	Sleman	01/07/2008	SSB GAMA
52	11/8/2021 9:02:18	Marvel Reza Prasetya	Sleman	10/06/2008	SSB GAMA
53	11/8/2021 9:08:19	Revandhito Dinanda	Sleman	01/02/2008	SSB GAMA
54	11/8/2021 9:13:07	Andika Yoga Pratama	Sleman	04/07/2008	SSB GAMA
55	11/8/2021 11:07:29	Daffa Putra Pratama	Sleman	20/04/2008	SSB GAMA
56	11/8/2021 11:09:36	Fawwaz Yusa Anwari	Sleman	19/04/2008	SSB GAMA
57	11/8/2021 11:11:32	Nur Khairil Imam	Sleman	23/02/2008	SSB GAMA
58	11/8/2021 11:14:36	Hani Dewa L A	Sleman	09/12/2008	SSB GAMA
59	11/8/2021 11:17:02	Al Fathir Putranto	Sleman	22/04/2008	SSB GAMA
60	11/8/2021 16:09:24	M Ramzy Saputra	Sleman	14/11/2007	SSB Kalasan
61	11/8/2021 16:11:45	Jiddan Wibisono	Sleman	30/04/2007	SSB Kalasan
62	11/8/2021 16:19:23	M Zainur Rofiq	Klaten	27/04/2008	SSB Kalasan
63	11/8/2021 16:21:29	Aditya Fajar Dwi S	Sleman	10/05/2007	SSB Kalasan
64	11/8/2021 16:23:45	Tegar Wahyu Wijaya	Sleman	17/06/2007	SSB Kalasan
65	11/8/2021 16:25:56	Rado Van Ibrahim	Yogyakarta	16/01/2007	SSB Kalasan
66	11/8/2021 16:28:27	Chandra	Sleman	06/01/2008	SSB Kalasan
67	11/8/2021 16:30:54	Muh Iqbal P	Klaten	04/03/2008	SSB Kalasan
68	11/8/2021 16:33:30	Raufa Taufik Nugroho	Sleman	06/10/2008	SSB Kalasan
69	11/8/2021 16:35:47	Dhanu Arga Wenang	Sleman	04/02/2008	SSB Kalasan

70	11/9/2021 22:12:30	Hafidh M R	Magelang	09/06/2006	AMS Seyegan
71	11/9/2021 22:14:40	Alfito Fajar Firmansyah	Sleman	10/10/2008	AMS Seyegan
72	11/9/2021 22:29:37	Fariz Raya A	Sleman	31/10/2007	AMS Seyegan
73	11/9/2021 22:31:30	Muhammad Raffi Daiyyan	Bantul	07/08/2007	AMS Seyegan
74	11/9/2021 22:33:45	Rafi Prasetyo Nur Hidayat	Bantul	29/09/2007	AMS Seyegan
75	11/9/2021 22:38:01	Yusup Susanto	Sleman	12/20/0007	AMS Seyegan
76	11/9/2021 22:40:41	Muhammad Fadilah Tegar	Sleman	09/09/2007	AMS Seyegan
77	11/9/2021 22:43:23	Muhammad Rafi	Sleman	13/07/2007	AMS Seyegan
78	11/9/2021 22:46:43	Muhammad Zaki Ilminn Huda	Sleman	26/07/2007	AMS Seyegan
79	11/9/2021 22:49:02	Muhammad Hidayatul Munir	Sleman	02/07/2007	AMS Seyegan
80	11/9/2021 22:50:49	Eka Rian A	Sleman	05/01/2006	AMS Seyegan
81	11/9/2021 22:57:25	Rian	Magelang	19/12/2009	SSB BPJ
82	11/9/2021 22:59:17	Alpha Dev Nabil Rafi'i	Sleman	12/09/2009	SSB BPJ
83	11/9/2021 23:01:47	Vanno	Sleman	23/03/2009	SSB BPJ
84	11/9/2021 23:03:49	Satrio Nur Sidiq	Sleman	30/07/2009	SSB BPJ
85	11/9/2021 23:05:52	Muhammad Zidane Syaifullah	Sleman	24/03/2009	SSB BPJ
86	11/9/2021 23:07:54	Ivan Anggara	Sleman	04/04/2008	SSB BPJ
87	11/9/2021 23:09:57	Ihsan Ahmad Muzakki	Sleman	09/08/2009	SSB BPJ
88	11/9/2021 23:11:59	Azka Aldric Mandana	Sleman	09/10/2008	SSB BPJ
89	11/9/2021 23:14:02	M Fathih	Sleman	23/10/2008	SSB BPJ
90	11/9/2021 23:16:04	Muhammad iqbal rais	Sleman	10/04/2010	SSB BPJ
91	11/4/2021 11:55:04	M.ridho hafid bagaskoro	Sleman	23/05/1993	SSB BANGUNKERTO
92	11/4/2021 11:57:34	Rafli atha yonanta	Yogyakarta	18/08/2021	SSB BANGUNKERTO
93	11/4/2021 12:00:04	Nathanael Gajendra	Sleman Yogyakarta	18/07/2007	SSB BANGUNKERTO
94	11/4/2021 12:02:34	Aloisius Gomzaga Atmaka Nugraha	Sleman	17/06/2007	SSB BANGUNKERTO
95	11/4/2021 12:05:04	Ridho hafid	Sleman	13/07/2007	SSB BANGUNKERTO
96	11/4/2021 12:07:34	Sapto agung aji pratama	Sleman	06/11/2008	SSB BANGUNKERTO
97	11/4/2021 12:10:05	Rafli atha yonanta	Yogyakarta	18/08/2006	SSB BANGUNKERTO
98	11/4/2021 12:12:35	Nathanael Nandana Keitaro Wicaksono	Magelang	14/11/2007	SSB BANGUNKERTO
99	11/4/2021 12:15:05	Ray	Sleman	22/01/2019	SSB BANGUNKERTO
100	11/4/2021 12:17:35	Aldevtra Daffa Marvelino	Sleman	03/03/2008	SSB BANGUNKERTO



Indikator 1. Pengaruh Terhadap Kesehatan

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A	Kategori
1	4	5	4	5	5	5	5	5	5	43	Sangat Baik
2	4	2	4	5	5	5	5	4	4	38	Baik
3	4	2	4	4	5	4	4	4	4	35	Baik
4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	32	Cukup
5	4	2	2	5	4	4	5	3	4	33	Cukup
6	4	3	4	4	5	5	5	4	4	38	Baik
7	4	2	2	4	5	4	4	3	4	32	Cukup
8	4	4	4	4	5	5	4	2	4	36	Baik
9	4	5	5	5	5	5	5	4	5	43	Sangat Baik
10	4	2	2	4	4	4	4	4	2	30	Kurang Baik
11	4	3	4	3	4	5	5	4	5	37	Baik
12	3	2	3	5	5	5	4	2	3	32	Cukup
13	4	4	4	4	5	5	4	4	5	39	Baik
14	4	5	5	5	5	5	2	2	2	35	Baik
15	4	4	4	4	4	5	4	5	4	38	Baik
16	4	2	2	4	4	5	4	5	5	35	Baik
17	4	4	5	5	5	5	5	5	5	43	Sangat Baik
18	4	5	5	5	5	5	3	3	3	38	Baik
19	4	5	5	5	5	5	3	3	3	38	Baik
20	4	2	4	4	4	4	4	4	4	34	Cukup
21	4	2	2	3	5	5	2	3	3	29	Kurang Baik
22	4	2	5	2	4	2	5	3	4	31	Cukup
23	4	2	5	5	5	5	4	4	4	38	Baik
24	4	2	2	4	4	5	3	3	2	29	Kurang Baik
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36	Baik
26	1	4	4	3	5	4	4	4	5	34	Cukup
27	4	2	2	3	2	2	4	4	5	28	Kurang Baik
28	4	4	4	4	4	5	5	5	5	40	Sangat Baik
29	2	5	4	5	5	3	5	4	3	36	Baik
30	4	2	3	3	4	3	4	3	3	29	Kurang Baik

31	4	5	3	4	3	5	4	4	3	35	Baik
32	4	2	2	4	4	4	4	4	4	32	Cukup
33	4	2	2	5	5	5	5	2	2	32	Cukup
34	4	2	2	4	3	4	4	5	5	33	Cukup
35	4	2	2	5	5	5	4	3	4	34	Cukup
36	4	3	2	4	4	4	4	4	4	33	Cukup
37	4	5	5	5	5	5	5	5	4	43	Sangat Baik
38	4	5	5	5	5	5	5	4	5	43	Sangat Baik
39	4	2	5	2	2	5	5	5	5	35	Baik
40	4	4	4	4	4	5	4	5	4	38	Baik
41	4	4	3	2	3	5	5	5	5	36	Baik
42	4	4	2	4	4	4	3	4	3	32	Cukup
43	4	4	3	4	4	4	5	4	4	36	Baik
44	4	4	4	5	4	4	4	5	4	38	Baik
45	3	5	4	4	5	5	5	5	5	41	Sangat Baik
46	4	4	4	4	4	5	5	5	5	40	Sangat Baik
47	4	2	4	4	4	5	5	2	5	35	Baik
48	4	4	4	4	4	4	5	2	4	35	Baik
49	4	2	5	5	2	5	5	2	5	35	Baik
50	4	2	2	5	5	4	4	3	3	32	Cukup
51	4	2	2	5	4	5	4	3	3	32	Cukup
52	4	2	2	2	5	5	5	5	5	35	Baik
53	1	2	2	2	5	5	2	2	5	26	Sangat Kurang Baik
54	4	2	4	4	5	4	3	2	4	32	Cukup
55	4	5	5	5	5	4	3	3	3	37	Baik
56	4	2	2	4	5	5	4	2	5	33	Cukup
57	4	2	2	4	4	4	3	3	3	29	Kurang Baik
58	4	2	2	4	4	4	3	3	3	29	Kurang Baik
59	4	2	2	4	4	5	3	3	3	30	Kurang Baik
60	4	2	2	4	4	5	3	3	3	30	Kurang Baik
61	4	2	2	4	4	5	3	3	3	30	Kurang Baik

62	4	2	2	4	4	4	3	3	3	29	Kurang Baik
63	4	4	2	4	4	5	3	2	3	31	Cukup
64	4	4	2	4	4	5	3	2	3	31	Cukup
65	4	2	2	4	4	3	2	2	2	25	Sangat Kurang Baik
66	4	2	2	4	4	3	2	2	2	25	Sangat Kurang Baik
67	3	2	2	5	5	5	4	5	4	35	Baik
68	4	2	2	5	4	3	5	3	4	32	Cukup
69	4	2	2	4	4	5	5	4	5	35	Baik
70	4	2	2	5	5	5	5	4	5	37	Baik
71	4	3	2	4	2	4	4	4	4	31	Cukup
72	4	2	2	5	4	4	5	4	4	34	Cukup
73	4	2	2	5	3	4	5	5	4	34	Cukup
74	4	2	3	5	5	5	5	4	4	37	Baik
75	4	2	3	5	5	4	4	4	3	34	Cukup
76	4	2	3	4	4	4	4	4	3	32	Cukup
77	4	2	2	2	4	5	5	4	5	33	Cukup
78	4	2	2	2	5	5	5	4	5	34	Cukup
79	4	5	5	5	5	5	5	5	5	44	Sangat Baik
80	4	4	4	4	5	5	4	4	3	37	Baik
81	4	5	5	5	5	4	4	4	4	40	Sangat Baik
82	4	2	4	5	5	5	4	5	4	38	Baik
83	4	4	4	4	4	4	4	4	5	37	Baik
84	4	4	4	4	4	5	5	5	5	40	Sangat Baik
85	4	2	2	4	4	5	5	5	5	36	Baik
86	4	3	2	2	5	5	4	2	2	29	Kurang Baik
87	4	3	2	5	4	3	2	2	3	28	Kurang Baik
88	4	2	2	5	2	5	5	4	4	33	Cukup
89	4	2	2	5	4	5	4	3	4	33	Cukup
90	4	3	2	5	2	5	4	4	5	34	Cukup
91	4	3	2	5	5	5	5	4	5	38	Baik
92	4	2	2	4	4	5	5	5	5	36	Baik
93	4	4	4	5	5	5	4	4	4	39	Baik
94	4	3	4	5	5	5	5	4	5	40	Sangat Baik
95	4	3	3	5	4	4	5	4	4	36	Baik
96	4	2	2	3	4	5	5	4	5	34	Cukup
97	4	2	2	2	4	4	4	4	4	30	Kurang Baik
98	4	2	2	4	4	4	4	4	4	32	Cukup
99	4	2	2	4	4	4	4	4	4	32	Cukup
100	4	2	2	4	4	4	4	4	4	32	Cukup

Indikator 2. Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19

No	B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9	B	Kategori
1	5	5	4	5	5	5	5	5	5	44	Baik
2	5	5	5	5	5	4	4	4	4	41	Baik
3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	34	Kurang Baik
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	35	Cukup
5	5	5	5	5	4	3	4	2	5	38	Cukup
6	4	5	4	5	4	4	4	4	4	38	Cukup
7	5	5	4	4	5	4	4	3	4	38	Cukup
8	4	4	3	4	4	3	4	4	4	34	Kurang Baik
9	5	5	5	5	4	5	5	5	5	44	Baik
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36	Cukup
11	5	5	5	5	4	5	5	5	4	43	Baik
12	5	5	5	5	4	2	4	3	5	38	Cukup
13	3	4	4	4	4	4	4	4	4	35	Cukup
14	4	4	4	4	2	4	2	2	4	30	Sangat Kurang Baik
15	4	2	4	4	4	4	4	4	4	34	Kurang Baik
16	4	4	4	2	4	4	4	5	5	36	Cukup
17	5	5	5	5	5	2	5	5	5	42	Baik
18	5	5	3	5	5	5	5	3	5	41	Baik
19	5	5	4	5	5	5	5	3	5	42	Baik
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36	Cukup
21	4	3	3	4	4	4	3	4	4	33	Kurang Baik
22	5	2	3	5	4	5	2	2	4	32	Kurang Baik
23	5	5	5	4	4	4	5	4	5	41	Baik
24	4	4	4	4	3	4	2	3	4	32	Kurang Baik
25	5	5	3	4	4	4	4	5	5	39	Cukup
26	5	5	4	2	3	2	4	3	2	30	Sangat Kurang Baik
27	2	4	5	2	5	4	5	5	4	36	Cukup
28	5	5	5	4	5	3	5	5	5	42	Baik
29	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	Sangat Baik

30	3	4	2	3	4	4	3	3	4	30	Sangat Kurang Baik
31	3	4	3	4	3	4	3	2	4	30	Sangat Kurang Baik
32	4	4	2	4	4	4	4	4	3	33	Kurang Baik
33	5	5	5	2	2	2	5	4	5	35	Cukup
34	4	4	4	4	4	5	4	4	4	37	Cukup
35	5	5	5	5	5	5	5	4	4	43	Baik
36	3	3	4	4	4	4	4	4	4	34	Kurang Baik
37	5	5	4	5	5	4	4	4	4	40	Baik
38	5	5	4	5	5	5	4	5	4	42	Baik
39	5	5	4	5	5	5	5	5	4	43	Baik
40	4	4	4	5	3	5	5	4	2	36	Cukup
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36	Cukup
42	4	5	4	5	5	3	4	3	5	38	Cukup
43	4	4	4	4	4	4	4	4	5	37	Cukup
44	4	5	5	5	5	4	4	4	4	40	Baik
45	5	5	5	5	5	4	5	5	5	44	Baik
46	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	Sangat Baik
47	4	5	5	4	5	4	5	4	5	41	Baik
48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36	Cukup
49	4	5	5	4	5	4	5	5	5	42	Baik
50	5	5	3	3	3	3	3	3	5	33	Kurang Baik
51	4	4	3	3	3	4	3	3	4	31	Kurang Baik
52	4	4	4	5	5	5	5	5	3	40	Baik
53	4	2	3	2	3	3	4	5	5	31	Kurang Baik
54	4	4	4	4	3	2	4	2	4	31	Kurang Baik
55	5	5	3	3	2	5	3	3	5	34	Kurang Baik
56	3	5	3	3	3	4	3	3	4	31	Kurang Baik
57	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	Sangat Baik
58	5	5	5	5	5	5	4	4	3	41	Baik
59	4	4	4	5	4	4	3	3	4	35	Cukup

60	4	4	3	5	4	4	3	3	4	34	Kurang Baik
61	4	4	4	4	4	4	3	4	4	35	Cukup
62	4	4	4	4	4	4	3	3	4	34	Kurang Baik
63	4	4	2	4	3	4	3	3	4	31	Kurang Baik
64	4	4	2	4	3	4	3	3	4	31	Kurang Baik
65	4	4	4	4	2	2	2	2	2	26	Sangat Kurang Baik
66	4	4	4	5	2	2	2	2	2	27	Sangat Kurang Baik
67	4	5	5	4	4	3	3	3	5	36	Cukup
68	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36	Cukup
69	5	5	3	4	4	3	5	4	5	38	Cukup
70	5	5	5	5	5	5	5	4	5	44	Baik
71	4	4	4	4	2	4	4	4	4	34	Kurang Baik
72	4	5	4	4	4	4	4	4	4	37	Cukup
73	5	5	5	5	4	4	5	5	4	42	Baik
74	4	4	4	5	4	4	4	4	4	37	Cukup
75	4	4	4	4	4	4	5	4	5	38	Cukup
76	5	4	3	4	4	4	4	3	5	36	Cukup
77	5	5	4	5	5	4	5	5	5	43	Baik
78	5	5	4	5	5	4	5	5	5	43	Baik
79	5	5	5	5	4	4	5	3	5	41	Baik
80	3	4	4	5	4	4	4	4	4	36	Cukup
81	4	4	3	4	4	4	3	4	4	34	Kurang Baik
82	4	5	5	4	4	4	4	4	4	38	Cukup
83	5	5	5	5	5	3	5	4	4	41	Baik
84	5	5	5	5	4	4	5	5	5	43	Baik
85	5	5	5	5	5	4	5	5	5	44	Baik
86	5	5	5	4	3	2	5	4	5	38	Cukup
87	5	4	3	2	2	3	3	3	4	29	Sangat Kurang Baik
88	4	5	4	4	4	4	4	4	4	37	Cukup
89	4	4	3	5	3	3	3	3	5	33	Kurang Baik
90	5	5	5	5	4	5	5	5	5	44	Baik
91	5	5	4	5	5	5	4	4	4	41	Baik
92	5	5	5	5	4	5	5	5	3	42	Baik
93	5	5	5	5	5	5	4	4	5	43	Baik
94	5	5	5	5	5	5	5	4	5	44	Baik
95	5	5	5	4	4	4	4	4	4	39	Cukup
96	4	5	5	5	3	5	4	5	4	40	Baik
97	4	4	4	4	4	4	2	4	4	34	Kurang Baik
98	4	4	4	4	4	4	4	2	4	34	Kurang Baik
99	4	4	4	4	4	4	4	2	4	34	Kurang Baik
100	4	4	4	4	4	4	4	2	4	34	Kurang Baik

Indikator 3. Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi

No	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	C11	C12	C	Kategori
1	4	4	4	4	4	2	5	5	5	2	2	4	45	Baik
2	5	5	5	2	2	5	5	5	5	2	2	2	45	Baik
3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	2	40	Cukup
4	5	4	4	3	3	5	4	4	4	2	3	3	44	Cukup
5	2	4	2	2	3	2	4	4	4	2	2	2	33	Sangat Kurang Baik
6	5	5	5	5	2	5	5	4	4	3	4	2	49	Baik
7	5	4	5	3	5	5	5	4	4	2	3	4	49	Baik
8	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	3	41	Cukup
9	4	4	5	4	5	2	5	5	5	2	2	4	47	Baik
10	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	41	Cukup
11	5	4	5	2	2	5	4	4	4	3	5	4	47	Baik
12	3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	2	4	38	Kurang Baik
13	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	42	Cukup
14	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	2	2	38	Kurang Baik
15	4	4	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	38	Kurang Baik
16	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	4	38	Kurang Baik
17	5	5	2	2	2	4	5	5	5	2	2	2	41	Cukup
18	5	3	4	5	2	5	5	5	5	3	3	5	50	Sangat Baik
19	5	3	4	5	2	5	5	5	5	3	3	5	50	Sangat Baik
20	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	42	Cukup
21	4	4	4	2	2	3	2	2	2	2	3	4	34	Kurang Baik
22	3	5	3	2	2	3	5	4	2	3	2	3	37	Kurang Baik
23	4	5	5	3	2	4	4	4	4	2	4	4	45	Baik
24	5	4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	44	Cukup
25	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	52	Sangat Baik
26	4	3	2	4	2	5	3	4	4	4	5	2	42	Cukup
27	5	2	5	2	2	4	2	2	2	4	4	5	39	Cukup
28	3	3	3	5	5	3	3	3	3	5	3	3	42	Cukup
29	3	4	5	2	2	4	2	2	4	3	2	3	36	Kurang Baik
30	4	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	34	Kurang Baik
31	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	2	3	38	Kurang Baik
32	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	5	43	Cukup

33	5	2	5	5	2	5	5	5	5	3	2	3	47	Baik
34	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	50	Sangat Baik
35	2	2	2	4	4	4	3	3	3	2	2	4	35	Kurang Baik
36	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	36	Kurang Baik
37	4	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	40	Cukup
38	4	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	40	Cukup
39	5	3	5	4	4	5	5	4	4	3	3	3	48	Baik
40	5	4	4	4	2	2	4	4	5	2	2	4	42	Cukup
41	4	4	4	2	2	3	5	4	4	4	4	3	43	Cukup
42	4	4	4	3	2	3	2	4	4	2	2	3	37	Kurang Baik
43	4	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	4	35	Kurang Baik
44	4	5	2	4	2	4	2	3	3	3	2	4	38	Kurang Baik
45	3	2	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	39	Cukup
46	5	2	4	4	2	2	4	4	4	3	4	4	42	Cukup
47	5	5	4	4	2	4	4	2	2	3	2	4	41	Cukup
48	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	2	5	40	Cukup
49	2	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	27	Sangat Kurang Baik
50	5	2	2	3	2	5	2	3	3	2	3	4	36	Kurang Baik
51	5	2	2	3	2	5	2	3	3	2	3	4	36	Kurang Baik
52	5	2	2	2	2	5	5	3	3	2	3	4	38	Kurang Baik
53	5	5	3	5	3	5	4	5	5	3	4	3	50	Sangat Baik
54	4	2	2	2	2	4	4	4	4	3	2	5	38	Kurang Baik
55	5	2	2	2	2	5	3	3	3	4	3	3	37	Kurang Baik
56	4	4	3	2	2	4	4	3	3	3	3	2	37	Kurang Baik
57	5	5	5	5	2	5	3	4	4	2	4	4	48	Baik
58	3	3	4	4	2	4	4	5	3	2	3	3	40	Cukup
59	5	4	5	3	2	4	2	2	2	3	2	3	37	Kurang Baik
60	5	4	4	3	2	4	2	2	2	3	3	3	37	Kurang Baik
61	4	3	4	4	2	4	3	3	2	2	3	3	37	Kurang Baik



62	3	2	4	4	2	3	4	3	3	2	3	4	37	Kurang Baik
63	5	3	2	4	4	4	5	4	4	3	4	3	45	Baik
64	5	3	2	4	4	4	5	4	4	3	5	3	46	Baik
65	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	42	Cukup
66	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	42	Cukup
67	4	5	4	4	2	4	2	2	2	3	4	4	40	Cukup
68	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	34	Kurang Baik
69	4	4	4	3	2	4	3	4	3	2	2	4	39	Cukup
70	5	5	5	5	2	5	2	2	2	2	2	2	39	Cukup
71	4	4	4	4	2	4	5	5	5	2	2	4	45	Baik
72	4	4	5	4	3	4	4	3	3	3	3	4	44	Cukup
73	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	4	38	Kurang Baik
74	5	5	5	4	4	4	4	3	3	4	4	3	48	Baik
75	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	45	Baik
76	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	2	40	Cukup
77	5	5	5	5	2	5	5	5	5	2	5	5	54	Sangat Baik
78	5	4	5	2	2	4	5	5	5	2	2	4	45	Baik
79	5	2	4	5	2	5	3	3	3	3	5	5	45	Baik
80	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	44	Cukup
81	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	43	Cukup
82	5	4	4	4	2	4	4	3	4	2	4	2	42	Cukup
83	4	2	3	2	2	3	4	5	5	4	2	3	39	Cukup
84	5	3	5	3	2	5	3	3	3	2	5	3	42	Cukup
85	3	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	4	53	Sangat Baik
86	4	3	3	5	4	3	4	5	4	3	4	2	44	Cukup
87	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	34	Kurang Baik
88	4	4	4	4	4	5	4	4	5	2	5	2	47	Baik
89	4	4	4	3	2	4	2	2	2	2	4	2	35	Kurang Baik
90	5	3	4	5	2	5	4	5	5	4	5	4	51	Sangat Baik
91	5	5	5	4	2	5	4	4	4	2	5	3	48	Baik
92	4	5	2	2	2	4	3	3	3	2	4	4	38	Kurang Baik
93	5	5	5	3	2	5	4	4	4	3	3	4	47	Baik
94	5	5	3	3	2	5	4	4	4	4	3	2	44	Cukup
95	5	5	2	2	2	5	2	2	2	3	4	2	36	Kurang Baik
96	4	4	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	54	Sangat Baik
97	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	4	4	32	Sangat Kurang Baik
98	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	4	34	Kurang Baik
99	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	4	36	Kurang Baik
100	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	4	34	Kurang Baik

Indikator 4. Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19

No	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D	Kategori
1	2	5	4	4	5	4	24	Cukup
2	4	4	5	4	5	4	26	Cukup
3	2	4	2	2	3	3	16	Sangat Kurang Baik
4	5	5	2	5	5	5	27	Sangat Baik
5	2	2	2	2	2	2	12	Sangat Kurang Baik
6	5	5	4	4	4	4	26	Cukup
7	5	5	5	5	5	4	29	Sangat Baik
8	3	4	3	3	5	4	22	Kurang Baik
9	2	4	2	4	4	4	20	Kurang Baik
10	2	4	2	4	2	4	18	Sangat Kurang Baik
11	5	5	4	4	4	4	26	Cukup
12	3	4	2	4	4	4	21	Kurang Baik
13	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
14	2	2	2	4	4	4	18	Sangat Kurang Baik
15	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
16	4	4	4	5	5	4	26	Cukup
17	5	5	2	2	4	4	22	Kurang Baik
18	5	5	4	5	5	5	29	Sangat Baik
19	5	5	4	5	5	5	29	Sangat Baik
20	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
21	3	3	2	4	4	4	20	Kurang Baik
22	2	5	4	3	2	4	20	Kurang Baik
23	4	4	4	4	5	5	26	Cukup
24	4	4	2	4	4	4	22	Kurang Baik
25	5	5	4	5	5	5	29	Sangat Baik
26	2	5	3	3	4	3	20	Kurang Baik
27	5	2	5	5	5	5	27	Sangat Baik
28	3	3	3	5	5	5	24	Cukup
29	2	5	5	3	5	5	25	Cukup
30	2	3	3	3	4	3	18	Sangat Kurang Baik

31	2	4	4	3	4	5	22	Kurang Baik
32	4	4	3	3	4	4	22	Kurang Baik
33	2	3	3	5	5	5	23	Cukup
34	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
35	4	3	2	5	5	4	23	Cukup
36	3	4	3	3	4	4	21	Kurang Baik
37	5	5	5	5	5	4	29	Sangat Baik
38	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
39	5	5	5	5	5	3	28	Sangat Baik
40	4	4	4	2	3	3	20	Kurang Baik
41	5	5	4	5	5	5	29	Sangat Baik
42	4	3	4	4	4	5	24	Cukup

43	4	5	5	4	4	2	24	Cukup
44	4	5	5	3	5	3	25	Cukup
45	4	5	2	5	5	2	23	Cukup
46	4	4	4	2	4	4	22	Kurang Baik
47	4	4	5	5	5	5	28	Sangat Baik
48	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
49	2	5	5	5	5	5	27	Sangat Baik
50	4	4	5	3	4	3	23	Cukup
51	4	4	4	5	4	3	24	Cukup
52	5	5	2	5	5	5	27	Sangat Baik
53	5	2	5	4	5	5	26	Cukup
54	4	2	2	4	4	4	20	Kurang Baik
55	5	2	5	5	5	3	25	Cukup
56	4	3	3	4	4	4	22	Kurang Baik
57	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
58	5	5	5	5	5	4	29	Sangat Baik
59	4	4	4	4	5	4	25	Cukup
60	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
61	5	5	4	5	5	4	28	Sangat Baik

62	3	4	3	4	4	4	22	Kurang Baik
63	4	2	3	4	5	5	23	Cukup
64	4	2	3	4	5	5	23	Cukup
65	4	2	2	4	4	4	20	Kurang Baik
66	4	2	2	4	4	4	20	Kurang Baik
67	2	2	2	4	4	4	18	Sangat Kurang Baik
68	4	4	4	4	4	5	25	Cukup
69	5	5	4	5	5	5	29	Sangat Baik
70	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
71	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
72	4	4	3	3	4	4	22	Kurang Baik
73	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
74	4	2	2	5	5	5	23	Cukup
75	4	4	4	5	5	5	27	Sangat Baik
76	4	3	4	4	5	5	25	Cukup
77	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
78	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
79	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
80	4	4	3	4	4	3	22	Kurang Baik
81	4	4	3	4	3	4	22	Kurang Baik
82	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
83	5	2	5	5	5	5	27	Sangat Baik
84	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
85	3	5	4	5	5	5	27	Sangat Baik
86	3	4	3	5	3	5	23	Cukup
87	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
88	4	5	4	3	5	5	26	Cukup

89	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
90	4	3	4	5	4	5	25	Cukup
91	5	4	5	5	4	5	28	Sangat Baik
92	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
93	4	4	3	5	5	5	26	Cukup
94	5	5	3	5	5	5	28	Sangat Baik
95	4	4	4	4	4	5	25	Cukup
96	5	5	5	5	5	5	30	Sangat Baik
97	4	2	4	4	4	4	22	Kurang Baik
98	4	2	4	4	4	4	22	Kurang Baik
99	4	4	4	4	4	4	24	Cukup
100	4	2	4	4	4	4	22	Kurang Baik

#### Kategorisasi Nilai Total

No	Total Nilai	Kategori Umum
1	156	Sangat Baik
2	150	Baik
3	125	Kurang Baik
4	138	Cukup
5	116	Sangat Kurang Baik
6	151	Baik
7	148	Baik
8	133	Cukup
9	154	Baik
10	125	Kurang Baik
11	153	Baik
12	129	Kurang Baik
13	140	Cukup
14	121	Kurang Baik
15	134	Cukup
16	135	Cukup
17	148	Baik
18	158	Sangat Baik
19	159	Sangat Baik
20	136	Cukup
21	116	Sangat Kurang Baik
22	120	Kurang Baik
23	150	Baik
24	127	Kurang Baik
25	156	Sangat Baik

26	126	Kurang Baik
27	130	Cukup
28	148	Baik
29	142	Cukup
30	111	Sangat Kurang Baik
31	125	Kurang Baik
32	130	Cukup
33	137	Cukup
34	144	Baik
35	135	Cukup
36	124	Kurang Baik
37	152	Baik
38	155	Sangat Baik
39	154	Baik
40	136	Cukup
41	144	Baik
42	131	Cukup
43	132	Cukup
44	141	Cukup
45	147	Baik
46	149	Baik
47	145	Baik
48	141	Cukup
49	131	Cukup
50	124	Kurang Baik
51	123	Kurang Baik
52	140	Cukup
53	133	Cukup
54	121	Kurang Baik

55	133	Cukup
56	123	Kurang Baik
57	146	Baik
58	139	Cukup
59	127	Kurang Baik
60	125	Kurang Baik
61	130	Cukup
62	122	Kurang Baik
63	130	Cukup
64	131	Cukup
65	113	Sangat Kurang Baik
66	114	Sangat Kurang Baik
67	129	Kurang Baik
68	127	Kurang Baik
69	141	Cukup
70	150	Baik
71	134	Cukup
72	137	Cukup
73	138	Cukup
74	145	Baik
75	144	Baik
76	133	Cukup
77	160	Sangat Baik
78	152	Baik
79	160	Sangat Baik
80	139	Cukup
81	139	Cukup
82	142	Cukup
83	144	Baik
84	155	Sangat Baik
85	160	Sangat Baik
86	134	Cukup
87	115	Sangat Kurang Baik
88	143	Baik
89	125	Kurang Baik
90	154	Baik
91	155	Sangat Baik
92	140	Cukup
93	155	Sangat Baik
94	156	Sangat Baik
95	136	Cukup

96	158	Sangat Baik
97	118	Kurang Baik
98	122	Kurang Baik
99	126	Kurang Baik
100	122	Kurang Baik

### Rekapitulasi Jumlah Kategori

#### 1. Rekap Total

Rekap Total		
Sangat Baik	13	13%
Baik	23	23%
Cukup	35	35%
Kurang Baik	23	23%
Sangat Kurang Baik	6	6%

#### 2. Rekap Variabel 1

Rekap Variabel 1		
Sangat Baik	12	12%
Baik	31	31%
Cukup	27	27%
Kurang Baik	26	26%
Sangat Kurang Baik	4	4%

#### 3. Rekap Variabel 2

Rekap Variabel 2		
Sangat Baik	8	8%
Baik	23	23%
Cukup	33	33%
Kurang Baik	30	30%
Sangat Kurang Baik	4	4%

#### 4. Rekap Indikator 1

Rekap Indikator 1		
Sangat Baik	12	12%
Baik	37	37%
Cukup	34	34%
Kurang Baik	14	14%
Sangat Kurang Baik	3	3%

5. Rekap Indikator 2

Rekap Indikator 2		
Sangat Baik	3	3%
Baik	33	33%
Cukup	32	32%
Kurang Baik	25	25%
Sangat Kurang Baik	7	7%

6. Rekap Indikator 3

Rekap Indikator 3		
Sangat Baik	9	9%
Baik	20	20%
Cukup	35	35%
Kurang Baik	33	33%
Sangat Kurang Baik	3	3%

7. Rekap Indikator 4

Rekap Indikator 4		
Sangat Baik	28	28%
Baik	0	0%
Cukup	42	42%
Kurang Baik	24	24%
Sangat Kurang Baik	6	6%



## Lampiran 11. Statistik Deskriptif

Statistik data keseluruhan

		Statistics				
		A	B	C	D	Ind_SUM
N	Valid	100	100	100	100	100
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		32.79	37.28	41.40	24.35	135.82
Median		32.50	37.00	41.00	24.00	135.50
Std. Deviation		4.152	4.599	5.395	3.512	12.790
Variance		17.238	21.153	29.111	12.331	163.583
Minimum		23	26	27	12	109
Maximum		42	45	54	30	158
Sum		3279	3728	4140	2435	13582

Variabel 1

		Statistics
Var1		
Valid		100
Missing		0
Mean		70.07
Median		70.00
Std. Deviation		7.763
Variance		60.268
Range		36
Minimum		49
Maximum		85
Sum		7007

Variabel 2

		Statistics
Var2		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		65.75
Median		65.50

Std. Deviation	7.445
Variance	55.422
Range	39
Minimum	45
Maximum	84
Sum	6575

### Indikator 1. Pengaruh Terhadap Kesehatan

#### Statistics

A		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		32.79
Std. Deviation		4.152
Minimum		23
Maximum		42

A					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	23	2	2.0	2.0	2.0
	26	2	2.0	2.0	4.0
	27	7	7.0	7.0	11.0
	28	4	4.0	4.0	15.0
	29	4	4.0	4.0	19.0
	30	14	14.0	14.0	33.0
	31	7	7.0	7.0	40.0
	32	10	10.0	10.0	50.0
	33	9	9.0	9.0	59.0
	34	6	6.0	6.0	65.0
	35	8	8.0	8.0	73.0
	36	11	11.0	11.0	84.0
	37	2	2.0	2.0	86.0
	38	6	6.0	6.0	92.0
	40	1	1.0	1.0	93.0
41	6	6.0	6.0	99.0	

42	1	1.0	1.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Indikator 2. Peraturan Pemerintah Mengenai Covid-19

**Statistics**

**B**

Valid	100
Missing	0
Mean	37.28
Std. Deviation	4.599
Minimum	26
Maximum	45

**B**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	26	1	1.0	1.0	1.0
	27	1	1.0	1.0	2.0
	29	1	1.0	1.0	3.0
	30	4	4.0	4.0	7.0
	31	6	6.0	6.0	13.0
	32	2	2.0	2.0	15.0
	33	4	4.0	4.0	19.0
	34	13	13.0	13.0	32.0
	35	5	5.0	5.0	37.0
	36	11	11.0	11.0	48.0
	37	5	5.0	5.0	53.0
	38	9	9.0	9.0	62.0
	39	2	2.0	2.0	64.0
	40	4	4.0	4.0	68.0
	41	8	8.0	8.0	76.0
	42	7	7.0	7.0	83.0
	43	7	7.0	7.0	90.0
44	7	7.0	7.0	97.0	
45	3	3.0	3.0	100.0	

Total	100	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

### Indikator 3. Pelaksanaan Latihan Selama Pandemi

#### Statistics

C

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		41.40
Std. Deviation		5.395
Minimum		27
Maximum		54

**C**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27	1	1.0	1.0
	32	1	1.0	2.0
	33	1	1.0	3.0
	34	6	6.0	9.0
	35	3	3.0	12.0
	36	6	6.0	18.0
	37	8	8.0	26.0
	38	10	10.0	36.0
	39	5	5.0	41.0
	40	7	7.0	48.0
	41	4	4.0	52.0
	42	10	10.0	62.0
	43	3	3.0	65.0
	44	6	6.0	71.0
	45	8	8.0	79.0
	46	1	1.0	80.0
	47	5	5.0	85.0
	48	4	4.0	89.0
	49	2	2.0	91.0
	50	4	4.0	95.0
51	1	1.0	96.0	

52	1	1.0	1.0	97.0
53	1	1.0	1.0	98.0
54	2	2.0	2.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Indikator 4. Efektivitas Latihan Selama Pandemi Covid-19

**Statistics**

D

Valid	100
Missing	0
Mean	24.35
Std. Deviation	3.512
Minimum	12
Maximum	30

**D**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	1	1.0	1.0	1.0
	16	1	1.0	1.0	2.0
	18	4	4.0	4.0	6.0
	20	8	8.0	8.0	14.0
	21	2	2.0	2.0	16.0
	22	14	14.0	14.0	30.0
	23	8	8.0	8.0	38.0
	24	18	18.0	18.0	56.0
	25	8	8.0	8.0	64.0
	26	8	8.0	8.0	72.0
	27	7	7.0	7.0	79.0
	28	5	5.0	5.0	84.0
	29	8	8.0	8.0	92.0
	30	8	8.0	8.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

## Lampiran 12. Permohonan dan Pernyataan *Expert Judgement*

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : HERWIN  
NIP : 196502021993121001  
Jurusan : PKO

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

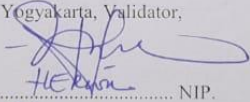
Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Program Studi: Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA Setelah dilakukan

kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan perbaikan  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Validator,  
  
HERWIN NIP.  
196502021993121001

Catatan:  
 Beri tanda ✓

Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama Mahasiswa : Ibrahim Adam

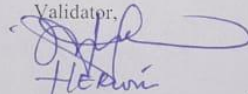
NIM : 17602241066

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS  
LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
1		Berap Berhadap atun peminat di perbagas no. 10
2		no. 16 dan 19 di cek kembali
Komentar Umum/Lain-lain: - Perlu & kembali bagi kea tly Ketenabatan - Selama Pandemi Covid 19.		

Yogyakarta, ..... Juni 2021

Validator,



H. Kurni  
NIP. 1960202 199312 1001.

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NAWAN PRAMASONI  
NIP : 19890521200021001  
Jurusan : PEL

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Ibrahim Adam  
NIM : 17602241066  
Program Studi: Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Judul TA: ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

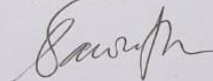
Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan perbaikan  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Validator,



..... NIP.

Catatan:

Beri tanda ✓



**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : *Drs Sukagyo Prianto M.Pd.*  
NIP : *196210601988121001*  
Jurusan : *P.KL*

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Program Studi: Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Judul TA: ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

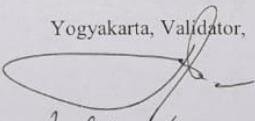
Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan perbaikan  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Validator,



*Drs. Sukagyo Prianto M.Pd.*

Catatan:

Beri tanda ✓

Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama Mahasiswa : Ibrahim Adam

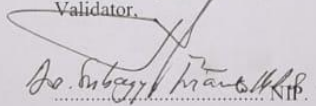
NIM : 17602241066

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS  
LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
1		Adapun penulisan pada & pada lebel risci.
2		Probang Apa saja ?
3		Pada. Apa saja yang terprogram di pelatuk pada sisi & orang lain.
4		Tugas : tambahkan cek Pina & Orh. pada & Cerdas selama pandemi.
Komentar Umum/Lain-lain: Pada. & berikan skor untuk masing-masing pada SS & RR, TS, STS. ... ?		

Yogyakarta, 22 Juni 2021

Validator,

  
Dr. Sutopo, M.Pd., KIP.

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aji Fajar Setiawan, S. Pd

NIP : .....

Jurusan : .....

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Program Studi: Pendidikan Keperawatan Olahraga

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA Setelah dilakukan

kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan perbaikan  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Validator,

Aji Fajar Setiawan, S. Pd

NIP.

Catatan:

Beri tanda ✓

### Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama Mahasiswa : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS  
LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
1	Dampak Pandemi Covid-19	Dibeberapa point alangkah baiknya diberikan penjelasan singkat atau yang lebih spesifik yang dimaksud dengan peraturan pemerintah itu yang seperti apa khususnya di bidang olahraga
	Komentar Umum/Lain-lain: Untuk secara keseluruhan sudah baik, dan insyaallah layak untuk dilanjutkan ketahap penelitian yang selanjutnya, semoga dilancarkan. aamiin	

Yogyakarta, 26 Juni 2021  
Validator,

Aji Fajar Setiawan, S. Pd  
NIP.

## SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Robby Yusuf S.Pd.

NIP : -

Jurusan : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Program Studi: Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA Setelah dilakukan

kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian

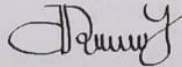
**Layak digunakan dengan perbaikan**

Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Validator,



Robby Yusuf S.Pd. NIP.

Catatan:

Beri tanda ✓

**Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA**


Nama Mahasiswa : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS  
LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
	Komentar Umum/Lain-lain: Lebih spesifik dan mendeteail terhadap pertanyaan dan pernyataan	

Yogyakarta, 12 Juli 2021  
Validator,



Robby Yusuf S.Pd.

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dedi Kurniawan

NIP :-

Jurusan : Pendidikan kepelatihan olahraga

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Program Studi: Pendidikan Keperawatan Olahraga

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS LATIHAN  
SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA Setelah dilakukan

kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan perbaikan  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Validator,

..... NIP.

Catatan:

Beri tanda ✓

**Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA**

Nama Mahasiswa : Ibrahim Adam

NIM : 17602241066

Judul TA : ANALISIS DAMPAK COVID-19 TERHADAP EFEKTIVITAS  
LATIHAN SEPAKBOLA SISWA SSB DI SLEMAN YOGYAKARTA

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
	Komentar Umum/Lain-lain: Jika memungkinkan, poin/indikator mengenai "efektivitas latihan" ditambah lagi. mengingat judul nya mengenai analisis dampak covid terhadap efektivitas latihan sepakbola, sehingga butir" mengenai poin tersebut seharusnya lebih kompleks, dibanding butir yg lain.	

Yogyakarta, 28 Juni 2021  
Validator,

..... NIP.



### Lampiran 13. Dokumentasi Pengambilan Data







