

DAMPAK PANDEMI COVID-19 TERHADAP ANTUSIASME LATIHAN BOLA BASKET PADA STUDENT ATHLETE DI GODZILLA ACADEMY

Fajar Gumilang H.M

S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universits Negeri Surabaya

Fajar.17060474055@mhs.unesa.ac.id

Gigih Siantoro

S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

gigihiantoro@unesa.ac.id

Abstrak

Pada tahun 2019 tepatnya pada bulan desember berbagai negara digemparkan dengan penemuan virus baru yang muncul pertama kali di Wuhan China, yang disebut *coronavirus disase-19*. Dan kasus pertama kali di Indonesia tercatat pada tanggal 2 maret 2020. Hal tersebut membuat Indonesia menerapkan beberapa kebijakan untuk menanggulangi adanya penyebaran virus ini. Terutama kebijakan yang mengharuskan semua orang menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), yang mengakibatkan semua aktivitas harus dilakukan dirumah saja, sehingga merubah tatanan dalam kehidupan sehari hari begitu juga dalam sektor olahraga sehingga mengakibatkan penurunan antusiasme aktivitas fisik selama pandemi Covid-19. Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif (studi kasus) dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ditujukan untuk siswa-siswi dalam klub bola basket Godzilla Academy yang berusia 14-18 (*Students Athlete*). Hasil yang diperoleh yaitu tidak ada penurunan antusiasme latihan t bola basket pada *Students Athlete* di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19.

Kata Kunci: Pandemi Covid-19, Latihan, Students Athlete

Abstract

In 2019, precisely in December, various countries were shocked by the discovery of a new virus that first appeared in Wuhan, China, which was called coronavirus disease-19. And the first case in Indonesia was recorded on March 2, 2020. This made Indonesia implement several policies to tackle the spread of this virus. Especially the policy that requires everyone to implement Large-Scale Social Restrictions (PSBB), which results in all activities having to be done at home, thus changing the order in daily life as well as in the sports sector, resulting in a decrease in enthusiasm for physical activity during the Covid-19 pandemic. This research is a qualitative research (case study) with a descriptive approach. The study was aimed at students in the Godzilla Academy basketball club aged 14-18 (Students Athlete). The results obtained are that there is no decrease in enthusiasm for basketball training for Student Athletes at Godzilla Academy during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Pandemic Covid-19, Exercise, Students Athlete.

1. PENDAHULUAN

Pada bulan Desember di tahun 2019 *coronavirus disease-19* muncul dan ditemukan pertama kali di Wuhan, China. Dan kasus pertama kali di Indonesia tercatat pada tanggal 2 maret 2020 hal tersebut menjadikan Indonesia menerapkan beberapa kebijakan untuk menanggulangi penyebaran virus ini. *Coronavirus* adalah suatu virus yang dapat menimbulkan penyakit yang sangat mudah menular melalui udara, benda yang terkontaminasi oleh virus, dan droplet ketika orang batuk. Ketika menular virus ini dapat menyebabkan penyakit pada pernafasan dan bisa menyebabkan kematian pada manusia

Kondisi tersebut ditetapkan oleh WHO sebagai pandemi dunia, yang mengakibatkan banyak perubahan yang terjadi dalam tatanan hidup di

berbagai sektor, yang mengakibatkan berubahnya beberapa aktivitas. Berubahnya beberapa tatanan kehidupan dikarenakan adanya kebijakan pembatasan sosial beskalah besar (PSBB) dengan tujuan agar dapat memutus rantai penyebaran virus yang telah menjadi pandemi. Di berbagai negara terutama Indonesia dalam menghadapi pandemi Covid-19 menerapkan kebijakan Work From Home (WFH) bagi para pekerja dan pembelajaran jarak yang dibuat oleh pemerintah setempat dan pembelajaran jarak jauh (PJJ) untuk para pelajar yang sedang menempih pendidikan baik di tingkat dasar, menengah maupun tinggi.

Secara tidak langsung semua aktivitas yang mengharuskan untuk bersosialisasi langsung dengan sesama manusia menjadi terhambat agar tidak terjadi nya penularan secara menyeluruh, terutama dalam

kegiatan yang mengharuskan untuk kontak fisik secara langsung seperti halnya kegiatan olahraga. Pandemi global yang bersumber dari virus yang baru muncul yakni virus *corona disase-19* (Covid-19) telah mengubah olahraga secara keseluruhan dengan cara yang belum pernah terjadi sebelumnya.

Sementara semua sektor dalam industri olahraga telah merasakan dampak dari virus Covid-19 ini, dalam hal luasnya, sektor olahraga pemuda bisa dibilang paling terpengaruh secara signifikan. Seperti halnya, perkiraan menunjukkan bahwa 45 juta anak bermain olahraga di Amerika Serikat. Angka-angka ini ditambah dengan perkiraan sekitar 7,9 juta remaja yang mengikuti olahraga sekolah menengah atas di Amerika Serikat. Bukti di atas telah menjadi gambaran bahwa penurunan yang signifikan dalam partisipasi olahraga telah menyentuh jutaan peserta (Wong et al., 2020).

Munculnya wabah Covid-19 mempengaruhi kegiatan olahraga. Mayoritas penggiat olahraga di Indonesia memberhentikan kegiatan olahraga demiantisipasi penyebaran Covid-19 sesuai anjuran dari pemerintah. Terutama penggiat olahraga dikalangan umur 14-18 atau disebut juga *Student Athlete* yang juga terkena dampaknya terhadap *Coronavirus-Disease 19* yang mengakibatkan segala kegiatan olahraga diberhentikan sejenak, karena event olahraga dapat dianggap sebagai event publik berskala besar, baik penonton hadir atau tidak. Jika kompetisi olahraga akan dilanjutkan tujuannya adalah untuk meminimalkan jumlah orang yang terkumpul di satu tempat.

Students Athlete ialah pelajar yang memaksimalkan potensi olahraga tanpa lupa Pendidikan formal / akademik. Tak juga kegiatan olahraga saja yang terdampak perkembangan dalam diri anak juga terhambat dengan adanya pandemi Covid-19 yang mengakibatkan pembatasan dalam segala lini aktivitas sehari-hari. Terhambatnya perkembangan dalam diri anak meliputi perkembangan fisik, motorik, bahasa, emosi, sosial, agama, moral, dan sebagainya yang berdampak penting dalam mencegah masalah kesehatan mental dan meningkatkan kesejahteraan di kalangan remaja (Chi et al., 2021).

Di berbagai dunia terutama Indonesia, juga terjadi pembatasan terhadap ruang gerak di sektor olahraga karena adanya peraturan pemerintah untuk menaggulangi adanya penyebaran *Coronavirus-Disease 19* yang mengakibatkan sebagian besar acara olahraga seperti olimpiade ditangguhkan / ditunda. Komite Olimpiade Internasional (IOC), bersama dengan pemerintahan Jepang mengumumkan pada 30 maret 2020 bahwa Olimpiade Tokyo 2020 akan dijadwalkan ulang pada tanggal Juli 2021, dengan tetap mempertahankan nama Olimpiade Tokyo 2020.

Karena acara olahraga dapat dianggap sebagai acara public berskala besar, baik penonton hadir atau tidak. Dalam pelaksanaannya pun peralatan

olahraga yang dipakai harus dibersihkan sesering mungkin karena SARS-CoV dapat bertahan lebih lama pada permukaan seperti plastik dan baja tahan karat hingga 72 jam. Meskipun olahraga tingkat sedang dapat meningkatkan imunitas (Shephard & Shek, 1996), infeksi umum yang terjadi pada atlet sebagian besar terdiri infeksi terkait dermatologis (terutama pada olahraga kontak).

Pentingnya berkegiatan olahraga sebagai tindakan untuk meningkatkan imunitas dalam menghadapi Covid-19. Tulisan ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh pandemi Covid-19 terhadap aktivitas latihan bola basket di Godzilla Academy yang berlokasi di perumahan Taman Pondok Jati. Dengan fokus penelitian ditujukan kepada *Students Athlete* klub bola basket di Godzilla Academy. Karena menurut peneliti dengan meneliti subjek yang ada di Godzilla Academy, penulis dapat mengetahui antusiasme *Students Athlete* dalam menjalani kegiatan latihan bola basket di Godzilla Academy.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif (studi kasus) bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar ilmiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Penelitian kualitatif berusaha untuk menemukan dan menggambarkan secara naratif kegiatan yang dilakukan dan dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupan mereka

Penelitian ini menggunakan metode observasi wawancara dalam pengumpulan data. Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh pandemi Covid-19 terhadap proses kegiatan latihan bola basket *student athlete* di Godzilla Academy pada saat pandemi Covid-19. Populasi penelitian ini yaitu *student athlete* yang mengikuti kegiatan latihan bola basket di Godzilla Academy. Sampel pada penelitian ini adalah siswa dan siswi yang berumur 14-18 yang berjumlah 18 siswa. Instrumen penelitian ini menggunakan wawancara.

Peneliti melakukan wawancara terhadap subyek yang telah dipilih dengan mengajukan beberapa pertanyaan yang telah disusun. Fungsi dari disusunnya fokus pertanyaan supaya hal yang nantinya akan dipertanyakan tidak meluas ke berbagai aspek, dengan fokus pertama terkait wabah Covid-19 dan aspek lainnya yang terkait dengan kondisi internal, eksternal subyek.

Wawancara dilakukan di tempat, ditujukan kepada *student athlete* yang berumur 14-18 yang mengikuti aktivitas latihan bola basket di Godzilla Academy dengan total subyek sebanyak 18 orang yang mengikuti aktivitas latihan bola basket di Godzilla Academy yang masing-masing perwakilan

putra dan putri. Masuk ke tahap pengolahan data, analisis adalah serangkaian upaya sederhana tentang bagaimana data penelitian pada gilirannya dikembangkan dan diolah ke dalam kerangka kerja sederhana. Setelah data terkumpul, proses selanjutnya melakukan analisis terhadap sumber data tersebut dengan melakukan elaborasi data tersebut.

Selanjutnya penggunaan literatur sebagai pengembang dan pemodifan data. Tujuan dari langkah tersebut ialah menempatkan hasil-hasil temuan dari penelitian terdahulu dalam konteks berbagai temuan yang baru saja ditemukan. Dengan adanya literatur yang ada, peneliti dapat mengembangkan teori atau konsep yang merupakan hasil temuan penelitian terdahulu

Bagian ini menyajikan desain penelitian, tempat/ waktu, populasi dan sampel, pengukuran data dan analisis data yang digunakan. apabila diperlukan penulis bisa menyertakan rumus dan tabel.

HASIL

Setelah melakukan wawancara dengan para sample *Student Athlete* di Godzilla Academy, hasil didapat dari data primer / data dari pengalaman wawancara *Students Athlete* di Godzilla Academy, sehingga peneliti memperoleh hasil data yang diperlukan. Rentan usia pada *Students Athlete* ialah 14-18, dapat diperoleh hasil yang hampir berbeda walaupun dengan permasalahan yang sama & rentan umur yang tidak jauh.

Dengan melontarkan beberapa pertanyaan yang berjumlah 29 yang terdiri dari perihal kegiatan diluar basket, pandemi Covid-19, aktivitas latihan bola basket, peran orang tua, penggunaan gadget, pola hidup, emosional, sosial, akademik, ekonomi, sarana & prasarana, yang dialami oleh subyek latihan bola basket sebelum pandemi Covid-19 dan selama pandemi Covid-19. Hasil ini bisa dilihat setelah anak mengikuti kegiatan dalam serangkaian wawancara.

Keterangan hasil penelitian :

Sebanyak 19 subyek penelitian melakukan wawancara sembari latihan bola basket dilakukan, tentang dampak pandemi Covid-19 terhadap tingkat antusiasme latihan bola basket pada *Students Athlete* di Godzilla Academy dan menghasilkan data yang di perlukan peneliti.

1. Internal

a. General

- i. Rata-rata kegiatan yang dilakukan *Student Athlete* selain basket selama pandemi Covid-19 banyak macam kegiatan yang dilakukan

anak selain basket yaitu, belajar, bermain hp, olahraga, & membantu orang tua

- ii. Basket pun menjadi kegiatan favorit selama dan sebelum pandemi Covid-19 karena 9 dari 19 interviewer menyukai dan menyenangkan

b. Aktivitas Latihan

- i. Rata-rata tingkat kecemasan *Student Athlete* ketika latihan bola basket pada masa pandemi Covid-19 terbukti tidak berpengaruh karena sebelum latihan bola basket berjalan *Student Athlete* telah menerapkan protokol kesehatan yang telah dianjurkan seperti berangkat ke tempat latihan bola basket menggunakan masker, ketika sebelum & sesudah latihan bola basket melakukan cuci tangan, *Student Athlete* pun mempunyai mindset dengan berolahraga dapat meningkatkan imunitas (Wong et al., 2020) ada pula beberapa *Student Athlete* lainnya juga merasa cemas karena olahraga basket merupakan olahraga kontak fisik yang tidak dapat dihindari dalam latihan bola basket selama pandemi Covid-19 (Wong et al., 2020) dan itu menjadi salah satu pemicu penularan infeksi.
- ii. Rata-rata *Students Athlete* Godzilla Academy menyatakan bahwa latihan bola basket berjalan sudah menerapkan protokol kesehatan yang ada dengan dibekali masker setiap individu, cuci tangan sebelum & sesudah latihan bola basket.

c. Penggunaan Gadget

- i. Selama pandemi Covid-19 *Students Athlete* menghabiskan lebih banyak waktu dengan menggunakan gadget dalam bermain media sosial dan internet (de Figueiredo et al., 2021), karena tidak adanya kegiatan yang bisa dilakukan selama dirumah, bermain game untuk mengisi waktu luang, dan kegiatan selama pandemi Covid-19 berfokus pada media online termasuk kegiatan online.
- ii. Dengan adanya latihan bola basket di Godzilla Academy juga dapat mengurangi penggunaan gadget *Students Athlete* selama pandemi Covid-19, karena ada kegiatan diluar rumah yang tidak melibatkan gadget sama sekali. *Students Athlete* juga bisa membagi waktu kegiatan diluar penggunaan gadget.

d. Pola Hidup

- i. Dengan berkurangnya pembebasan gerak dalam aktivitas fisik selama pandemi Covid-19 yang diakibatkan dengan adanya kebijakan karantina mandiri (Amatriain-Fernández et al., 2020) dapat meningkatkan partisipasi latihan bola basket *Students Athlete* di Godzilla Academy karena pembelajaran penjasorkes selama pandemi Covid-19 dilakukan secara online dan aktivitas fisik hanya bisa dilakukan ketika latihan bola basket saja karena rata-rata *Students Athlete* tidak melakukan aktivitas fisik seperti *workout* selama dirumah saja.
- ii. Adanya latihan bola basket di Godzilla Academy dapat meningkatkan ruang gerak *Students Athlete* selama pandemi Covid-19 karena dapat lebih aktif dan leluasa dalam bergerak.
- iii. Dengan adanya latihan bola basket juga bisa membuat kondisi biologis *Students Athlete* di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 menjadi bugar karena ketika berlatih membuat tubuh aktif dalam bergerak.
- iv. Adanya latihan bola basket selama pandemi Covid-19 di Godzilla Academy juga bisa membuat *Students Athlete* pola makan teratur karena untuk menjaga keseimbangan kondisi tubuh.
- v. Adanya latihan bola basket selama pandemi Covid-19 di Godzilla Academy juga bisa membuat pola tidur *Students Athlete* teratur, karena setelah melakukan aktivitas fisik dampak yang dirasakan tubuh ialah lelah, sehingga sudah menjadi kebutuhan untuk menjaga pola tidur.

e. Emosional

- i. Adanya latihan bola basket juga bisa mengurangi rasa bosan *Students Athlete* selama pandemi Covid-19 karena selama pandemi Covid-19 kegiatan hanya berfokus pada belajar dengan media online, sehingga tidak cukup untuk mengurangi atau menanggulangi rasa bosan selama pandemi Covid-19.
- ii. Berkurangnya liga kompetitif selama pandemi Covid-19 juga tidak menurunkan partisipasi *Students Athlete* dalam berlatih di Godzilla Academy karena mengikuti latihan bola basket bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan mengasah skill.

2. Eksternal

a. Pandemi Covid-19

- i. Rata-rata jadwal latihan bola basket *Student Athlete* selama pandemi Covid-19 di Godzilla Academy tidak terganggu karena selama pandemi Covid-19 semua kegiatan berfokus pada pelaksanaan online. Terhambatnya jadwal latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 hanya diakibatkan oleh cuaca yang tak menentu ketika sore dan penerapan kebijakan psbb mikro.
- ii. Rata-rata dengan adanya pandemi Covid-19 pun tidak menghambat proses aktivitas latihan bola basket *Students Athlete* di Godzilla Academy dikarenakan latihan bola basket masih bisa dilaksanakan dengan menerapkan protokol kesehatan seperti halnya berangkat memakai masker, cuci tangan ketika sampai lapangan. Terhambatnya proses latihan bola basket *Students Athlete* rata-rata diakibatkan oleh adanya kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yang diharuskan karena untuk meminimalisir adanya penyebaran virus.
- iii. Selama pandemi Covid-19, juga tidak dapat menurunkan konsistensi *Students Athlete* selama proses latihan bola basket di Godzilla Academy berjalan, karena basket menjadi salah satu kegiatan favorit sehingga dalam melakukan proses latihan bola basket *Students Athlete* memiliki rasa semangat dan menurunnya konsistensi selama proses latihan bola basket di Godzilla Academy berjalan diakibatkan adanya kebijakan psbb yang membuat kekhawatiran orang tua meningkat pada anak.
- iv. Rata-rata *Students Athlete* selama pandemi Covid-19 tidak mengalami penurunan keterampilan basket secara signifikan karena tetap melakukan latihan bola basket secara mandiri di rumah, dan beberapa *Students Athlete* mengalami penurunan keterampilan basket selama pandemi Covid-19 karena berkurangnya latihan bola basket di awal pandemi Covid-19 dan minimnya sarana dan prasarana bola basket sehingga tidak bisa melakukan latihan bola basket secara mandiri.
- v. Latihan bola basket *Students Athlete* di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 dilakukan tatap muka karena latihan bola basket tidak efisien ketika dilakukan menggunakan media virtual karena basket

merupakan olahraga *technical* yang dalam implementasi nya dilakukan secara praktek.

b. Peran Orang Tua

- i. Peran orang tua juga sangatlah penting untuk *Students Athlete* di Godzilla Academy dalam kegiatan latihan bola basket selama pandemi Covid-19, karena menurut orang tua aktivitas latihan bola basket merupakan kegiatan yang positif selain kegiatan seperti belajar.
- ii. Selama pandemi Covid-19 rata-rata penggunaan gadget *Students Athlete* juga dalam pembatasan orang tua, karena ada nya peraturan dalam rumah untuk menjaga kesehatan mata serta bisa memaksimalkan aktivitas positif diluar bermain gadget. dan juga beberapa *Students Athlete* tidak ada pembatasan karena dapat membagi waktu dalam penggunaan gadget.

c. Sosial

- i. Dengan bertemu teman sebaya kemauan dalam latihan bola basket *Students Athlete* di Godzilla Academy meningkat karena dengan bertemu dapat meningkatkan interaksi sosial dan menjadi terpacu ketika ada teman latihan bola basket.
- ii. Adanya latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 *Students Athlete* dapat meningkatkan proses interaksi sosial sesama teman sebaya karena ada proses komunikasi secara langsung ketika bertemu.
- iii. Adanya latihan bola basket di Godzilla Academy juga dapat menggantikan lingkungan sosial di persekolahan karena selama pandemi Covid-19 sekolah dilaksanakan secara daring & dengan berkegiatan saat latihan bola basket dapat bertemu banyak teman sebaya.

d. Akademik

- i. Adanya latihan bola basket juga tidak menghambat proses aktivitas akademi *Students Athlete* selama pandemi Covid-19 karena jadwal latihan bola basket yang diselenggarakan di Godzilla Academy tidak bertabrakan dengan jadwal pembelajaran.
- ii. Selama pandemi Covid-19 tugas dalam persekolahan *Students Athlete* di Godzilla Academy meningkat itu karena kegiatan pembelajaran selama pandemi Covid-19

berlangsung secara online 7 tugas menjadi pengganti ketika pertemuan ditiadakan maka tugas sebagai pengganti nya.

- iii. Banyak nya tugas *Students Athlete* dalam persekolahan selama pandemi Covid-19 dapat menurunkan partisipasi dalam proses latihan bola basket di Godzilla Academy karena kewajiban mereka sebagai pelajar merupakan hal yang utama.

e. Ekonomi

- i. Adanya latihan di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 rata-rata tidak berdampak pada kondisi ekonomi *Students Athlete* karena mendapatkan uang sendiri untuk membayar iuran, dan sisanya berdampak karena selama pandemi Covid-19 menggunakan uang saku sendiri untuk membayar iuran dan uang saku mengurang selama pandemi Covid-19 karena tidak ada pembelajaran offline.

f. Sarana & Prasarana

- i. Terpaut nya jarak tidak mempengaruhi antusiasme *Students Athlete* untuk latihan bola basket di Godzilla selama pandemi Covid-19 karena rata-rata jarak dari rumah tidak terpaut jauh, dan yang menjadi pengaruh selama *Students Athlete* latihan bola basket ialah tidak adanya izin akses untuk mengemudi motor.
- ii. Dengan sarana prasarana fasilitas yang ada di Godzilla academy berpengaruh pada partisipasi dalam latihan bola basket *Students Athlete* karena sarana dan prasarana yang memadai dapat membuat ruang gerak semakin luas, sesuai standart operasional, dan mencegah dari terjadinya cedera.

3. PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang didapat dari penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa selama pandemi Covid-19 sebagian besar rata-rata tidak menjadi hambatan dalam *Students Athlete* latihan bola basket di Godzilla Academy, banyak kegiatan yang dilakukan *Students Athlete* selama pandemi Covid-19 seperti belajar, bermain hp, olahraga, membantu orang tua diluar bermain basket, dan berjalan nya latihan bola basket di Godzilla Academy sudah sesuai dengan protokol kesehatan yang ditetapkan oleh pemerintah dengan memakai masker ketika menuju tempat latihan, mencuci tangan ketika hendak latihan dan setelah latihan sehingga tidak menjadi hambatan untuk *Students Athlete* melakukan aktivitas latihan bola basket selama pandemi.

1. Internal

a. General

Basket juga menjadi salah satu kegiatan favorit *Students Athlete* sebelum dan selama pandemi Covid-19, karena basket merupakan kegiatan menyenangkan bagi *Student Athlete*.

b. Aktivitas Latihan bola basket

Tingkat kecemasan *Student Athlete* di Godzilla Academy sangatlah rendah ketika latihan bola basket selama pandemi Covid-19, karena kegiatan latihan bola basket yang dilakukan telah memenuhi protokol kesehatan. Latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 sudah berjalan sesuai protokol kesehatan seperti setiap *Students Athlete* dibekali masker, mencuci tangan setiap dimulainya latihan bola basket dan selesainya latihan bola basket.

c. Penggunaan Gadget

Peningkatan penggunaan gadget dengan media sosial dan internet *Students Athlete* meningkat selama pandemi Covid-19 (Crescentini et al., 2020) itu dikarenakan tidak adanya kegiatan yang bisa dilakukan selama di rumah, sehingga bermain hp menjadi salah satu alternatif untuk mengisi waktu luang dan kegiatan selama pandemi Covid-19 berfokus dengan menggunakan media online seperti pembelajaran online. Tetapi dengan adanya latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 dapat mengurangi penggunaan gadget *Students Athlete* karena adanya kegiatan diluar rumah yang tidak melibatkan gadget sama sekali.

d. Pola Hidup

Dengan adanya suatu aktivitas fisik selama pandemi Covid-19 dapat memperbaiki kesehatan umum yang bekerja pada jantung (Maugeri et al., 2020), merubah pola hidup yang dialami oleh subyek penelitian diantaranya meningkatkan kegiatan fisik, meningkatkan ruang gerak, membuat kondisi biologis menjadi bugar, membuat pola makan teratur, pola tidur teratur. Penurunan aktivitas fisik *Students Athlete* terjadi selama masa pandemi Covid-19 karena dengan adanya pembelajaran online yang menghancurkan siswa-siswi untuk tetap belajar selama di rumah saja, secara tidak langsung mengakibatkan mata pelajaran penjasorkes tidak terlaksana dengan baik yang mengakibatkan aktivitas fisik *Students Athlete* menurun. Aktivitas fisik *Students Athlete* hanya bisa terlaksana dengan baik ketika ada sesi latihan bola basket di Godzilla Academy karena rata-rata *Students Athlete* tidak melakukan aktivitas fisik seperti workout selama di rumah saja.

Ruang gerak *Students Athlete* pun meningkat selama pandemi Covid-19 karena dengan mengikuti latihan bola basket di Godzilla Academy *Students Athlete* dapat lebih aktif dan leluasa dalam bergerak, secara tidak langsung dengan mengikuti latihan bola basket di Godzilla Academy membuat kondisi biologis *Students Athlete* bugar. Latihan bola basket di Godzilla Academy bisa juga membuat pola makan *Students Athlete* teratur karena asupan gizi dan istirahat sangatlah penting untuk menjaga keseimbangan tubuh dan juga dapat meningkatkan kualitas tidur (Chi et al., 2021).

e. Emosional

Tingkat emosional anak masa remaja (14-18 tahun) sedang di fase perkembangan yang dimana tingkat emosional remaja masih stabil yang mengakibatkan anak tidak mudah mengontrol emosi dalam berperilaku (de Figueiredo et al., 2021), dengan adanya pandemi Covid-19 juga membuat para remaja tidak bisa melakukan kegiatan yang dilakukan sebelum pandemi Covid-19 seperti halnya sekolah, bermain, bertemu teman sebaya, kegiatan lainnya yang dilakukan secara berkerumun. Mengadopsi gaya hidup sehat selama pandemi Covid-19 sangat membantu untuk melindungi kesehatan mental remaja (Chi et al., 2021), adanya latihan bola basket selama pandemi Covid-19 di Godzilla Academy menjadi alternatif *Students Athlete* untuk menghilangkan rasa bosan dan berpotensi mencegah gejala gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan yang dialami selama pandemi Covid-19 (Maugeri et al., 2020), karena kegiatan hanya berfokus pada belajar dengan secara online, sehingga tidak cukup untuk mengurangi atau menanggulangi rasa bosan selama pandemi Covid-19 sehingga anak melakukan segala sesuatu di rumah saja, karena pada fase umur ini anak masih belum bisa mengontrol emosionalnya (Covid-, 2020). Ditiadaknya liga kompetitif selama pandemi Covid-19 tidak menurunkan partisipasi dan antusias *Students Athlete* dalam latihan bola basket karena prioritas untuk mengikuti latihan bola basket bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan mengasah skill.

2. Eksternal

a. Pandemi Covid-19

Pandemi *corona virus disease-19* menjadi faktor utama dalam penghambatan segala kegiatan olahraga di Indonesia yang dihadapi semua orang saat ini, adalah situasi global yang belum pernah terjadi menyebabkan banyak faktor istimewa terjadi seperti menurunnya kesehatan fisik, psikologis, emosional, sosial dan ekonomi (Esterwood & Saeed, 2020). Dengan ditiadaknya dan ditundanya liga kompetitif semua cabang olahraga, hal tersebut berdampak bagi pelaku olahraga. Terutama pada *Students Athlete* yang

dimana dalam kesehariannya yang telah terbiasa oleh kegiatan sekolah dan latihan bola basket secara luring yang sangat mungkin terpapar stress yang ditimbulkan oleh pandemi yang merubah segala rutinitas kehidupan sehari-hari yang belum pernah terjadi sebelumnya sebagai akibat dari isolasi sosial skala besar (de Figueiredo et al., 2021).

Jadwal latihan bola basket pada saat pandemi Covid-19 di Godzilla Academy tidak mengganggu *Students Athlete*, karena semua kegiatan dimasa pandemi Covid-19 berfokus pada kegiatan online sehingga terhambatnya latihan bola basket di Godzilla Academy hanya diakibatkan oleh cuaca yang tak menentu ketika sore dan penerapan kebijakan psbb mikro. Pandemi Covid-19 pun tidak menjadi hambatan *Students Athlete* dalam mengikuti aktivitas latihan bola basket di Godzilla Academy karena selama berjalannya latihan bola basket telah menerapkan protokol kesehatan seperti halnya memakai masker ketika berangkat, mencuci tangan ketika sampe lapangan dan setelah latihan bola basket.

Pandemi Covid-19 juga tidak dapat menurunkan konsistensi *Students Athlete* selama latihan bola basket di Godzilla Academy, karena basket menjadi salah satu kegiatan favorit sehingga dalam melakukan proses latihan bola basket *Students Athlete* memiliki rasa semangat dan menurunnya konsistensi selama proses latihan bola basket di Godzilla Academy berjalan diakibatkan adanya kebijakan psbb yang membuat kekhawatiran orang tua meningkat pada anak.

Pandemi Covid-19 juga tidak menurunkan keterampilan basket *Students Athlete*, karena selama pandemi Covid-19 melakukan latihan bola basket secara mandiri selama di rumah dan beberapa *Students Athlete* mengalami penurunan keterampilan basket selama pandemi Covid-19 karena berkurangnya latihan bola basket di awal pandemi Covid-19 dan minimnya sarana dan prasarana bola basket sehingga tidak bisa melakukan latihan bola basket secara mandiri.

Selama pandemi Covid-19 tidak efisien jika latihan bola basket dilakukan secara virtual karena aktivitas latihan bola basket *Students Athlete* di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 dilakukan tatap muka karena latihan bola basket tidak efisien ketika dilakukan menggunakan media virtual karena basket merupakan olahraga *tehnical* yang dalam implementasi nya dilakukan secara praktek.

b. Peran Orang Tua

Peran orang tua menjadi salah satu hal penting dalam pembentukan karakter *Students Athlete*, karena salah satu peran orang tua ialah mendukung setiap kegiatan anak dan orang tua merupakan teladan bagi

anak untuk bersosialisasi, berperilaku, dan berbicara (Covid-, 2020). dalam melakukan setiap hal terutama di masa pandemi Covid-19 seperti ini orang tua mendukung penuh aktivitas latihan bola basket *Students Athlete* di Godzilla Academy karena basket merupakan kegiatan positif. Orang tua juga berperan dalam membatasi penggunaan gadget *Students Athlete* selama pandemi Covid-19, karena adanya peraturan dalam rumah sehingga bisa menjaga kesehatan mata serta bisa memaksimalkan aktivitas positif diluar bermain gadget.

c. Sosial

Kegiatan sosial menjadi kegiatan yang sering dilakukan oleh anak di umur (14-18) setiap yang dilakukan nya melibatkan interaksi sosial dengan teman sebaya atau orang yang lebih tua diatasnya. Dan pandemi Covid-19 membuat hal tersebut menjadi terhambat dengan begitu interaksi sosial anak di umur (14-18) tidak terpenuhi sehingga memicu anak tidak bisa bagaimana harus bersikap ketika bertemu dengan teman seusianya, tidak bisa menerima kekalahan, tidak dapat bersaing dengan sehat, tidak bisa menghadapi masalah, tidak bisa membaca situasi dan membuat taktik peran (Covid-, 2020). Meningkatnya kemauan *Students Athlete* dalam berlatih basket di Godzilla Academy diakibatkan ketika latihan bola basket interaksi sosial anak meningkat karena bertemu dengan teman sebaya & menjadi terpacu dalam ketika ada teman latihan bola basket. Latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 juga dapat meningkatkan interaksi sosial (Chi et al., 2021) dan juga bisa menggantikan lingkungan persekolahan selama sekolah dilaksanakan secara daring karena bertemu dengan teman sebaya, ada proses komunikasi secara langsung.

d. Akademik

Sektor akademik di seluruh penjuru dunia terutama di Indonesia juga terdampak oleh pandemi Covid-19 sehingga mengakibatkan *Students Athlete* yang dimana kegiatan sehari-hari mereka terganggu seperti kegiatan sekolah secara tatap muka dan latihan bola basket menjadi terhalang. Tindakan tersebut menjadi salah satu cara agar tidak terjadi penyebaran virus secara luas. Terjadinya perubahan kebiasaan baru kegiatan sekolah berlangsung selama pandemi Covid-19 mengakibatkan siswa-siswi harus adaptasi secara cepat seperti jadwal pembelajaran yang semakin singkat, dan meningkatnya tugas setiap mata pelajarannya.

Latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 tidak menjadi hambatan dalam aktivitas akademi *Students Athlete* karena jadwal latihan bola basket tidak bertabrakan dengan jadwal pembelajaran online, selama pandemi Covid-19 mengakibatkan tugas dalam persekolahan *Students*

Athlete meningkat karena kegiatan pembelajaran selama pandemi Covid-19 berlangsung secara online dan tugas sebagai pengganti ketika pertemuan secara online ditiadakan. Dengan meningkatnya tugas yang diberikan *Students Athlete* dalam persekolahan selama pandemi Covid-19 dapat menurunkan partisipasi proses latihan bola basket di Godzilla Academy karena kewajiban utama mereka sebagai pelajar.

e. Ekonomi

Sektor ekonomi juga terdampak dengan adanya pandemi Covid-19 saat ini, dikarenakan adanya kebijakan pssb sehingga banyak aktivitas publik banyak berhenti dan dihentikan, baik secara sukarela maupun di paksa. Dampak tersebut banyak dirasakan oleh semua kalangan yang ada dimulai dari kalangan orang berada maupun yang tidak berada. Dengan adanya latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 rata-rata *Students Athlete* tidak berdampak pada sektor ekonomi karena mendapatkan uang sendiri untuk membayar iuran sebesar 10 ribu rupiah setiap sesi latihan bola basket dan beberapa *Students Athlete* berdampak karena selama pandemi Covid-19 menggunakan uang saku sendiri untuk membayar iuran dan uang saku mengurang selama pandemi Covid-19 karena tidak ada pembelajaran offline.

f. Sarana Dan Prasarana

Sarana dan Prasarana menjadi hal yang penting untuk olahraga, terutama di cabang olahraga basket karena basket merupakan olahraga *technical* yang secara pengaplikasian melibatkan suatu sarana dan prasarana yang sesuai standart dan proper (Wong et al., 2020). Begitu pun juga *Students Athlete* dalam melaksanakan aktivitas latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19, sarana dan prasarana merupakan hal yang penting bagi perkembangan anak untuk melakukan aktivitas latihan bola basket. Terpautnya jarak dari rumah ke tempat latihan bola basket tidak mempengaruhi antusiasme *Students Athlete* untuk latihan bola basket di Godzilla Academy selama pandemi Covid-19 karena rata-rata jarak dari rumah *Students Athlete* tidak terpaut jauh, dan yang menjadi pengaruh selama *Students Athlete* latihan bola basket ialah tidak adanya izin akses untuk mengemudi motor, dengan sarana prasarana yang ada di Godzilla academy berpengaruh pada partisipasi *Students Athlete* dalam latihan bola basket karena sarana dan prasarana yang memadai dapat membuat ruang gerak semakin luas, sesuai standart operasional, dan mencegah dari terjadinya cedera.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan peneliti, bahwa latihan bola basket selama pandemi Covid-19 di Godzilla Academy tidak

mengalami penurunan terhadap antusiasme *Students Athlete* dalam berlatih basket, dapat diketahui bahwa beberapa faktor internal maupun eksternal seperti : pandemi Covid-19, aktivitas latihan bola basket, peran orang tua, meningkatnya penggunaan gadget, pola hidup, emosional, sosial, akademik, ekonomi dan sarana prasarana merupakan suatu perpaduan yang penting dalam keterkaitan *Students Athlete* berlatih basket di kondisi pandemi Covid-19 seperti ini.

Karena dengan melakukan aktivitas fisik dapat meningkatkan kekebalan tubuh secara keseluruhan dan memiliki dampak yang luar biasa pada kesehatan (Maugeri et al., 2020), yang dimana jika dilakukan secara teratur merupakan perilaku kesehatan utama dari perspektif kesehatan karena terdapat dampak yang luar biasa pada kesehatan tubuh terutama pada jantung, dengan beraktivitas fisik juga efektif dalam memperbaiki kesehatan mental dan dapat mencegah terjadinya gangguan mental seperti depresi dan kecemasan (Maugeri et al., 2020). Data penelitian ini diambil dari hasil wawancara *Offline* dengan *Students Athlete* di Godzilla Academy dan data primer yang telah ada dari pengalaman peneliti.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, saran yang diberikan untuk siswa-siswi Godzilla Academy yang terlibat dalam artikel, untuk tetap mengutamakan kenyamanan dan keselamatan ketika latihan bola basket dilaksanakan selama pandemi Covid-19. Hasil yang menunjukkan bahwa pandemi Covid-19 tidak memberikan dampak yang tinggi untuk *Students Athlete*, penting pelatih untuk memiliki cara agar dapat menstabilkan dan meningkatkan motivasi, antusiasme latihan bola basket *Students Athlete*. Pelatih juga bisa dapat melakukan beberapa cara agar *Students Athlete* merasa nyaman ketika berlatih dengan cara menghidupkan suasana positif dan saling menjaga diri sendiri agar tetap aman ketika latihan basket di masa pandemi Covid-19.

REFERENSI

- Amatriain-Fernández, S., Murillo-Rodríguez, E. S., Gronwald, T., Machado, S., & Budde, H. (2020). Benefits of physical activity and physical exercise in the time of pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12, S264–S266. <https://doi.org/10.1037/tra0000643>
- Chi, X., Liang, K., Chen, S. T., Huang, Q., Huang, L., Yu, Q., Jiao, C., Guo, T., Stubbs, B., Hossain, M. M., Yeung, A., Kong, Z., & Zou, L. (2021). Mental health problems among Chinese adolescents during the COVID-19: The importance of nutrition and physical activity. *International Journal of Clinical and Health*

Psychology, 21(3), 100218.
<https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.100218>

Covid-, P. (2020). *Menjawab Problematika Yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa. 14*(1), 29–50.
<https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2310>

Crescentini, C., Feruglio, S., Matiz, A., Paschetto, A., Vidal, E., Cogo, P., & Fabbro, F. (2020). Stuck Outside and Inside: An Exploratory Study on the Effects of the COVID-19 Outbreak on Italian Parents and Children's Internalizing Symptoms. *Frontiers in Psychology*, 11(October), 1–14.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.586074>

de Figueiredo, C. S., Sandre, P. C., Portugal, L. C. L., Mázala-de-Oliveira, T., da Silva Chagas, L., Raony, Í., Ferreira, E. S., Giestal-de-Araujo, E., dos Santos, A. A., & Bomfim, P. O. S. (2021). COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 106(November 2020).
<https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110171>

Esterwood, E., & Saeed, S. A. (2020). Past Epidemics, Natural Disasters, COVID19, and Mental Health: Learning from History as we Deal with the Present and Prepare for the Future. *Psychiatric Quarterly*, 91(4), 1121–1133.
<https://doi.org/10.1007/s11126-020-09808-4>

Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G., Pippi, R., D'Agata, V., Palma, A., Di Rosa, M., & Musumeci, G. (2020). The impact of physical activity on psychological health during Covid-19 pandemic in Italy. *Heliyon*, 6(6), e04315.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04315>

Shephard, R. J., & Shek, P. N. (1996). Impact of physical activity and sport on the immune system. *Reviews on Environmental Health*, 11(3), 133–147.
<https://doi.org/10.1515/REVEH.1996.11.3.133>

Wong, A. Y., Ling, S. K., Louie, L. H., Law, G. Y., So, R. C., Lee, D. C., Yau, F. C., & Yung, P. S. (2020). Asia-Paci fi c Journal of Sports Medicine , Arthroscopy , Impact of the COVID-19 pandemic on sports and exercise. *Asia-Pacific Journal of Sports Medicine, Arthroscopy, Rehabilitation and Technology*, 22, 39–44.
<https://doi.org/10.1016/j.asmart.2020.07.006>