

RESPON ATLET HOCKEY INDOOR PUTERA JAWA TIMUR MENGHADAPI PEMUSATAN LATIHAN NEW NORMAL DALAM MASA PANDEMI COVID-19

Muhammad Hendri Firdaus

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
Muhammad.17060484129@mhs.unesa.ac.id

Pudjjuniarto

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
Pudjjuniarto@unesa.ac.id

Abstrak

Olahraga merupakan suatu kegiatan manusia yang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan kebugaran kondisi jasmani tubuh maupun rohani tetapi bagaimana jika kegiatan olahraga terbatas dikarenakan dengan adanya sebuah pandemic. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara deskriptif tentang bagaimana respon yang diberikan oleh Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur Dalam Menghadapi Pemusatan Latihan New Normal Selama Pandemi Covid-19. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif dengan pendekatan Kuantitatif. Instrumen penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui kuisisioner yang dibagikan secara online melalui *Google Form*. Target dalam penelitian ini adalah 12 Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data statistik deskriptif. Dari pengumpulan dan pengolahan data dalam penelitian ini diperoleh bahwa adanya pandemi Covid-19 berdampak negatif sehingga menyebabkan dampak negatif pada seluruh kegiatan Pemusatan Latihan di Jawa Timur dan untuk sementara dilakukan *Training From Home*. Karena tidak efektifnya kegiatan *Training From Home* KONI Jatim melakukan program Pemusatan Latihan *New Normal* untuk ikut membantu program pemerintah dalam memutuskan rantai penyebaran pandemic Coronavirus(Covid-19) dan mengurangi resiko terpaparnya Atlet Jawa Timur terhadap pandemi Covid-19 ini. Dengan adanya data dari berbagai jawaban seluruh Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur Setuju dan Termotivasi dengan program Pemusatan Latihan New Normal, dimana kegiatan ini juga membantu upaya pemerintah dalam mencegah penyebaran *coronavirus* (covid-19) dengan membatasi tidak ada kegiatan di luar asrama.

Kata Kunci: Respon; Hockey; Covid-19

Abstract

Exercise is a human activity that is believed to maintain the health and fitness of the physical and spiritual condition but what if sports activities are limited due to a pandemic. This study aims to know descriptively about how the response given by Indoor Hockey athletes Putera Jawa Timur In Facing The Concentration of New Normal Training During the Covid-19 Pandemic. The method used in this research is Descriptive with Quantitative approach. This research instrument uses data collection techniques through questionnaires shared online through Google Form. The target in this study was 12 Putera East Java Indoor Hockey Athletes. In this study using descriptive statistical data analysis techniques. From the collection and processing of data in this study, it was obtained that the Covid-19 pandemic had a negative impact, causing a negative impact on all Training Center activities in East Java and temporarily conducted Training From Home. Because of the ineffective activities of Koni Jatim Training From Home conducting a New Normal Training Center program to help government programs in closing the chain of spread of the Coronavirus pandemic (Covid-19) and reducing the risk of exposure of East Java Athletes to the Covid-19 pandemic. With the data from various answers all Putera Jawa Timur Indoor Hockey Athletes Agreed and Motivated by the New Normal Training Center program, where this activity also helps the government's efforts in preventing the spread of coronavirus (covid-19) by limiting no activities outside the dormitory.

Keywords: Responds; Hockey; Covid-19.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu kegiatan manusia yang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan kebugaran kondisi jasmani tubuh maupun rohani. Olahraga dilakukan manusia dengan tujuan untuk memiliki tubuh yang sehat dan bugar, sehingga dapat melakukan kegiatan sehari – hari dengan baik. Namun, masih ada beberapa manusia yang kurang mengetahui tentang manfaat olahraga bagi tubuh. Pada umumnya, sebagian manusia hanya melakukan olahraga hanya untuk kepentingan Ketika mengisi waktu luang saja, diharapkan olahraga digunakan manusia untuk kebutuhan hidup agar tetap dalam keadaan sehat dan bugar dengan tetap menjaga pola hidup sehat makan dan istirahat yang teratur. Didalam olahraga terdapat dua macam aktivitas olahraga yakni olahraga individu dan olahraga Tim. Atletik, berlari, berenang, surfing, bersepeda, dsb tersebut merupakan contoh olahraga individu yang biasa dilakukan oleh kebanyakan orang dan termasuk olahraga yang dipertandingkan di sebuah ajang bergengsi. Olahraga Tim ialah olahraga yang dimainkan secara beregu contohnya, Hockey, sepakbola, futsal, dsb. Adapun olahraga rekreasi yang dilakukan hanya untuk kesenangan yang bertujuan untuk *refresh* kondisi tubuh menjadi lebih segar dengan digabungkan olahraga dengan permainan-permainan.

Dibalik manfaat olahraga yang begitu banyak bagi tubuh, dalam masa ini kehidupan manusia seluruh dunia sedang dibatasi oleh adanya kasus penyakit baru yaitu coronavirus Disease (Covid-19) yang mewabah berasal dari kota Wuhan, Tiongkok. Dengan cepatnya penularan penyakit ini menyebabkan mewabah ke seluruh dunia dan bahkan Indonesia. Pada 11 Februari 2020 *World Health Organization* (WHO) mengumumkan bahwa *Coronavirus Disease* (Covid-19) merupakan *global pandemic* sehingga menyebabkan lumpuhnya semua kegiatan diluar termasuk kegiatan Olahraga luar lapangan. Coronavirus dapat menyebar dan menular melalui udara. Hal ini membuat bahwa coronavirus menjadi lebih berbahaya karena proses penyebarannya yang semakin mudah yang diperkuat dengan adanya pernyataan resmi dari WHO (*World Health Organization*) pada 9 Juli 2020.

Adanya pandemi Covid-19 membuat semua kegiatan perkumpulan dihentikan sementara, sehingga membuat banyak kegiatan yang tertunda bahkan tidak dapat dilakukan diluar rumah. Tetapi adanya pandemi covid – 19 ini memiliki manfaat yang baik seperti Pendidikan yang mempunyai beberapa dampak *Blended Learning*: (a) Siswa bebas mempelajari materi pelajaran secara mandiri dengan memanfaatkan materi

yang tersedia secara online, (b) Siswa dapat melakukan diskusi dengan guru atau siswa lain di luar jam tatap muka, (c) Kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa pada jam tatap muka dapat dikelola dan dikontrol dengan baik oleh guru, (d) Guru dapat menambahkan materi pengayaan melalui fasilitas internet, (e) Guru mungkin memiliki siswa membaca materi atau melakukan tes yang dilakukan sebelum belajar ¹.

Berhentinya semua kegiatan diluar juga mengakibatkan berhentinya kegiatan Olahraga, sehingga membuat banyak *event* kejuaraan olahraga yang terhenti seperti Olympic di Jepang 2020 dan PON XX Papua 2020 yang dibatalkan dan ditunda sampai tahun 2021. Dampak pandemi di dunia Olahraga mengakibatkan banyak dampak negatif seperti, tidak maksimalnya kegiatan Latihan dirumah dikarenakan minimalnya alat maupun tempat pendukung Latihan , penataan program Latihan Atlet awal yang gagal untuk dilakukan dalam menyiapkan sebuah perlombaan, bagi tim olahraga Tim tidak bisa melakukan Latihan Bersama untuk menjaga kekompakan, strategi, taktik, dsb. Adapun juga memiliki manfaat positif yaitu Atlet dapat meningkatkan kualitas individu sesuai cabor yang diminati, meningkatkan kondisi fisik dengan olahraga di rumah dan menata kondisi fisik tubuh dengan istirahat yang cukup.

Kondisi seperti ini yang terus menerus pada akhirnya membawa konsep hidup normal (*normal life*) yang secara bertahap di lakukan, *New Normal* yaitu usaha perubahan perilaku untuk menjalankan aktivitas normal yakni dengan menerapkan protokol kesehatan untuk mencegah terjadinya penularan coronavirus atau yang disebut Covid-19. Usaha untuk mencegah virus ini dapat dilakukan dengan berbagai cara antara lain yaitu mencuci/membersihkan tangan, menghindari menyentuh mata, hidung, dan mulut, menerapkan etika ketika batuk dan bersin, dan menjaga jarak dengan orang yang mengalami gejala gangguan pernapasan (Kementerian Dalam Negeri, 2020).

Usaha kehidupan baru seperti itu membuat dunia olahraga menjadi hidup kembali, mulai dengan diterapkannya pola hidup normal dengan batasan protokol kesehatan yang telah diterapkan dalam peraturan pemerintah. Begitu halnya dengan KONI Jawa Timur juga memulai penerapan New Normal dengan mengadakannya Pemusatan Latihan New Normal (PNN) di Universitas Negeri Surabaya untuk menyongsong PON Papua 2020 yang di pindahkan di 2021 akibat adanya pandemi Coronavirus. Di mundurkannya PON membuat kesempatan bagi seluruh Atlet KONI Jawa Timur bisa memaksimalkan untuk bertambah giat berlatih demi tercapainya Jawa Timur meraih Medali Emas.

Demi kelancaran adanya Pemusatan Latihan New Normal di masa pandemi seperti ini pihak KONI Jawa Timur melakukan beberapa kali tes Rapid dan masuk ke PNN melakukan tes Swab di RS Dr. Soetomo Surabaya serta melakukan kerja sama dengan Pihak Universitas Negeri Surabaya dengan melakukan kontrol secara maksimal. Adapun beberapa peraturan salah satunya, dilarang keluar dari lingkungan UNESA baik atlet maupun pelatih tanpa se-izin kepala Rusunawa / staff KONI, jika terbukti melakukan Tindakan tersebut (pasal 1) atau pihak rusunawa mengetahui, maka baik atlet atau pelatih siap untuk menerima sanksi yang sudah ditetapkan oleh KONI Jawa Timur, selama atlet dan pelatih Latihan diharapkan tetap mematuhi protokol kesehatan (memakai masker dan membawa hand sanitizer), dsb. (PNN KONI JAWA TIMUR PUSLATDA, 2020).

Respon adalah kata yang berasal dari response, yang berarti reaction (reaksi) memberikan jawaban, balasan atau tanggapan yang diberikan. Respon dapat diartikan sebagai tanggapan, reaksi dan jawaban. Respon yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu istilah dari psikologi yang digunakan untuk menyebutkan reaksi terhadap rangsang yang diterima oleh panca indera. Hal yang menunjang dan mendasari untuk ukuran sebuah respon adalah sikap, persepsi, dan partisipasi. Menurut Ahmad Subandi, respon ialah istilah dari umpan balik yang memiliki peran atau pengaruh yang besar dalam menentukan baik atau tidaknya suatu jalinan komunikasi.

Hockey adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua regu atau tim yang saling bertanding untuk mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan. Olahraga Hockey terdapat tiga kategori dalam suatu pertandingan yaitu Hockey Indoor, Hockey Outdoor, dan Ice Hockey, di Indonesia terdapat dua nomor kejuaraan yaitu Hoki Ruangan (*Hockey Indoor*) dan Hoki Lapangan (*Hockey Outdoor*). Dimana dalam penelitian ini peneliti hanya focus dalam pembahasan Hockey Indoor yang akan dipertandingkan di PON XX Papua. Hockey ialah permainan keterampilan yang dimainkan oleh 1 Kiper 5 pemain inti dan 6 pemain cadangan, olahraga ini memiliki karakteristik yang unik yaitu olahraga yang memainkan sebuah bola kecil dengan menggunakan sebuah stik yang memiliki penampang kecil. Hockey merupakan permainan tim yang dilakukan secara menyenangkan, cepat, dan membutuhkan keterampilan, Jane Powel (2008:1).

Terkhususnya Tim Hockey Indoor Putera dengan diadakannya pemusatan Latihan New Normal memiliki keuntungan dikarenakan Hockey adalah Olahraga beregu. Hockey adalah olahraga keterampilan

yang membutuhkan ruang gerak yang cukup untuk memaksimalkan tehnik dan fisik. Dimana sebuah olahraga beregu membutuhkan Latihan Bersama untuk menguatkan kekompakan tim sehingga membentuk tim yang solid untuk saling mengerti antar satu Atlet dengan Atlet lainnya dalam menghadapi pertandingan. Sehingga Diberlakukannya Pemusatan Latihan New Normal memberikan dampak positif sehingga membuat cabang olahraga Hockey bisa melakukan Latihan dengan maksimal setelah adanya *Training From Home* (TFH) untuk tercapainya meraih medali Emas di PON XX Papua.

Secara garis besar dari pernyataan di atas muncul suatu rumusan masalah yaitu, Bagaimana Respon Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur Dalam Menghadapi Pemusatan Latihan New Normal Dalam Masa Pandemic Covid-19?. Adapun tujuan dalam penelitian ini yakni untuk mengetahui secara deskriptif tentang respon yang diberikan oleh atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur Dalam Menghadapi Pemusatan Latihan New Normal Dalam Masa Pandemic Covid-19.

METODE

Metode penelitian merupakan prosedur ilmiah untuk mendapatkan dan mengumpulkan data sebenar benarnya apa adanya sesuai dengan tujuan tertentu. Menurut (Resseffendi, 2010) penelitian deskriptif merupakan penelitian yang menggunakan wawancara, observasi atau angket mengenai keadaan sekarang ini, mengenai subjek yang kita teliti. Melalui angket mengumpulkan data untuk menguji hipotesis atau menjawab suatu pertanyaan. Melalui penelitian deskriptif ini peneliti akan menjelaskan apa yang sebenarnya terjadi tentang keadaan sekarang ini sesuai dengan apa yang sedang diteliti.

Dalam penelitian ini menggunakan sasaran Atlet tim Hockey indoor Putra Jawa Timur yang sedang menjalankan pemusatan Latihan PON Papua Di asrama putri Universitas Negeri Surabaya. Dalam penelitian ini menggunakan seluruh populasi yaitu 12 Atlet tim Hockey indoor Putra Jawa Timur. Data yang terkumpul dapat dianalisa secara deskriptif kualitatif².

Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket atau kuisioner yang telah dimasukkan kedalam *Google form*. Menurut penjelasan dari (Sugiyono, 2009) instrument penelitian ialah sebuah alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur suatu fenomena, baik fenomena sosial maupun fenomena alam yang terjadi.

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif. Analisis data dalam penelitian deskriptif digunakan setelah pengumpulan data dan

dikelompokkan menjadi dua kelompok data kualitatif dan kuantitatif (Arikunto, 2013). Pendekatan deskriptif kuantitatif ini digunakan oleh peneliti untuk mengukur Respon Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur Menghadapi Pemusatan Latihan New Normal Dalam Masa Pandemi Covid-19.

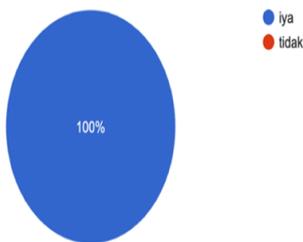
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari hasil yang didapat dalam penelitian tentang Respon Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur Menghadapi Pemusatan Latihan New Normal Dalam masa Pandemi Covid-19, yang dimana penelitian ini menggunakan subjek 12 Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur yang sedang melakukan Pemusatan Latihan New Normal yang dilakukan KONI Jawa Timur di Universitas Negeri Surabaya (UNESA). Penelitian ini melakukan pengambilan data secara online yaitu dengan menyebarkan melalui angket *Google Form*. Hasil dari pengisian angket tersebut di dapatkan jawaban dari seluruh responden mengenai respon mereka dalam menghadapi Pemusatan Latihan New Normal dalam Masa Pandemi Covid-19, sebagai berikut :

Grafik 1. Pertanyaan Nomor 1

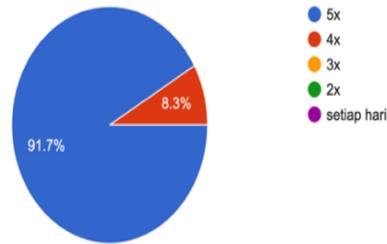
Apakah anda berlatih Hockey secara rutin sebelum adanya pandemi Covid-19?
12 responses



Dari keseluruhan respon sejumlah 100% dari 12 didapatkan jawaban yaitu Atlet telah melakukan Latihan Hockey secara rutin sesuai jadwal yang sudah disesuaikan.

Grafik 2. Pertanyaan Nomor 2

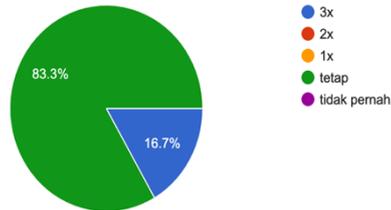
Sebelum adanya pandemi Covid-19, berapa kali anda melakukan latihan Hockey dalam waktu satu minggu?
12 responses



Hasil yang didapatkan yaitu 91,7% respon melakukan Latihan selama 5 kali dalam satu minggu hanya 8,3% atau 1 atlet yang menjawab 4 kali dari 12 Atlet.

Grafik 3. Pertanyaan Nomor 3

Selama pandemi Covid-19, seberapa sering anda melakukan Training From Home (TFH) dalam waktu satu minggu?
12 responses



Dari hasil jawaban dari 12 atlet terdapat 83% jawaban tetap dan 16,7% atau 2 Atlet yang melakukan program Latihan 3 kali dalam satu minggu.

Grafik 4. Pertanyaan Nomor 4

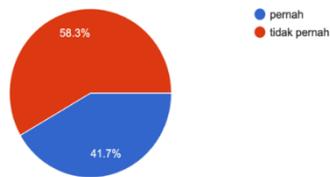
selama pandemi covid-19, latihan apa saja yang anda lakukan?



Dari 12 respon Atlet sebanyak 50% atlet menjawab melakukan kegiatan *stik and ball dan full body workout*, 34% Atlet menjawab *full body workout*, 8% Atlet melakukan *semua* kegiatan, dan 8% Atlet melakukan *Jogging*.

Grafik 5. Pertanyaan Nomor 5

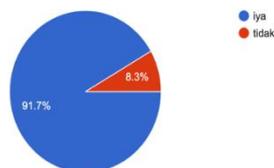
Selama pandemi covid-19, apakah anda pernah melakukan latihan Hockey bersama teman?
12 responses



Dari pertanyaan pada grafik 5 didapatkan jawaban sebanyak 58,3% atau 7 Atlet tidak melakukan Latihan Bersama teman baik tim puslatda atau di daerah masing-masing dan terdapat 41,7% atau 5 Atlet melakukan Latihan Bersama teman.

Grafik 6. Pertanyaan Nomor 6

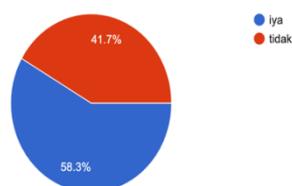
Apakah anda mengetahui tentang adanya virus covid-19?
12 responses



Dari jawaban nomor 6 apakah Atlet mengetahui adanya Virus Covid-19 didapatkan bahwa 11 Atlet atau 91,3% dari 12 Atlet mengetahui tentang adanya Covid-19.

Grafik 7. Pertanyaan Nomor 7

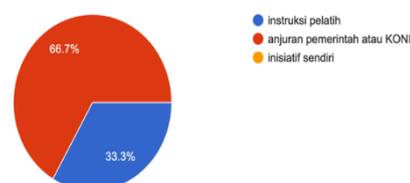
Apakah sebelumnya anda mengetahui tentang apa saja kegiatan Training From Home (TFH) yang dilakukan dirumah?
12 responses



Hasil dari pertanyaan nomor 7 didapatkan bahwa 41,7% atau 5 Atlet tidak mengetahui kegiatan apa saja yang dilakukan dalam *Training From Home*.

Grafik 8. Pertanyaan Nomor 8

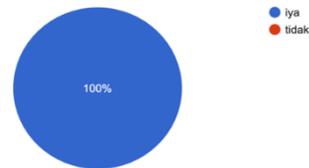
Dari mana anda mendapatkan informasi tentang program Training From Home (TFH) secara individu dirumah masing-masing ?
12 responses



Dari pertanyaan siapa yang menyampaikan kepada seluruh Atlet untuk melakukan *Training From Home* selama pandemi Covid-19 dengan hasil 66,7% atau 8 Atlet menjawab anjaran Pemerintah atau KONI dan 33,3% atau 4 atlet menjawab instruksi Pelatih.

Grafik 9. Pertanyaan Nomor 9

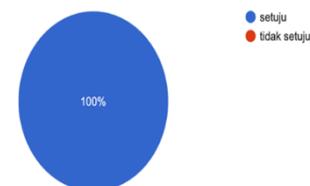
Dengan adanya pandemi covid-19, apakah mempengaruhi terlaksananya Pemusatan Latihan Hockey Jawa Timur?
12 responses



Dari 12 atlet didapatkan hasil 100% Atlet menjawab bahwa respon adanya pandemi mempengaruhi terlaksananya Pemusatan Latihan Hockey Jawa Timur.

Grafik 10. Pertanyaan Nomor 10

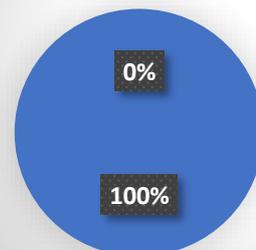
Apakah anda setuju jika Pemusatan Latihan New Normal (PNN) dilakukan dalam pandemi covid-19
12 responses



Dari pertanyaan Pada Grafik 10 didapatkan hasil yaitu seluruh atlet atau 100% jawaban setuju diadakannya pemusatan Latihan New Normal dalam masa pandemic covid-19.

Grafik 11. Pertanyaan Nomor 11

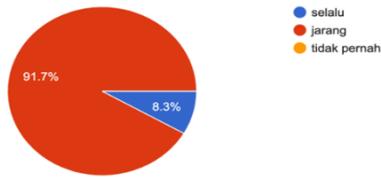
selain berhentinya kegiatan puslatda, menurut anda adakah dampak negatif lain dari pandemic covid-19?



Hasil dari pertanyaan dampak negatif dari pandemic covid-19 didapatkan jawaban bahwa adanya pandemic sangat berdampak bagi seluruh responden.

Grafik 12. Pertanyaan Nomor 12

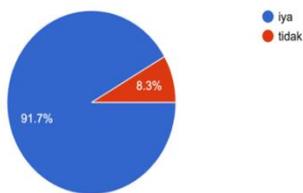
Selama anda menjalankan program Training From Home (TFH), adakah kendala yang anda alami?
12 responses



Dari pertanyaan kendala yang dialami saat *Training From Home* ditemukan jawaban dari nomor 12 yaitu 92,3% atlet menjawab jarang dan 8,7 Atlet menjawab selalu.

Grafik 13. Pertanyaan Nomor 13

Selama anda menjalankan Program Training From Home (TFH), apakah anda rutin/sering berkomunikasi atau konsultasi terhadap pelatih anda?
12 responses



Dari pertanyaan nomor 13 didapatkan 91,3% Atlet rutin berkonsultasi dengan Pelatih dan 8,7% tidak rutin melakukan konsultasi dengan pelatih.

Grafik 14. Pertanyaan Nomor 14

Dengan adanya pandemi covid-19, pihak KONI Jawa Timur melakukan Pemusatan Latihan New Normal setelah berlangsungnya Training From Home (TFH). Apakah anda setuju dengan keputusan tersebut?



Grafik 15. Pertanyaan Nomor 15

Hockey adalah Olahraga beregu dan membutuhkan 2 orang atau lebih untuk melakukan Latihan secara maksimal, Bagaimana perasaan anda Ketika mendengar diadakannya program Pemusatan Latihan New Normal (PNN) di tengah t... pandemi Covid-19?



Respon yang diberikan Atlet Hockey Indoor Putera jawa Timur dalam menghadapi pemusatan

Latihan new Normal dalam masa pandemic Covid-19 yang belum usai, didapatkan jawaban yaitu 100% atau 12 Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur menjawab setuju dan termotivasi dengan kebijakan baru yaitu melakukan Pemusatan Latihan New Normal.

Pembahasan

Pada pertanyaan-pertanyaan diatas, terdapat 15 pertanyaan dengan berbagai kriteria sebagai berikut : nomor 1 sampai nomor 5 yaitu membahas tentang aktivitas atau latihan apa saja yang dilakukan dan jumlah latihan yang dilakukan dalam satu minggu sebelum dan selama adanya pandemi Covid-19. Mengenai aktivitas Puslatda Jawa Timur yang meliputi, pertanyaan nomor 1 berapa kali Latihan rutin dalam satu minggu sebelum masa pandemi. Dari keseluruhan respon sejumlah 100% dari 12 didapatkan jawaban yaitu Atlet telah melakukan Latihan Hockey secara rutin dikarenakan sudah ada jadwal Pemusatan Latihan yang telah dibuat oleh Tim Pelatih sebelum mundurnya seluruh kegiatan dilapangan diberhentikan dan ditundanya Pekan Olahraga Nasional XX di Papua yang seharusnya digelar pada Oktober 2020 berubah ke Oktober 2021.

Hasil dalam pertanyaan nomor 2 dan nomor 3 berapa kali jumlah Latihan sebelum dan selama pandemi jawaban yang didapat dari pertanyaan tersebut terdapat perbedaan jumlah Latihan dirumah yang dilakukan selama pandemic. Sebenarnya, jadwal Latihan ialah sama dikarenakan terkontrolnya program Latihan dengan pelatih baik via zoom atau laporan aplikasi jam tangan polar. Namun hasil yang didapatkan yaitu 91,7% respon melakukan Latihan selama 5 kali dalam satu minggu hanya 8,3% atau 1 atlet yang menjawab 4 kali dari 12 Atlet. Yang membuat adanya perbedaan ialah jumlah Latihan selama pandemi semestinya jumlah Latihan yang dilakukan sebelum dan selama pandemi ialah sama dikarenakan dalam peneliti juga ikut serta bergabung dalam melakukan program Pelatih *training from home*, yaitu program dirumah dilakukan 5 kali atau tetap tetapi dalam jawaban dari 12 atlet terdapat 83% jawaban tetap dan 16,7% atau 2 Atlet yang melakukan program Latihan 3 kali dalam satu minggu. Tetapi disini juga dapat dikatakan ada program yang selama satu minggu terdapat satu hari (hari rabu) memang digunakan oleh pelatih Australia untuk evaluasi atau memberikan Latihan *video sesion* (analisis video pertandingan) dan ada Atlet yang memang baru masuk Tim atau masih dalam tahap seleksi sehingga terjadi perbedaan jawaban yang didapatkan.

Dari pertanyaan nomor 4 dan Kegiatan Latihan apa saja yang dilakukan dalam satu minggu

selama adanya pandemi, yaitu pertanyaan yang menyertakan jawaban yang dapat di sampaikan oleh responden melalui kolom komentar dengan jawaban lain. Dari 12 respon Atlet sebanyak 50% atlet menjawab melakukan kegiatan *stik and ball* dan *full body workout*, 34% Atlet menjawab *full body workout*, 8% Atlet melakukan semua kegiatan, dan 8% Atlet melakukan Jogging. Terdapat satu jawaban yang tidak diisi oleh Atlet yaitu kegiatan *stik and ball* saja. Dapat diartikan bahwa setengah rata-rata Atlet Hockey Indoor Putera melakukan latihan lebih dari satu program, dikarenakan dalam satu minggu terdapat berbagai Program yang menyangkut *Full Body WorkOut*, *Stick and Ball*, *video session*. ini juga dapat disimpulkan bahwa program Latihan yang sudah disusun oleh tim pelatih dapat dilakukan oleh Atlet dengan baik.

Begitupun dengan diagram dari jawaban nomor 5 yaitu membahas tentang apakah mereka tetap melakukan Latihan diluar rumah Bersama teman?, di dapatkan jawaban sebanyak 58,3% atau 7 Atlet tidak melakukan Latihan Bersama teman baik tim puslatda atau di daerah masing-masing dan terdapat 41,7% atau 5 Atlet melakukan Latihan Bersama teman. Setelah peneliti melakukan wawancara dengan salah satu responden atau Atlet mereka melakukan Latihan di daerahnya dengan menyesuaikan seperti diteras rumah dan menurut mereka itu dengan "teman" karena seperti ada keluarga atau saudara yang melihat mereka Latihan dengan menambah sendiri porsi Latihan dengan tetap menjaga protokol Kesehatan. Tetapi mereka tidak berani untuk bergabung Latihan dengan teman Hockey lain di daerahnya dikarenakan sudah di arahkan dan dipertegas oleh pihak KONI Jawa Timur untuk tidak melakukan kegiatan apapun dan dengan siapapun di luar rumah.

Selanjutnya pada pertanyaan nomor 6 sampai 15 ialah pertanyaan yang arahnya lebih Respon Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur menghadapi Pemusatan Latihan New Normal dalam Masa pandemi Covid-19. Dikarenakan KONI Jawa Timur memberhentikan kegiatan *training from home* menuju Pemusatan Latihan New Normal dengan mematuhi dan menerapkan sistem protokol Kesehatan yang sudah dianjurkan pemerintah. Dengan adanya pandemi ini sangat mempengaruhi berjalannya pemusatan Latihan. Oleh karena itu, KONI Jawa Timur memiliki terobosan yang sangat menguntungkan untuk tim Hockey Indoor Putera yaitu melakukan atau mengadakannya Pemusatan Latihan New Normal dengan penerapan Protokol Kesehatan dalam setiap kegiatan baik di asrama maupun di lapangan. Berubahnya sistem baru membuat hal baru juga sehingga perlu pendekatan dalam pembelajaran atau pelatihan dikarenakan setelah

program yang dilakukan secara mandiri dan menjadi Latihan Bersama sehingga membuat hal baru dalam suatu pelatihan. Dalam hal ini, ditemukan dalam sebuah penelitian yang menjelaskan bahwa *blended learning* merupakan kegiatan pendekatan yang efektif, efisien, dan nyaman untuk dilakukan sebagai pendekatan pembelajaran yang dilakukan di masa akan datang (Belle&Ruggelj,2007).

Pada dasarnya pelaksanaan Pemusatan Latihan New Normal ini tidak dilakukan begitu saja tetapi selalu dipertimbangkan seperti aspek peraturan pemerintah Kesehatan Indonesia sebagaimana telah menetapkan boleh melakukan kegiatan dengan syarat, Protokol Kesehatan yang bagaimana sudah ditetapkan dalam peraturan kementerian Kesehatan bagian kelima yaitu Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease (COVID-19) sebagaimana dimaksud dalam peraturan penetapan penggunaan fasilitas umum dengan acuan protocol Kesehatan harus digunakan sebagai acuan untuk kementerian/lembaga, pemerintah daerah provinsi, pemerintah daerah kabupaten/kota, dan masyarakat termasuk asosiasi, pengelola, pemilik, pekerja, dan pengunjung pada tempat dan fasilitas umum, serta komponen lain, baik dalam penetapan kebijakan, pembinaan aktivitas usaha, pelaksanaan usaha/kegiatan, aktivitas masyarakat, maupun dalam melakukan pengawasan kegiatan di tempat dan fasilitas umum, dalam rangka mencegah terjadinya episenter/kluster baru selama masa pandemi covid-19. HK.01.07/MENKES/382/2020 tentang protokol kesehatan bagi masyarakat di tempat dan fasilitas umum dalam rangka pencegahan dan pengendalian *coronavirus* (covid-19).

Pada jawaban dari pertanyaan nomor 6 sampai 9 ialah membahas tentang bagaimana pemahaman yang sudah didapatkan oleh Atlet apakah responden mengetahui adanya virus Covid-19 dan mengetahui informasi atau kegiatan apa saja yang dilakukan selama *Training From Home*. Dari jawaban nomor 6 apakah Atlet mengetahui adanya Virus Covid-19 didapatkan bahwa 11 Atlet atau 91,3% dari 12 Atlet mengetahui tentang adanya Covid-19 yang dimana penularannya sangat cepat dan berbahaya sehingga harus melakukan kegiatan Latihan di rumah.

Kegiatan *Training From Home* tidak semudah dilaksanakan begitu saja, seperti hasil yang didapatkan dari pertanyaan nomor 7 didapatkan bahwa 41,7% atau 5 Atlet tidak mengetahui kegiatan apa saja yang dilakukan dalam *Training From Home*. Dengan berjalannya waktu melalui penjelasan dan berbagai cara yang dilakukan oleh KONI Jawa Timur dan Tim pelatih kegiatan *Training From Home* dapat dilakukan

dan menuju sistem baru yaitu Pemusatan Latihan New Normal. Begitupun Tim Puslatda Koni Jawa Timur telah mengkonfirmasi dan mengarahkan Atletnya untuk melakukan Latihan di dalam rumah dan tidak melakukan Latihan Bersama dengan siapapun diluar kegiatan *Training From Home* Puslatda demi terjaganya agar kondisi Atlet Jawa Timur tetap sehat tidak terdampak virus Covid-19 ini. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa jawaban dari pertanyaan nomor 8 didapatkan hasil KONI Jawa Timur dan tim Pelatih Hockey Indoor Putera Jawa Timur telah menginformasikan kepada seluruh Atlet untuk melakukan *Training From Home* selama pandemi Covid-19 dengan hasil 66,7% Atlet menjawab anjuran Pemerintah atau KONI dan 33,3% instruksi Pelatih dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa seluruh Atlet telah memahami dan menjalankan arahan dari Pemerintah, Tim KONI dan Pelatih Jawa Timur untuk melakukan *Training From Home* dan membatasi seluruh kegiatan diluar Rumah. Dilakukannya *Training From Home* ini KONI Jawa Timur juga bertujuan mendukung program Pemerintah untuk mengatasi penyebaran Virus Covid-19 dengan membatasi seluruh Atlet dan Pelatih Tim Jawa Timur tidak keluar rumah dikarenakan penyebarannya begitu cepat bahkan tidak memandang siapapun bisa tertular.

Dari pertanyaan nomor 10 didapatkan jawaban bahwa keseluruhan 100% Atlet menjawab setuju diadakannya Pemusatan Latihan new normal dalam masa pandemic Covid-19. Diadakannya Pemusatan Latihan New Normal tidak dilakukan begitu saja tetapi pelaksanaan dengan aturan pemerintah dan protokol Kesehatan yang sangat ketat. Dimana sebelum memasuki mess seluruh atlet melakukan tes swab dan tes Kesehatan lainnya untuk memastikan tidak ada penularan didalam penginapan atlet. Dikarenakan penularan virus ini tidak mengenal siapa yang dihindarinya. Oleh karenanya pemberlakuan semua ketentuan pemerintah baik tes swab, rapid, Kesehatan, dan penerapan protocol Kesehatan yang sudah ada semua Atlet dan Tim pelatih tetap harus memperhatikan Kesehatan dan tidak terlalu memforsir Latihan sehingga terjadi lelah berlebihan. Tetapi walaupun dengan protocol yang ketat seluruh atlet tetap setuju dan semangat untuk melakukan kegiatan Pemusatan Latihan ini.

Dari pertanyaan nomor 9 dan nomor 11 yaitu membahas apakah adanya pandemic ini mempengaruhi kegiatan Puslatda dan kegiatan lainnya, di nomor 9 di dapatkan jawaban dimana Semua atau 100% Atlet menjawab bahwa respon adanya pandemi mempengaruhi terlaksananya Pemusatan Latihan Hockey Jawa Timur dan mempengaruhi dari banyak

kegiatan. Dari jawaban nomor 11 didapatkan 100% keseluruhan responden memberikan keluhan dan kendala selama *Training From Home* seperti, tidak maksimalnya melakukan program Latihan, sulitnya untuk berlatih Bersama tim dikarenakan Hockey adalah olahraga beregu, tidak bisa melakukan taktik bermain secara tim, berhentinya kegiatan perkuliahan bagi atlet yang sedang kuliah, tidak bisa melakukan Latihan dari rumah secara maksimal dengan tempat seadanya baik itu sempit atau kurangnya peralatan pendukung Latihan dirumah, Selama menjalankan program Latihan dirumah. Kendala kendala dalam Latihan selalu dilakukan konsultasi dengan saling memberikan masukan saat *zoom meeting* dengan Tim pelatih. Dengan masukan dan masalah dari kendala yang dihadapi oleh atlet ditemukan titik terang dari pelatih sehingga seluruh atlet merasa nyaman saat melakukan dan kendala selanjutnya jarang ditemukan. Masalah tersebut ditemukan jawaban dari nomor 12 yaitu 92,3% atlet menjawab jarang dan 8,7 Atlet menjawab selalu. Sehingga perlunya komunikasi antar pelatih dan atlet dalam sebuah tim sangat diperlukan dikarenakan untuk menghindari ketidaknyamanan atau timbulnya sebuah masalah dalam Tim.

Dari pertanyaan nomor 13 didapatkan 91,3% Atlet rutin berkonsultasi dengan Pelatih dan 8,7% tidak rutin melakukan konsultasi dengan pelatih. Dari wawancara peneliti dengan salah satu Atlet memang dengan cara selalu berkonsultasi melalui via online untuk masalah penyesuaian melakukan program Latihan karena susahnyanya menyesuaikan program Latihan dengan kondisi rumah yang seadanya atau sempit. Walaupun dengan Batasan tersebut Tim pelatih selalu memberikan masukan atau evaluasi setiap sebelum dan sesudah Latihan untuk mengontrol para Atlet apakah mengalami kesulitan dengan menanyakan bagaimana perkembangan Latihan yang dilakukan dalam rumah, keadaan kondisi tubuh Atlet agar tetap terjaga kesehatannya. Untuk program yang tidak dapat dilakukan dirumah pelatih selalu memberikan perubahan untuk penyesuaian dengan mengganti model Latihan, sehingga atlet tetap menjalankan program dengan maksimal dan hasil yang baik.

Adapun tantangan dalam perubahan kondisi awal *Training From Home* menuju Pemusatan Latihan New Normal memerlukan pembiasaan dikarenakan merupakan program baru dan sistem penataan cara hidup baru dengan peraturan baru untuk mencegah dan memutus rantai penularan Covid-19. Kehidupan sehari hari yang biasanya dilakukan dengan kegiatan *From Home* tidak dapat dilakukan begitu saja di program New Normal dikarenakan pola sistim pembiasaan dengan kehidupan lebih bersih dan teratur dimana

seluruh kegiatan kita diwajibkan untuk memakai protocol Kesehatan. Masyarakat atau Atlet dalam hal ini memerlukan proses penyesuaian kebiasaan dalam kegiatan sehari-hari, dalam proses melakukan pembelajaran adaptasi terhadap kondisi pandemic *Coronavirus* (Covid-19) yang belum selesai (Pragolapati,2020).

Dalam pelaksanaan program Pemusatan Latihan New Normal setelah dilakukannya program *Training From Home*. Dijelaskan dari pertanyaan nomor 14 dan nomor 15 Bagaimana Respon yang diberikan Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur dalam menghadapi pemusatan Latihan new Normal dalam masa pandemic Covid-19 yang belum usai, didapatkan jawaban yaitu 100% atau 12 Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur menjawab setuju dan termotivasi dengan kebijakan baru yaitu melakukan Pemusatan Latihan New Normal dengan segala ketentuan yang berlaku dan ditetapkan. Menurut Lakey dan Chohen (20), bahwa secara khusus menyoroti bahwa bagaimana beberapa orang melakukan dukungan sosial berupa dukungan kognitif dan dukungan interaksionisme simbolik, dengan menunjukkan identitas posisi dia sebagai mekanisme dukungan yang menghubungkan kegiatan perilaku suportif kepada teman dengan menjaga aspek kesehatan mental. Dimana tiap Atlet membuat dasar dimana seluruh atlet mendapat peran dan identitas untuk saling melakukan dan mendapat dukungan dari atlet lainnya. Sehingga didapatkan sebuah evaluasi untuk setiap individu dengan meningkatkan kualitas pengembangan diri yang positif.

Menurut Nasir et.al., (2014) Komunikasi digunakan sebagai pengumpulan masukan baik kritik dan saran demi terciptanya suatu ide Bersama, memperkuat tali perasaan dengan menciptakan kebersamaan melalui saling memberi informasi dan komunikasi menggambarkan emosi kebutuhan setiap individu dari yang sederhana menjadi kompleks. Olehkarena itu setiap selesai Latihan pelatih Hockey Indoor putera Jawa timur selalu memberikan informasi perkembangan yang ada, dan menanyakan apakah setiap individu da permasalahan sehingga dapat dipecahkan secara bersama. Seperti penjelasan tersebut ,seorang pelatih memiliki peran penting maka kompetensi atau pengetahuan pelatih yang dibawa dari sikap dan kecakapan dalam melatih ialah factor utama yang menentukan prestasi Tim-nya, Oleh karena itu seorang pelatih harus bisa menyesuaikan kondisi dan situasi gaya kepelatihannya dengan mengedepankan kebutuhan Atlet dalam membangun Tim-nya (Rohman, 2017). Dengan terjaganya komunikasi dan saling memotivasi antar Atlet dan Pelatih membuat kondisi

emosi kekeluargaan dalam tim menjadi lebih kuat sehingga dalam menghadapi kondisi apapun tim menjadi lebih siap.

Pada dasarnya, asal mulanya dari seluruh program Latihan yang telah dirancang oleh Pelatih dalam menyiapkan tim untuk baik uji coba separing atau lainnya menghadapi PON XX Papua 2020 gagal atau tidak dapat dilakukan sehingga Menyusun program baru untuk menghadapi situasi ini dengan tetap memperhatikan kondisi atlet tetap sehat dan bugar terjaga baik fisik maupun Tekhniknya. Dengan adanya pandemi yang mengancam seluruh kegiatan di dunia begitupun dengan dunia olahraga sehingga tertundanya Pemusatan Latihan yang sudah disusun secara rapi untuk menyiapkan Tim semuanya terhenti dan diganti dengan melakukan program kegiatan *Training From Home*. Berjalannya program *Training From Home* berjalan begitu baik dan terkondisi dengan bagus seluruh Atlet Tim Hockey Indoor Putra tetap selalu menjalankan program Latihan yang sesuai arahan tim Pelatih baik Via *Zoom Meeting* dengan pelatih atau laporan *Screenshot* hasil Polar. Namun, setelah beberapa pertimbangan dan keputusan yang matang, pemerintah membuka program baru (*Normal life*) atau hidup normal yang diterapkan agar kita dapat bersahabat dengan Covid-19 dengan menerapkan protokol kesehatan yang sangat ketat. Dimana ini juga membuat angin segar bagi dunia Olahraga. KONI Jawa Timur melakukan terobosan dengan mengadakannya pemusatan Latihan New Normal dalam masa pandemic Covid-19 dan melakukan isolasi seluruh Atlet Jawa Timur berada di asrama Putri Universitas Negeri Surabaya untuk mengurangi dan memutus rantai resiko penyebaran dan penularan *coronavirus* (Covid-19) bagi Atlet-atlet dan Pelatih Tim KONI Jawa Timur dalam mencapai target medali emas di PON XX Papua 2021. Dengan perolehan hasil jawaban dari penelitian didapatkan bahwa respon yang diberikan oleh Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur dalam menghadapi pemusatan Latihan New Normal ialah sangat baik.

PENUTUP

Simpulan

Dari pengambilan pembahasan di atas dapat di ambil kesimpulan bahwa adanya pandemic Covid-19 (*Coronavirus Disease*) menimbulkan dampak bagi seluruh kegiatan di seluruh Dunia. Oleh karena itu, demi terputusnya rantai penyebaran dan penularan KONI Jawa Timur melakukan Pemusatan Latihan *New Normal* dalam masa pandemic Covid-19 dengan melalui berbagai proses tes Kesehatan dan mematuhi protokol Kesehatan. Guna dalam menghadapi PON XX Papua setelah Melakukan kegiatan *Training From*

Home. Mengingat semakin cepat dan tingginya kasus penularan virus Covid-19.

Untuk Cabang Olahraga Hockey Indoor Putera sendiri juga merasakan dari dampak Negatif adanya pandemic ini. Dikarenakan Hockey adalah cabang olahraga beregu sehingga Ketika melakukan kegiatan *Training From Home* tidak bisa dilakukan secara maksimal. Sehingga, adanya Pemusatan Latihan New Normal yang dilakukan Oleh KONI Jawa Timur ini membuat seluruh Atlet Hockey Indoor putera Jawa Timur semangatnya dengan adanya sistem atau peraturan baru ini dengan tujuan utamanya yaitu Emas di PON XX Papua.

Saran

Kepada seluruh Atlet Hockey Indoor Putera Jawa Timur diharapkan tetap semangat melakukan Latihan secara maksimal. Gunakan kondisi ini untuk tetap meningkatkan kualitas permainan dan menjaga kondisi tubuh. Lakukan semua dengan Niat ikhlas, kerja keras, dan Do'a kepada Tuhan yang maha Esa. Tetap mematuhi protocol Kesehatan yang sudah diarahkan agar senantiasa kita dalam keadaan sehat, bugar dan siap untuk meraih medali emas di PON XX Papua 2021. Berdasarkan kelemahan dan keterbatasan peneliti yaitu dalam penelitian ini hanya dalam ruang lingkup Atlet. Diperkirakan masih banyak factor factor lain di ruang yang lebih besar seperti masyarakat umum. Sehingga dapat dibandingkan dengan penelitian sebelumnya sehingga mendapatkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariawan, S. & Malang, S. Building Critical Thinking in Covid-19 Pandemic Era: Impossible or I am Possible? *Int. Res. J. Adv. Sci. Hub* **2**, 127–130 (2020).
<https://researchgate.net/publication/34276672>
- Lingbo, prof. Liang. 2020. Chief Of The Handbook of Covid-19 Prevention and Treatment. Chairman of The First Affiliated Hospital, China. Zhieyang University School of Medicine.
- Muhammad, H. N. Evaluasi Konteks Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Hockey Di Jawa Timur. *JOSSAE J. Sport Sci. Educ.* **3**, 7 (2018).
- Cuccinota, D Dan Vanelli, M. "Who Declaras Covid-19 A Pandemic". *Acta Biomed.* 2020
- Maksum, Ali. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: UNESA University Press. 2020
- Cuccinota, D and Vanelli, M. 2020. Who Declaras Covid-19 A Pandemic. *Acta Biomedica*, Vol. 91 pages 157-160.
- K.Rangasamy, M.As'ari, N.Rahmad, G.Azmina, etc.

2020. Hockey Activity recognition using pre-trained deep learning model. *ICT Express*, vol. 6, pages 170-174.

Tingbo, L. *Handbook of Covid-19 Prevention and Treatment*. 2020

UNESA. 2000. *Pedoman Penulisan Artikel Jurnal*, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Surabaya.

Republik Indonesia. 2020. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. HK. 01.07 Tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan Pengendalian Corona Virus Dissease 2019 (Covid-19). Lembaran Negara RI Tahun 2020, No. 382. Mentri Kesehatan RI. Jakarta.
https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/KMK_No._HK.01.07-MENKES-382-2020_ttg_Protokol_Kesehatan_Bagi_Masyarakat_di_Tempat_dan_Fasilitas_Umum_Dalam_Rangka_Pencegahan_COVID-19.pdf

Yussar Z. 2019. Strategi Komunikasi Pelatih dengan Atlet Dalam Mencapai Tujuan Prestasi Berkuda Pada Sekolah Berkuda "Yussar Horse Club Sidoarjo". Tugas Akhir. FISIP. Universitas Airlangga.
<http://repository.unair.ac.id/87298/5/jurnal%20zahlul.pdf>