

## DAMPAK PANDEMI COVID 19 TERHADAP CLUB JUDO SURYANAGA SURABAYA

Amanda Arthameyvia Geasetta Yundha\*, Hari Wisnu

S1 Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

\*amanda.17060464061@mhs.unesa.ac.id

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak *Covid-19* terhadap klub judo suryanaga surabaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey. Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet club judo suryanaga yang dengan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 16 Atlet klub judo suryanaga, dengan pengambilan sampel menggunakan Teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan dianalisis secara kualitatif, dengan indikator terdampak dan pengaruh latihan sebelum pandemi dan pada saat pandemi. Teknik analisis data menggunakan teknik *Statistik Deskriptif*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 75,88% club judo Suryanaga surabaya mengalami dampak *covid-19* yang sangat berpengaruh terhadap atlet dan pelatih. Dampak yang dirasakan oleh klub judo suryanaga Surabaya akibat pandemi saat ini menyebabkan atlet dan pelatih tidak bisa berlatih dan melatih dengan tatap muka secara langsung sehingga latihan tidak dapat dilakukan secara maksimal. Segala bentuk dampak yang dirasakan baik secara langsung maupun tidak langsung oleh salah satu klub judo di surabaya yaitu club judo suryanaga adalah : pelatih kesulitan memberikan program latihan kepada atlet dalam menjalankan program latihan. Program latihan hanya bisa disampaikan melalui whatsapp grup dan dilakukan secara daring menggunakan aplikasi zoom meeting karena dojo tempat latihan tidak boleh digunakan sementara untuk latihan club-club dan dojo hanya digunakan untuk puslatda saja. Dapat disimpulkan bahwa club judo suryanaga mengalami dampak yang sangat berpengaruh terhadap atlet dan pelatih klub judo Suryanaga, atlet dan pelatih tidak dapat melakukan latihan dengan tatap muka secara langsung sehingga latihan tidak dapat dilakukan secara maksimal, dan jadwal pertandingan pun tertunda.

**Kata Kunci :** pandemi; olahraga; latihan dirumah

### Abstract

The purpose of this research is To know the impact of Covid-19 at the Surabaya judo club. The method used in this research is a surveying method. The population research is all of Suryanaga judo club athletes with the amount of samples in this research is as many as 16 Suryanaga judo club athletes, by sampling taking use sampling purposive technique. The technique of data's collection used is a questionnaire analyzed qualitatively with the indicator of impact and the influence of the exercise before and at the time of The pandemic . The data analysis technique uses a descriptive statistic technique. The result of the research shows that about 75.88% of Surabaya Suryanaga judo club experience the impact of the covid-19 that its influences the athletes and the coaches very much. The impact feels by Surabaya Judo Club, due to the current pandemic, has caused athletes and coaches can not to exercise and train face-to-face directly, so that the training can not be carried out optimally. All of the impacts felt, either directly or indirectly by one of the judo clubs in Surabaya, namely the Suryanaga judo club, such as: the coaches have a difficulty of providing training programs to the athletes in carrying out training programs. The training program can only be done via WhatsApp and carry out online using the zoom meeting application because the dojo can not be used temporarily for club training, and is only used for training centres only. The conclusion is the Suryanaga judo club experience the impact of the covid-19 that it influences the athletes and the coaches very much because they can not do the exercises face-to-face directly so that the exercises can not be done to the maximum and the competition schedules are delayed.

**Keywords :** pandemic; sports; home exercise

## PENDAHULUAN

Saat ini satu dunia sedang merasakan Kejadian Luar Biasa (KLB) berupa datang sebuah wabah penyakit yang menyerang ke bagian pernapasan, setiap gejala yang timbul pada setiap orangnya dapat berbeda-beda. Yang dapat merasakan gejala dari wabah ini juga dipengaruhi dari sistem imun tubuh, bagi yang memiliki imun tubuh bagus maka tidak akan merasakan gejala-gejala yang berarti dan akan sembuh dengan sendirinya. Berbeda jika yang terkena adalah orang yang memiliki sistem imun tubuh yang kurang baik maka akan sangat berbahaya bagi dirinya. Dan virus ini dapat ditularkan dari orang ke orang (orang yang berada dalam kontak dekat satu sama lain atau tetesan pernapasan yang dihasilkan ketika orang yang terinfeksi batuk atau bersin) dan pada tingkat yang lebih rendah dari kontak dengan permukaan yang terkontaminasi atau benda (Pradhan et al.,2020). Setelah memegang benda atau kontak langsung dengan orang lain, kita wajib menghindari menyentuh wajah, mata, hidung, mulut dan leher dengan tangan sebelum mencuci tangan secara bersih (Zhu, 2020).

Dikutip dari website Kemenkes, pada Desember 2019, dunia dihebohkan dengan kemunculan penyakit baru yaitu *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)* yang pertama kali diketahui dari Wuhan, China. Dilansir dari situs kawalcovid19.id, sampai dengan tanggal 30 Mei 2021, telah terkonfirmasi jumlah kasus *COVID-19* di Indonesia mencapai 1.863.031, dengan kasus kematian sebanyak 51.803 jiwa meninggal dunia, kasus sembuh mencapai 1.711.565, dan kasus masih dalam perawatan sebanyak 99.663. terpantau situasi vaksinasi *Covid-19* di Indonesia saat ini yaitu Vaksinasi dosis 1 17.812.458 yang telah diberikan 44,146 % dari 40.349.049 telah divaksin, terdiri dari Tenaga Kesehatan 100 %, Lansia 16,409 %, Petugas Publik 73,256 %, dan Vaksinasi dosis 2 mencapai 11.231.321 yang telah diberikan 27,835 % dari 40.349.049 telah divaksin terdiri dari Tenaga Kesehatan 94,833 %, Lansia 10,764 %, Petugas Publik 43,387 %.

Indonesia adalah salah satu negara yang terdampak dari pandemi *Covid-19*. Terhitung sejak kasus pertama pada bulan maret 2020 sudah terdapat beberapa sektor yang merasakan dampaknya. Salah satunya adalah sektor olahraga yang merasakan dampak dari adanya penyebaran virus corona, selain sangat berpotensi dapat mengancam nyawa namun cara penanganan dari virus tersebut juga cukup membatasi pergerakan para atlet club judo suryanaga untuk beraktifitas seperti biasa, dimana harus benar-benar menjaga jarak satu sama lain. Dampak *pandemic* virus *corona* khususnya dibidang olahraga yakni berbagai macam pertandingan

banyak yang tertunda untuk sementara (Susanto, 2020). dimana dampak dari adanya penyebaran virus *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)* selain sangat berpotensi dapat mengancam nyawa namun cara penanganan dari virus tersebut juga cukup membatasi pergerakan khususnya para atlet untuk beraktivitas dimana harus benar-benar menjaga jarak satu sama lain minimal 1 meter dengan orang lain dan menghindari pertemuan massal (Buana, 2020), setiap alat yang digunakan atau disentuh harus disterilkan dengan disinfektan untuk meminimalisir terjadinya penyebaran virus. (Larasati & Haribowo 2020) Salah satu cabang olahraga yang merasakan dampaknya adalah beladiri Judo yang kesulitan untuk melakukan latihan karena dalam beladiri Judo membutuhkan lawan untuk bertanding sehingga akan bersentuhan langsung dengan lawannya dimana hal tersebut bertentangan dengan protokol kesehatan yang diberlakukan.

Judo sendiri merupakan salah satu bela diri Jepang yang telah diadopsi sebagai olahraga Olimpiade, Judo yang berarti “cara lembut” awalnya diciptakan pada 1882 oleh Jigoro kano sebagai cara mendidik fisik, mental, dan moral di Jepang. Judo berasal dari jiu-jitsu salah satu buget (seni bela diri praktis) yang dibuat oleh para samurai, dan akhirnya berkembang menjadi gaya saat Judo. Pada zaman dahulu, jiu-jitsu memiliki perbedaan besar dengan judo saat ini. ‘*Atemi-waza*’ atau teknik menyerang tubuh digunakan bahkan pada pertandingan resmi jiu-jitsu. Di Indonesia sendiri Judo dikenal sejak tahun 1942 disaat masa penjajahan Jepang, untuk saat ini Judo di Indonesia berada dibawah naungan bendera PJSI (Persatuan Judo Seluruh Indonesia). (Syahrial, 2020)

Falsafah judo menetapkan bahwa dalam menghadapi lawan, keselamatan lawan (*uke*) harus dijaga, oleh karena itu waktu melakukan bantingan lawan tidak boleh dilepas agar tetap dikontrol karena melihat dari tujuan judo itu sendiri adalah bukan untuk mencederai atau menyakiti melainkan untuk tujuan olahraga, selain itu dalam judo harus pula mengandung unsur tata karma, seni yang indah, jiwa besar, *sportif* dan saling menghargai.

Klub tempat latihan atau di dalam istilah Judo adalah Dojo. Klub judo adalah tempat berkumpulnya pejudo untuk melaksanakan latihan. Klub merupakan fondasi dari pembinaan olahraga berprestasi. Pejudo juga berlatih di klub bukan hanya melakukan latihan untuk tujuan prestasi, tetapi melakukan latihan judo dengan tujuan meningkatkan kebugaran. Keberadaan klub sangat penting untuk para pejudo, dengan adanya klub Judo, maka pejudo dapat melakukan latihan. Pelaksanaan latihan di klub tidak hanya mengajarkan

teknik dan fisik dalam olahraga Judo, tetapi diajarkan juga etika dalam olahraga Judo, sehingga berlatih Judo tidak saja menjadikan sehat secara fisik, tetapi sehat secara Mental. hingga kini Kodokan masih dianggap sakral oleh pejudo di dunia.

Judo adalah olahraga beladiri yang dilakukan secara kontak langsung, melibatkan lawan atau teman latihan untuk membanting tubuh ke udara, lalu memegang tubuhnya ke bawah (Purnamasari & Febrianty, 2020). Dampak yang dirasakan oleh Klub Judo Suryanaga surabaya, akibat *pandemic* saat ini, menyebabkan atlet dan pelatih tidak bisa berlatih dan melatih dengan tatap muka secara langsung, sehingga latihan tidak dapat dilakukan secara maksimal, yang menyebabkan terkendalanya latihan dan sparing yang dilakukan secara bersama-sama.

Ketika di waktu normal atau sebelum mewabahnya *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)* para atlet club Judo suryanaga surabaya rutin di masa waktu tertentu akan diadakan latihan tanding, training center, atau bahkan diikuti sertakan dalam kejuaraan tingkat regional, nasional, hingga internasional. Selain itu juga para atlet judo diberikan program jangka pendek maupun jangka panjang dalam meningkatkan prestasinya baik dalam hal program latihan, program kebugaran, pola makan, dan lain sebagainya. Namun ketika pandemi *COVID-19* sekarang ini para atlet judo tidak akan mendapatkan *training center* demi keamanan dan kondisi kesehatan para atlet kemudian diberikan arahan untuk berlatih sendiri-sendiri sehingga hasil latihan yang didapat pun tidak maksimal.

Memasuki masa Adaptasi Kebiasaan baru (AKB ) atau bahasa globalnya adalah memasuki New Normal, sejumlah aktivitas sudah dapat dilakukan dengan aturan-aturan atau protocol kesehatan yang harus di patuhi oleh orang yang akan melakukan aktivitas. Pentingnya mengikuti aturan protokol kesehatan yang harus dilaksanakan selama menghadapi AKB adalah untuk mengurangi penyebaran virus *COVID-19*.

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis dampak *pandemic COVID-19* terhadap Klub Judo Suryanaga. Sehingga dalam mengatasi kesulitan akibat dampak *COVID-19* sebagai upaya adaptasi kebiasaan baru dalam aspek olahraga, agar dapat tetap produktif dalam melakukan hal-hal yang tepat pada era adaptasi baru.

## METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu Survey. Penelitian Survey adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data

yang pokok (Maksum, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran secara detail tentang hasil Dampak *pandemic covid-19* terhadap klub judo suryanaga surabaya.

Subjek penelitian ini meliputi pelatih dan atlet klub judo suryanaga sebanyak 17 Orang yang terdiri dari 1 Pelatih, 16 Atlet. dan Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet club judo suryanaga dengan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 16 Atlet klub judo suryanaga, dengan pengambilan sampel menggunakan Teknik *Purposive Sampling*.

Proses pengambilan data yang digunakan adalah wawancara dan angket lalu dianalisis secara kualitatif. Teknik analisis data menggunakan teknik *Statistik Deskriptif* . Waktu penelitian ini dilakukan pada saat atlet klub judo suryanaga melakukan latihan mandiri di rumah.

Didalam sebuah penelitian, hal yang juga perlu diperhatikan oleh peneliti yaitu instrumen penelitian. Menurut Arifin (2017), instrumen penelitian dapat berguna untuk mengungkap suatu fakta menjadi suatu data. Instrumen pun juga bisa disebut sebagai alat ukur penelitian. Mutu dari penelitian pun dapat diketahui dari instrumen penelitian itu sendiri. Peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa angket yang akan dibagikan kepada atlet klub judo suryanaga surabaya melalui file *Microsoft word* lalu di kirimkan melalui *whatsapp grup* klub judo suryanaga yang nantinya akan diisi oleh para atlet melalui tempat tinggal masing-masing. Hal ini dilakukan karena maraknya penyebaran virus *COVID-19*, sehingga tidak dapat mengumpulkan atlet secara langsung. Dalam penelitian ini, peneliti membuat instrumen secara pribadi yang berisi tentang Pengaruh Latihan Klub Judo Suryanaga Sebelum Pandemi dan Pada Saat Pandemi. Dalam angket tersebut terdapat pernyataan sejumlah 10 butir. Adapun para siswa diberikan 5 pedoman alternatif jawaban sebagai berikut:

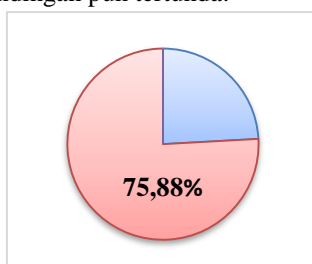
**Tabel Alternatif Jawaban Angket Atlet**

| No. | Kategori | Keterangan          | Skor |
|-----|----------|---------------------|------|
| 1.  | SS       | Sangat Setuju       | 5    |
| 2.  | S        | Setuju              | 4    |
| 3.  | RG       | Ragu-ragu           | 3    |
| 4.  | TS       | Tidak Setuju        | 2    |
| 5.  | STS      | Sangat Tidak Setuju | 1    |

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil survei dampak *pandemic covid-19* terhadap klub judo suryanaga surabaya ini dapat dilihat pada gambar diatas bahwa 75,88% club judo suryanaga Surabaya mengalami dampak *covid-19* yang sangat berpengaruh terhadap atlet dan pelatih. Sehingga atlet

tidak bisa melakukan latihan secara langsung dan jadwal pertandingan pun tertunda.



**Gambar 1** Persentase dampak pandemi covid 19 terhadap club Judo Suryanaga Surabaya

COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-COV-2, atau seringkali disebut *virus Corona*. SARS-COV-2 merupakan virus yang awalnya berasal dari hewan kelelawar, dan kemudian bisa menulari manusia (Guan et al., 2020). Menurut Bai et al., (2020) hingga saat ini kenapa banyak yang tertular oleh virus COVID-19 karena COVID-19 merupakan wabah baru, jadi manusia belum mempunyai kekebalan tubuh yang baik terhadap virus SARS-COV-2, kemudian vaksin dan obatnya masih belum ditemukan. Saat ini para peneliti di seluruh penjuru dunia masih berlomba-lomba dalam mencari dan menemukan vaksin serta obatnya. Wabah virus ini telah merusak jadwal olahraga dan mempengaruhi beberapa acara terbesar dunia tahun 2020. Berbagai olahraga harus mengambil tindakan untuk mencegah penyebaran virus, dengan Euro 2020 ditunda selama 12 bulan (Ebrahim et al., 2020). Dampak pandemi virus corona yang telah dirasakan khususnya di dunia olahraga yakni berbagai cabang olahraga yang ditunda untuk sementara waktu adalah otomotif, sepakbola, golf, tenis, balap sepeda, olimpiade, bola basket, rugby, atletik dan billiard. (Gallego et al, 2020) mengemukakan bahwa Pembatasan jarak sosial yang diberlakukan oleh pemerintah nasional di seluruh dunia telah berdampak besar pada kemampuan atlet untuk mempersiapkan dan melatih untuk Olimpiade. Pemerintah nasional di seluruh dunia menyerukan kepada IOC (Komite Olimpiade Internasional) untuk mengakhiri ketidakpastian dan menunda pelaksanaan Olimpiade Tokyo 2020.

Negara Indonesia merupakan salah satu negara yang mengalami dampak COVID-19. Dampak yang dirasakan khususnya di dunia olahraga di Indonesia ini yaitu untuk penyelenggaraan PON di Papua tahun 2020 ini gagal atau ditunda untuk sementara. (Gunawan, 2020) Hal ini mengakibatkan kerugian baik dari pihak atlet, pelatih maupun para penonton. Tujuan dari pembatalan dari berbagai event olahraga yang ada yakni untuk memutus rantai penyebaran virus COVID-

19. WHO telah menerbitkan rekomendasi keselamatan untuk tindakan pencegahan sehingga dapat mengurangi penularan virus. Sayangnya pembatasan yang diamanatkan pada perjalanan dan arahan terhadap partisipasi dalam kegiatan di luar ruangan, termasuk aktivitas fisik dan latihan, mau tidak mau akan mengganggu kegiatan rutinitas.

Segala bentuk dampak yang dirasakan, baik langsung maupun tidak langsung oleh salah satu Klub Judo di Surabaya yaitu Club Judo Suryanaga, seperti: pelatih kesulitan memberikan program latihan kepada atlet dalam menjalankan program latihan. Program latihan hanya bisa disampaikan melalui whatsapp grup dan dilakukan secara daring menggunakan aplikasi *zoom meeting* karena dojo tempat latihan tidak boleh digunakan sementara untuk latihan club-club dan hanya boleh digunakan untuk latihan atlet puslatda saja.

Pelaksanaan latihan secara daring, menyebabkan pelatih hanya dapat memberikan program fisik yang cenderung sederhana seperti jogging di sekitar rumah, *push up, sit up*, latihan *core, skipping*, dll. Sedangkan untuk program latihan judo hanya bisa diberikan program teknik dan uchikomi bila di rumah tidak ada pasangan pelatih menyarankan untuk menggunakan karet ban sebagai media untuk latihan uchikomi, pelatih tidak bisa memberikan program latihan bantingan karena atlet-atlet di rumah pastinya tidak mempunyai matras dan jika latihan di rumah sangat perlu pengawasan orang tua Karena mayoritas atlet-atlet klub judo suryanaga masih menginjak bangku SD jadi untuk orang tua harus benar-benar mengawasi anak-anaknya semaksimal mungkin, pelatih hanya bisa mengarahkan dan mengawasi melalui aplikasi *zoom meeting*.

Kendala saat latihan daring pastinya butuh kuota yang sangat banyak, dari situlah terkadang ada orang tua atlet yang kurang mampu untuk membeli paketan dan kendala jaringan juga sangat berpengaruh disaat pelatih sedang memberikan program latihan tiba-tiba jaringan tidak stabil pasti akan sangat mengganggu jalannya latihan.

Tujuan latihan yang diberikan pelatih sebelum adanya *pandemic* ini ingin berlatih untuk mencapai prestasi maksimal dan dipersiapkan untuk menghadapi pertandingan yang akan datang. Tetapi karena adanya *pandemic* ini semua program dan tujuan jadi tertunda sampai waktu yang tidak ditentukan, dan program pertandingan untuk sementara ditiadakan. Jadi selama *pandemic* ini pelatih memberi latihan secara daring dengan tujuan selain buat kesehatan untuk berolahraga meskipun tidak bisa berlatih secara maksimal. Pelatih

tetap melaksanakan latihan secara daring bertujuan untuk mempertahankan fisik dan teknik atlet supaya semua teknik dan fisik atlet masih tetap terjaga agar tidak kembali nol dan latihan selama ini tidak sia-sia meskipun kedepannya masih belum ada program kejuaraan, tetapi atlet-atlet sudah mempunyai persiapan untuk menghadapi kejuaraan jika *pandemic* sudah benar-benar hilang.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa 75,88% club judo suryanaga merasakan Dampak yang sangat luar biasa akibat *pandemic* saat ini mengakibatkan, atlet dan pelatih tidak bisa berlatih dan melatih dengan tatap muka secara langsung, sehingga latihan tidak dapat dilakukan secara maksimal, yang menyebabkan terkendalanya latihan dan sparing yang dilakukan secara bersama-sama.

Berubahnya cara latihan di klub judo suryanaga yang tadinya terdapat instruktur ditempat menjadi dilakukan latihan secara individual di rumah masing-masing sehingga lebih fleksibel dan dapat dilakukan kapan saja.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang akan disampaikan oleh peneliti, yaitu:

1. Tetap melakukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang sehingga dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh.
2. Tetap aktif berolahraga dari rumah.
3. Patuhi dan taati selalu protokol dari *WHO* tentang *COVID-19*.
4. Kesadaran diri terhadap lingkungan untuk bergotong royong memutus rantai penyebaran *COVID-19*.
5. Tetap melakukan latihan dengan giat di rumah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2017). Kriteria Instrumen Dalam Suatu Penelitian. *Jurnal Theorems (the Original Research of Mathematics)*, 2(1), 28–36.
- Bai, Y., Yao, L., Wei, T., Tian, F., Jin, D. Y., Chen, L., & Wang, M. (2020). Presumed asymptomatic carrier transmission of *COVID-19*. *Jama*, 323(14), 1406-1407.
- Buana, D. R. (2020). Analisis perilaku masyarakat indonesia dalam menghadapi pandemi virus corona (*Covid-19*) dan kiat menjaga

kesejahteraan jiwa. *Salam: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(3), 217-226.

- Ebrahim, S. H., Ahmed, Q. A., Gozzer, E., Schlagenhauf, P., & Memish, Z. A. (2020). *Covid-19 and community mitigation strategies in a pandemic*. *The BMJ*, 368(March), 1-2. doi:10.1136/bmj.m1066
- Gunawan, A. (2020). 5 Dimensi Dampak Kebijakan Covid-19 Terhadap Sistem Keolahragaan Nasional. *Jejaring Administrasi Publik*, 12(1), 23-42.
- Guan, C. S., Lv, Z. B., Yan, S., Du, Y. N., Chen, H., Wei, L. G., ... & Chen, B. D. (2020). Imaging features of coronavirus disease 2019 (*COVID-19*): evaluation on thin-section CT. *Academic radiology*, 27(5), 609-613.
- Gallego, V., Nishiura, H., Sah, R., & Rodriguez-Morales, A. J. (2020). The *COVID-19* outbreak and implications for the Tokyo 2020 Summer
- Kawal Covid19. (2021). Jumlah Kasus di Indonesia Saat Ini. Diakses pada 31 Mei 2021. Retrieved from kawalcovid19: <https://kawalcovid19.id/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020, April 23). Hindari lansia dari *COVID-19*. Diakses pada 3 Februari 2021. Retrieved from KEMENKES PADK: <http://padk.kemkes.go.id/>
- Larasati, A. L., & Haribowo, C. (2020). Penggunaan Desinfektan dan Antiseptik Pada Pencegahan Penularan Covid-19 di Masyarakat. *Majalah Farmasetika*, 5(3), 137-145.
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Olympic Games. *Travel medicine and infectious disease*, 34, 101604.
- Purnamasari, I., & Febrianty, M. F. (2020). Adaptasi Latihan Judo di Masa Pandemi Covid-19. *JURNAL PENJAKORA*, 7(2), 151-159.
- Pradhan, P., Pandey, A. K., Mishra, A., Gupta, P., Tripathi, P. K., Menon, M. B., ... & Kundu, B. (2020). Uncanny similarity of unique inserts in the 2019-nCoV spike protein to HIV-1 gp120 and Gag. *BioRxiv*.
- Syahrial, M. (2020). *Buku Jago Beladiri*. Ilmu Cemerlang Group.
- Susanto, N. (2020). Pengaruh Virus Covid 19 Terhadap Bidang Olahraga di Indonesia. *Jurnal Stamina*, 3(3), 145-153.
- Zhu, W. (2020). Should, and how can, exercise be done during a coronavirus outbreak? An interview with Dr. Jeffrey A. Woods. *Journal of Sport and Health Science*, 9(2), 105–107. doi:10.1016/j.jshs.2020.01.005