



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 28%

Date: Monday, April 25, 2022

Statistics: 3940 words Plagiarized / 14098 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

ANALISIS HASIL TES ATLET CABANG OLAHRAGA ATLETIK PUSLATKOT KOTA KEDIRI
PADA MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN 2021 SKRIPSI Diajukan Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Pada Jurusan
Program Studi PENJAS OLEH : WIRIDANIA HIDAYATI MAKSUM NPM : 18.1.01.09.0001
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS) UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN
GURU REPUBLIK INDONESIA UN PGRI KEDIRI 2022

BAB I PENDAHULUAN LATAR BELAKANG Olahraga adalah kegiatan fisik bergerak yang secara continue bertujuan untuk menjaga tubuh, meningkatkan kualitas kesehatan dan kebugaran jasmani dan rohani seseorang, olahraga pun dapat digunakan untuk membentuk badan menjadi bagus dan ideal.

Olahraga mempunyai peran untuk memelihara kesehatan yang bisa dilakukan dengan menggunakan alat ataupun tidak menggunakan alat, selain itu dapat dilaksanakan di manapun berada baik di area outdoor dan indoor dengan perlengkapan bahkan tanpa perlengkapan secara berirama (koordinasi mata, tangan kaki serta seluruh tubuh). Tidak hanya itu, olahraga sebagai kebugaran jasmani yang bisa dipertandingkan, di perlombakan dan aktivitas lainnya untuk memperoleh kemenangan prestasi yang optimal. Perkembangan olahraga di wilayah Indonesia sudah tersebar cabang olahraga yang sangat pesat dan merupakan salah satu alat penunjang prestasi untuk kemajuan bangsa.

Sistem pembangunan olahraga tidak dapat dilakukan secara instan, akan tetapi membutuhkan totalitas dan komitmen untuk membina olahraga secara sistematis dan berkesinambungan. Adanya totalitas dan komitmen dalam pembinaan olahraga dapat menghasilkan output prestasi yang baik dan dapat ditentukan oleh input kualitas proses pembinaan yang terjadi. Olahraga prestasi merupakan suatu yang tampak terukur, artinya pembinaan olahraga dilakukan secara ilmiah dari pemanduan bakat hingga proses pembinaan.

Dalam Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab 1 Pasal 20 ayat 30 menyatakan bahwa Olahraga prestasi merupakan kebanggaan, meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa tingkat daerah, nasional bahkan internasional. Olahraga 1

prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan yang terencana dan berkelanjutan dengan dukungan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) keolahragaan (Kemenpora, 2010). Kota Kediri tidak bisa dianggap remeh, banyak prestasi yang dimiliki Kota Tahu ini baik di bidang pariwisata, industri, seni dan olahraga.

Dalam bidang olahraga yang masih tidak bisa dilupakan adalah prestasi para atlet Kota Kediri yang berhasil meraih posisi ke-2 dalam ajang Pekan Olahraga Provinsi Jawa Timur VI (PORPROV JATIM VI) di Bojonegoro, Gresik, Lamongan dan Tuban. Kota kecil ini telah memburu medali dengan perolehan 60 medali emas, 44 medali perak dan 49 medali perunggu. Sungguh prestasi sangat membanggakan diperoleh para patriot olahraga Kota Kediri yang tidak terduga mampu melampaui target dan bisa bersaing dengan kota-kota besar di event bergengsi ini yang rencana akan digelar tiap 2 tahun sekali.

Prestasi yang didapat Kota Kediri tidak serta merta datang didapat begitu saja. Dibutuhkan kerja keras, kerja sama dan perencanaan yang matang dengan sinergi yang baik antara pemerintah, pengurus pusat olahraga dan cabang olahraga masing-masing. Bahkan karena program yang dijalankan teratur, terstruktur dan terukur Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Kediri tergolong sangat sukses. "3 tahun sebelumnya kami menggelar PUSLATAKOT, dimana setiap minggu atlet berlatih selama 5 hari, begitu seterusnya sampai 3 tahun," kata Maria Karangoro selaku Ketua KONI Kota Kediri.

Melalui Pusat Latihan Kota (PUSLATAKOT) Kota Kediri ini atlet dan pelatih mendapatkan perhatian penuh dari pemerintah mulai dari bantuan berupa sarana dan prasarana dalam berlatih, serta bantuan dana berupa uang pembinaan yang dapat digunakan pelatih khususnya atlet untuk memenuhi kebutuhan selama berlatih, misalnya untuk membeli sepatu, vitamin ataupun lainnya yang bertujuan untuk melancarkan dan memenuhi kecukupan kegiatan latihan. Disebutkan oleh Ibu Maria, PUSLATAKOT yang panjang itu memang disiapkan KONI agar atlet dan pelatih bisa mengukur kemampuannya sebelum bertanding, karena hal itu sangat penting prestasi tidak bisa dikejar dengan

persiapan yang pendek apalagi instansi.

“Jadi hasil PUSLATAKOT itu sangat bermanfaat pada akhir kemampuan atlet juga ikut bertambah dan pelatih pun akhirnya bisa mengukur dalam pertandingan nantinya juga bisa meraih medali atau tidak,” terang Maria dihadapan 25 pengurus KONI Kota Kediri. PUSLATAKOT Kota Kediri sudah diadakan sejak tahun 2010 sebelum PORPROV III tahun 2011 yang bertempat Kota Tahu ini jadi tuan rumah pada saat itu. Dan kini hasil dari program PUSLATAKOT terlihat jelas dengan hasil meraih prestasi yang sangat baik di ajang PORPROV VI tahun 2019 kemarin.

Bahkan diantaranya ada beberapa cabang olahraga yang berhasil menjadi juara umum, sebut saja cabang olahraga Angkat Besi, Angkat Berat dan Atletik. Salah satu cabang olahraga yang berperan dalam menentukan ukuran kemajuan prestasi olahraga adalah cabang olahraga atletik (Kemenpora RI, 2014 : 1). Sungguh prestasi yang sangat membanggakan yang diraih oleh cabang olahraga Atletik yang awalnya saja menargetkan 7 medali emas, namun diluar dugaan dengan total perolehan medali yang diraih para atlet atletik adalah 12 medali emas, 5 perak dan 5 perunggu.

Atletik adalah salah satu cabang olahraga yang paling tua dari pada cabang-cabang olahraga lainnya (Sugito, 1993). Berdasarkan sejarah, atletik itu dinamakan “induk dari semua cabang olahraga”. Hal ini dapat dipahami, karena sebagai gerakan-gerakan yang terdapat dalam cabang olahraga atletik seperti : jalan, lari, lompat dan lempar. Semuanya itu merupakan gerakan manusia sehari-hari dan merupakan gerakan dasar untuk cabang-cabang lainnya. Berdasarkan sejarah kita kembali ke zaman klasik-purba dimana atletik dilakukan orang dalam bentuk olahraga yang rapi teratur. Sepanjang perkembangannya program atletik telah mengalami perubahan, pembaharuan, namun tidak selalu dalam keadaan yang rasional.

Misalnya jarak-jarak untuk perlombaan standar ditentukan dari ukuran mil Inggris, selain itu setiap kekhususan memiliki sumber awal yang berbeda-beda. Atas dasar itu atletik merupakan sport ganda yang berisikan berbagai macam test yang berbeda metode pelaksanaannya daripada tuntutan-tuntutan pelaksanaan yang diperlukan. Disebabkan oleh tradisinya, lingkungan yang

universal, prestisnya dan juga luasnya lingkungan "skill and qualities" yang dimiliki, ini merupakan olahraga dasar yang paling baik.

Atletik menyediakan arena kegiatan riset dan percobaan tentang manusia dengan keuntungan bahwa kemampuan yang dibuat dapat dicatat secara tepat (teratur waktu dan jarak). Oleh karenanya bidang ilmiah yang berhubungan dengan olahraga atletik ini menjadi sangat luas dan sangat beraneka ragam. Lahirnya seorang juara, sebagai contoh pembinaan atletik yang berhasil, dan merupakan suatu prestasi maksimal yang dapat dicapai oleh manusia.

Seperti halnya seorang pemecah rekor dunia, sekalipun ada orang lain yang memiliki mutu potensi yang lebih tinggi tetapi tidak/kurang terlatih, maka prestasinya merupakan batas tertinggi di dunia atletik yang diukur/ditentukan atas ruang dan waktu. Penelitian ilmiah yang mempertemukan antara pengalaman dalam praktek dan perkembangan alami/wajar, membuat dunia atletik berkembang menuju ke suatu taraf yang tidak diimpikan sebelumnya. Namun proses ini tidak harus menghalalkan cara yang tujuannya mencapai suatu rekor dengan mengorbankan pelakunya.

Keberhasilan pembinaan prestasi cabang olahraga atletik memerlukan berbagai faktor pendukung, diantaranya adanya peningkatan kualitas dalam pelatihan dan pembinaan olahraga atletik. Hal ini dipertegas bahwa keberhasilan pembinaan prestasi olahraga atletik tidak dapat dicapai dengan spekulatif. Dukungan lainnya seperti program latihan yang terstruktur, pelatih yang berkualitas, sarana dan prasarana, serta organisasi melalui suatu wadah.

Namun adanya virus baru yang pertama kali muncul di Indonesia bulan Maret tahun 2020 yang disebabkan oleh sebuah virus yang disebut Corona Virus Disease – 19 (COVID-19). Dampak dari virus ini sangat terlihat jelas di berbagai sektor yang terpaksa dihentikan bahkan ditutup total. Pemerintah banyak mengeluarkan kebijakan yang dibuat terkait penanganan virus ini, seperti anjuran masyarakat agar tetap dirumah saja (stay at home), physical and social distancing, Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan masih banyak lagi kebijakan pemerintah dengan harapan dapat meminimalisir penyebaran virus di Indonesia.

Dampak adanya COVID-19 ini dirasakan di dunia olahraga, semua event olahraga di tunda bahkan terpaksa dibatalkan.

Seperti PORPROV VII yang sebenarnya akan dilaksanakan tahun 2021 ini ditunda tahun 2022 dengan ketentuan usia maksimal kelahiran tahun 2000. Untuk Pusat Latihan Kota (PUSLATAKOT) Kota Kediri masih berlanjut, kesehatan dan keselamatan atlet untuk saat ini adalah fokus utama untuk pelaksanaan PORPROV VII tahun 2022 nanti dengan mematuhi prosedur protokol kesehatan. Dengan latihan terbatas dan tidak maksimal menjadikan masalah dengan prestasi atlet yang terukur ini patut dipertanyakan.

Peneliti mengambil data terakhir tes prestasi sebelum adanya virus ini masuk di Indonesia dengan patokan beberapa event yang pernah dilaksanakan, dan data hasil tes prestasi selama pandemi COVID-19 ini yang diadakan oleh pengurus cabang olahraga atletik. Dan oleh sebab itu perlu segera memanfaatkan hasil olahraga akan terwujud manakala bisa memanfaatkan hasil penelitian tersebut untuk memperoleh data guna mengetahui prestasi olahraga. Pada dasarnya prestasi suatu cabang olahraga akan dapat dicapai bila pandai memanfaatkan hasil penelitian dan ilmu pengetahuan yang ada dengan cara penerapan yang tepat hasil-hasil penelitian.

Dengan pertimbangan tersebut, maka menjadi alasan yang tepat dari peneliti untuk melakukan penelitian dalam masa pandemi COVID-19 ini. Dari latar belakang tersebut, peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul "Analisis Hasil Tes Atlet Cabang Olahraga Atletik PUSLATAKOT Kota Kediri Pada Masa Pandemi COVID-19 Tahun 2021". IDENTIFIKASI MASALAH Berdasarkan dari uraian pemikiran latar belakang masalah diatas, maka terdapat beberapa masalah yang dapat diteliti.

Sehingga peneliti mengajukan penelitian tersebut dapat diidentifikasi permasalahan adalah belum diketahui bahwa selama ini pada proses pembinaan cabang olahraga atletik belum diketahui hasil tes prestasi atlet selama melakukan

latihan sebelum dan selama pandemi hingga saat ini. Dari hal tersebut peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan tujuan didapatkan gambaran hasil secara nyata tentang bagaimana tes prestasi atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri sebelum dan selama masa pandemi COVID-19.

PEMBATASAN MASALAH Berdasarkan latar belakang dan identifikasi permasalahan yang ada, maka penulis memberikan batasan permasalahan yang akan diteliti adalah : Hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri sebelum dan selama masa pandemi COVID-19. Dengan batas usia kelahiran tahun 2000 pada nomor lari 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 110 m gawang, 400 m gawang, lompat jauh, lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru dan lontar martil. Prestasi hasil tes dijadikan acuan tolak ukur evaluasi untuk atlet dan pelatih, tidak menutup kemungkinan akan berubah dengan seiring berjalannya program latihan kedepannya menuju event PORPROV VII tahun 2022 dengan prestasi yang meningkat lebih baik.

RUMUSAN MASALAH Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : Bagaimana hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri sebelum masa pandemi COVID-19 ? Bagaimana hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri selama masa pandemi COVID-19 ? **TUJUAN PENELITIAN** Sesuai dengan rumusan masalah diatas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu : Untuk mengetahui hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri sebelum masa pandemi COVID-19.

Untuk mengetahui hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri selama masa pandemi COVID-19.

MANFAAT PENELITIAN Dari hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan dapat digunakan sebagai ilmu pengetahuan dan bahan informasi tentang program dan pola pembinaan prestasi pada cabang olahraga atletik di PUSLATAKOT Kota Kediri. Manfaat secara teoritis Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya dengan harapan bisa dijadikan acuan untuk menjadi lebih baik kedepannya. Penelitian ini dapat memberikan gambaran nyata dan menambah wawasan ilmu pengetahuan berguna sebagai bahan informasi mengenai hal-hal yang belum diketahui tentang hasil tes prestasi atlet yang telah mendapatkan pembinaan selama pandemi COVID-19 dari PUSLATAKOT Kota Kediri. Manfaat secara praktis Bagi atlet, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang hasil prestasi dari masing-masing individu agar bisa menjadi bahan evaluasi dalam berlatih nantinya.

Bagi pelatih, peneliti ini diharapkan sebagai pedoman awal dari data atlet untuk membuat program latihan sehingga dapat meningkatkan prestasi dengan maksimal oleh setiap individu. Bagi peneliti, dengan penelitian ini diharapkan peneliti mendapatkan pengalaman baru di bidang penelitian. Selain itu, dapat digunakan sebagai wawasan dan pengetahuan tentang analisis prestasi atlet.

BAB II KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS KAJIAN TEORI Prestasi Olahraga di Kota Kediri Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap manusia, dengan berolahraga orang bisa mendapatkan kesehatan jasmani, kesegaran yang meliputi kesegaran tubuh untuk beraktivitas dengan baik dalam setiap harinya yang dapat juga mengolah tubuh menjadi lebih sehat dan bugar, sehingga dapat meningkatkan produktivitas.

Di sisi lain olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi baik secara individu maupun kelompok. Secara umum pengertian olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga kualitas kesehatan seseorang baik jasmani dan rohani. Saat ini olahraga merupakan salah satu fenomena yang mendunia dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan bermasyarakat, apalagi di masyarakat Kota Kediri yang sudah menjadi sarana strategi untuk membangun pembinaan olahraga yang sistematis yang berkualitas sumber daya manusia yang dapat diarahkan untuk meningkatkan pengendalian diri, tanggung jawab, disiplin, sportivitas yang dapat memperoleh prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan Nasional.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) tahun 2016 dijelaskan bahwa prestasi merupakan hasil yang telah dicapai dari yang telah dilakukan, dikerjakan dan sebagainya. Prestasi olahraga merupakan olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan. Melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan yang dapat optimal dengan pembinaan yang baik.

Prestasi mendefinisikan suatu konstruk secara subjektif keberhasilan atau 8

kegagalan untuk mencapai tujuan prestasi pada penilaian subjektif individu atas hasilnya. Saat ini persaingan olahraga prestasi semakin ketat, bukan lagi milik perorangan atau pun beregu dalam olahraga saja, melainkan sudah menyangkut harkat dan martabat suatu bangsa. Dalam pencapaian prestasi suatu olahraga menggambarkan hubungan antara pemerintah dan masyarakat olahraga berjalan dengan baik.

Itulah cara dan upaya dilakukan oleh suatu daerah mengupayakan atletnya menjadi juara di berbagai event besar perlombaan olahraga seperti PORPROV bahkan PON. Sistem Keolahragaan Nasional di Indonesia sendiri memiliki organisasi olahraga yang diakui oleh Negara yaitu Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). Diterangkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 03 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menjelaskan "bahwa olahraga merupakan bagian dari proses dan pencapaian tujuan pembangunan nasional sehingga keberadaan dan peranan olahraga dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara harus ditempatkan pada kedudukan yang jelas dalam sistem hukum nasional."

Olahraga prestasi memang bisa diunggulkan untuk memperoleh prestasi sehingga menjadi unggulan seperti dalam menentukan olahraga unggulan harus didukung berdasarkan Undang-Undang Sistem Keolahragaan tahun 2005 pasal 34 ayat 2, telah ditetapkan menjadi 10 variabel yang telah diterapkan ; atlet, pembinaan usia dini, sekolah, latihan, kompetensi, pelatih IPTEK keolahragaan, dana, jaminan masa depan, organisasi profesional. Di Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 34 ayat 2 disebutkan, "Pemerintah Kabupaten/Kota wajib mengelola sekurang-kurangnya satu cabang olahraga unggulan yang bertaraf Nasional maupun Internasional."

Untuk meningkatkan efektifitas pembinaan olahraga, diperlukan keberanian membuat keputusan dalam hal penetapan prioritas dalam olahraga yang dibina dan diikutsertakan dalam multi event. Keikutsertaan Kota Kediri tidak sekedar untuk berpartisipasi, tetapi harus berprestasi. Hal ini dapat meningkatkan daya saing dalam pembinaan cabang-cabang

olahraga, khususnya cabang olahraga prioritas akan berdampak pada sistem pembinaan secara keseluruhan mulai dari tingkat daerah sampai tingkat internasional.

Dalam peningkatan prestasi Kota Kediri terus melakukan pembinaan olahraga melalui pencarian dan pemantauan minat, bakat, pembibitan sampai pelatihan olahraga prestasi yang didasari pada pengalaman, ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) secara efektif dan efisien dalam peningkatan kualitas organisasi keolahragaan yang baik. Keberhasilan olahraga prestasi tidak lepas dari aspek-aspek yang mendukung sistematis pembinaan yang mengerucut. Pada Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 telah disebutkan pada pasal 17 tentang, "ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi."

Olahraga prestasi memiliki peran penting untuk dikembangkan, pada dasarnya tujuan olahraga prestasi adalah prestasi setinggi-tingginya. Namun, sebenarnya sasaran utama dalam berolahraga tidak hanya sekedar prestasi, tetapi membangun karakter dan budaya bangsa agar memahami kebutuhan tentang berolahraga agar bangsa ini menjadi bangsa yang besar dan memiliki kebugaran jasmani yang tinggi. Undang-Undang tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 13 tahun 2006 menyebutkan, "olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan."

Dalam Undang-Undang tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 23 tahun 2006 menyebutkan, "pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan olahraga." Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) tahun 2021 dijelaskan bahwa pembinaan merupakan usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara efisien dan efektif untuk memperoleh hasil yang lebih baik. Kota Kediri salah satu daerah di Jawa Timur yang turut memberikan

kontribusinya dalam memajukan olahraga dengan atlet-atlet di Kota Kediri yang mampu bersaing dan berprestasi dalam kejuaraan di Daerah, Nasional maupun Internasional.

Seiring dengan perkembangan pendudukan yang semakin banyak dan prestasi di olahraga semakin pesat dengan olahraga unggulan seperti cabang olahraga atletik, angkat besi, angkat berat, wushu, muangthai dan masih banyak lagi cabang olahraga yang berpeluang memberikan prestasi di Kota Kediri. Wilayah Kota Kediri Jawa Timur yang terletak di 130 km sebelah barat daya Kota Surabaya, merupakan kota terbesar ketiga setelah Kota Malang menurut penduduknya. Kota Kediri memiliki luas wilayah 63,40 km² dan seluruh wilayahnya berbatasan langsung dengan Kabupaten Kediri. Kota Kediri terbelah oleh sungai Brantas yang membujur dari selatan ke utara sepanjang 7 km, dengan pendudukannya kurang lebih 294.950 jiwa berdasarkan data registrasi Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Kediri pada tahun 2020.

Kota yang terkenal Kota Tahu Kuning Takwa ini juga memiliki salah satu pusat pabrik rokok kretek terbesar di Indonesia yaitu pabrik rokok Gudang Garam yang berdiri dan berkembang sampai saat ini. Gambar 2. 1 Denah Geografis Kota Kediri (Profil Kota Kediri, 2017)

Pembinaan atlet sangat memerlukan penanganan yang hati-hati dalam membina itu berkaitan dengan pembangkitan potensi dengan mewaspadaikan efek yang tidak baik dari latihan yang bisa mematikan potensi diri sebelum berkembang mencapai puncaknya.

Dengan adanya pembinaan olahraga ini adalah bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia, ditinjau pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Bahwa keberhasilan pembinaan prestasi atlet yang sistematis, terpadu, terarah dan terprogram dengan jelas dapat dilihat dari beberapa faktor yang mempengaruhi. Adanya latihan yang terprogram akan mendukung suatu prestasi yang diinginkan yang tidak bisa lepas dari berbagai program latihan pembinaan prestasi cabang olahraga dengan pembinaan yang teratur, sistematis, terprogram dan berkesinambungan dengan pendekatan IPTEK yang diterapkan dalam program latihan untuk meningkatkan kemampuan atlet. Peningkatan kemajuan dalam bidang olahraga harus diimbangi dengan peningkatan sumber daya manusia (Dandarstuti Utami, 2015 : 53).

Dalam upaya pembinaan prestasi dalam cabang olahraga perlu perencanaan yang terarah, menggunakan sistem piramida yang meliputi permasalahan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi tertinggi. Dari definisi diatas dapat diartikan bahwa Kota Kediri dalam pembinaan olahraga dengan usaha yang dilakukan secara sistematis, terencana, berjenjang dan berkelanjutan untuk mencapai tujuan dalam bidang keolahragaan untuk memperoleh hasil yang maksimal. Untuk mencapai prestasi yang maksimal dengan usaha pembinaan harus dilakukan dengan menyusun strategi dan perencanaan rasional sebagai usaha peningkatan kualitas serta mempunyai program terstruktur dengan baik.

Oleh karena itu, penting dengan dukungan latihan secara sistematis dan continue sebagai langkah mencapai prestasi pembinaan olahraga. Hal tersebut penting dalam program pembinaan yang tercapai dan tepat sasaran yaitu pencapaian prestasi yang maksimal dengan baik.

Cabang Olahraga Atletik adalah cabang olahraga yang wajib diselenggarakan pada ajang olahraga multi event, hal ini mengingat sejarah umur olahraga atletik saat ini sama tuanya dengan mulai adanya manusia yang pertama di dunia.

Atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu "Athlon" yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan dan perjuangan sedangkan orang yang melakukannya dinamakan athlete (atlet). Atletik yang juga disebut "mother of sport" ibu atau induk dari semua cabang olahraga yang paling tua yang terdiri dari nomor lomba jalan, lari, lompat dan lempar (Sukirno, 2010 : 22). Selanjutnya Eri Priatna (2008) menyatakan bahwa "sebagian besar kegiatan atletik dilakukan di lintasan dan lapangan, orang Inggris menyebut atletik dengan sebutan track and field sport. Track artinya lintasan dan field artinya lapangan."

Atletik berisikan latihan fisik yang lengkap menyeluruh dan mampu memberikan kepuasan kepada manusia atas terpenuhi dorongan naluri untuk bergerak, namun tetap mematuhi suatu disiplin dan aturan main. Keberadaannya ini dijadikan sebagai indikasi peningkatan prestasi dalam bidang olahraga, berbagai upaya diterapkan untuk mencapai hasil lebih baik untuk meningkatkan prestasi. Terbukti banyak bermunculan atlet-atlet dari kota dan kabupaten yang berada di Jawa Timur yang berpotensi meraih prestasi di tingkat daerah, nasional maupun internasional.

Pada zaman purba, gerakan-gerakan yang terdapat di olahraga atletik seperti : jalan, lari, lompat dan lempar dilakukan untuk mencari nafkah serta mempertahankan hidup. Selain itu gerakan-gerakan tersebut merupakan alat pembantu guna membela diri dalam menghadapi lawan dari serangan binatang buas maupun manusia purba lainnya yang berada di sekitarnya. Jadi hal ini dapat dipahami, bahwa gerakan-gerakan yang terdapat dalam cabang olahraga atletik merupakan gerakan sehari-hari bahkan pembawaan manusia sejak lahir.

Pada pesta besar olahraga sejak olimpiade kuno sampai saat ini, atletik selalu menjadi salah satu acara pokok yang dipertandingkan.

Gerakan-gerakan dalam cabang olahraga atletik merupakan gerakan dasar untuk cabang olahraga lainnya, seperti : sepak bola, basket, bulu tangkis dan sebagainya. Tentu saja untuk mencapai suatu prestasi yang tinggi dari tiap- tiap cabang olahraga masih banyak unsur-unsur yang diperlukan dalam pembinaannya.

Cabang olahraga atletik di Indonesia telah dilakukan sejak zaman penjajahan Belanda dan Jepang, walaupun tidak merata pada masyarakat Indonesia. Lahirnya seorang juara sebagai contoh pembinaan atletik yang berhasil, merupakan suatu prestasi maksimal yang dapat dicapai oleh manusia. Seperti halnya pemecah rekor dunia, sekalipun ada orang lain yang memiliki mutu potensi yang lebih tinggi, tetapi tidak atau kurang terlatih maka prestasinya merupakan batas tertinggi di dunia atletik yang diukur atau ditentukan atas ruang dan waktu.

Cabang olahraga atletik merupakan olahraga yang tumbuh dan berkembang bersama dengan kegiatan secara alami manusia. Cabang olahraga atletik terdiri dari beberapa nomor, yaitu : jalan, lari, lompat dan lempar yang memiliki pengembangan event seperti nomor jalan yaitu jalan cepat, untuk nomor lari yang terdiri dari : lari pendek (lari cepat), lari menengah, lari jauh, lari maratho dan lari gawang. Pada nomor lompat terdiri dari : lompat jauh, lompat jangkit, lompat tinggi dan lompat tinggi galah. Sedangkan pada nomor lempar terdiri dari : lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru dan lontar martil.

Adapun nomor tambahan yaitu lari halang rintang (steeple-chase) dan lari estafet (lari sambung). Di event- event cabang olahraga atletik nomor lomba tersebut dapat diperlombakan di berbagai kejuaraan baik di tingkat daerah, provinsi, nasional hingga internasional. Di Kota Tahu ini ada beberapa dengan pusat pembinaan cabang olahraga unggulannya yaitu : atletik, angkat besi, angkat berat, renang, wushu dan beberapa olahraga individu lainnya. Cabang olahraga atletik merupakan salah satu andalan Kota Kediri yang mendapatkan banyak pundi medali dan mendapatkan juara umum di cabang olahraga atletik setiap event besar di Jawa Timur.

Seperti contoh PORPROV VI tahun 2019 kemarin

telah melampaui target, yang awalnya hanya target 7 emas dan telah meraih 12 emas, 5 perak dan 5 perunggu. Gambar 2. 2 Tim Atlet Atletik Kota Kediri usai menjadi juara umum (RSS Feed, 2019) Cabang olahraga atletik merupakan andalan Kota Kediri, oleh karena itu bantuan pembinaan yang diberikan Pemerintah melalui KONI Kota Kediri ini sangat mendukung sekali terhadap perkembangan prestasi atletik di Kota Kediri.

Atlet atletik Kota Kediri tidak pernah absen dari perlombaan seperti Kejurda Atletik, Kejurnas Atletik, POPDA, POPNAS, POMNAS, PORPROV dan PON untuk mengirimkan atlet yang berprestasi membawa pundi medali dengan hasil kemajuan prestasi yang cukup baik di Kota Kediri.

PUSLATKOT Kota Kediri Pekan Olahraga Kota Kediri (PORPROV) yang bertempat di Jember, Lumajang, Situbondo dan Bondowoso akan diselenggarakan pada bulan Juli tahun 2022 yang akan datang membuat daerah di Jawa Timur melaksanakan persiapan dari pembinaan atlet dan program latihan. Kota Kediri yang sudah memberikan kepercayaan dalam bidang pembinaan prestasi olahraga kepada KONI Kota Kediri terus melakukan peningkatan performa atletnya yang akan mengirim beberapa cabang olahraga.

KONI Kota Kediri dengan membentuk Pusat Latihan Kota (PUSLATKOT) yang berisikan atlet-atlet yang terpilih peluang memberikan medali bagi Kota Kediri, termasuk cabang olahraga atletik menjadi unggulan selalu menjadi juara umum setiap event Jawa Timur dan memberikan banyak pundi medali emas. Selain itu, KONI Kota Kediri melakukan evaluasi untuk memantau perkembangan pembinaan prestasi di setiap cabang olahraga dari program pelaksanaan yang telah dilaksanakan pelatih dan atlet dengan mengintensifkan Pusat Latihan Kota (PUSLATKOT).

Ibu Maria selaku Ketua KONI Kota Kediri menjelaskan, "dari hasil evaluasi yang terbuka dan transparan akan dibicarakan dengan rapat bersama dengan seluruh cabang olahraga." Selama PUSLATKOT berjalan, KONI Kota Kediri terus melaksanakan tugasnya yang akan dibantu oleh Tim Monitoring dan Evaluasi (MONEV). Tim monev yang bertugas sebagai pemantau pembinaan pelatih dan atlet setiap melakukan program latihan, ujian tanding dan tes yang diselenggarakan di setiap cabang olahraga masing-masing.

Dari situ nanti akan didapatkan hasil yang menjadi bahan evaluasi dan tolak ukur pelaksanaan perbaikan program latihan ataupun dengan cara mendegradasi atlet dengan atlet yang dirasa memiliki prestasi lebih baik. Hal itu, terlihat dalam PORPROV tahun 2019 dengan hasil atlet dari Kota Kediri sangat memuaskan mampu di peringkat 2.

Atletik Kota Kediri pada masa Covid-19 Apa itu Corona Virus Disease-19 (COVID-19) ? Suatu virus jenis baru yang menyerang melalui saluran pernafasan dengan masa inkubasi sampai munculnya penyakit sekitar 3-7 hari (PDPI, 2020).

World Health Organization (2019) mengungkapkan virus corona menyebabkan flu biasa dan dapat menyebabkan penyakit flu yang lebih serius, seperti sindrom pernafasan yang terjadi di Timur Tengah (MERS-CoV) dan sindrom pernafasan akut (SARS-CoV). Virus corona ini bersifat zoonosis, penyakit menular melalui hewan, investigasi telah mendapatkan kasus SARS-CoV melalui hewan dan ditularkan ke manusia (2002), serta MERS-CoV dari hewan unta ke manusia (2012). Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia menginformasikan dari beberapa kasus yang diawali Badan Kesehatan Dunia World Health Organization (WHO) pada tanggal 31 Desember 2019 menyatakan, "bahwa kluster pneumonia dengan etimologi yang tidak begitu jelas di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China." Menurut WHO (2020), COVID-19 dapat menular pada saat kontak fisik secara langsung.

Untuk dapat mengatasi penularan, WHO menyarankan untuk sering mencuci tangan, memakai masker, serta membersihkan, mendesinfeksi permukaan, membatasi jarak dengan orang dan menghindari orang yang sedang kurang sehat (sakit). Semenjak awal munculnya pada akhir tahun 2019 Corona Virus Disease-19 (COVID-19) menyebabkan perubahan pada seluruh aspek kehidupan. Dampak timbulnya virus ini terlihat di berbagai sektor industri yang terpaksa diberhentikan. Tidak hanya itu saja, dunia pendidikan turut melakukan pencegahan penularan virus ini dengan melakukan segala kegiatan pembelajaran melalui daring.

Pada bulan Maret 2020 pandemi COVID-19 penyebaran penyakit dengan cepat telah merubah segala kehidupan sehari-hari di Indonesia dan telah terdaftar sebagai pandemi global. Menteri Kesehatan dan banyak pemerintah mengeluarkan kebijakan dibuat terkait penanggulangan virus ini, seperti anjuran untuk masyarakat agar stay safe healthy, stay at home dan physical social distancing. Ada juga kebijakan Pemberlakuan

Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), dengan harapan dapat meminimalisir penyebaran virus corona di Jawa-Bali.

Sebelum pelaksanaan PPKM, pemerintah telah melaksanakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang berlangsung di seluruh wilayah Indonesia. Perubahan aktivitas yang telah menjadi rutinitas di keseharian, sehingga diwajibkan untuk menjaga jarak, belajar dan bekerja dari rumah. Untuk menghindari agar tidak terjangkau masyarakat dihimbau untuk menghindari keramaian, mengikuti protokol kesehatan, tetap tenang dan tidak panik selama pandemi terjadi.

Sebagai usaha pencegahan penyebaran COVID-19 sementara untuk menghentikan kegiatan yang berpotensi menimbulkan kerumunan massa. Dalam sektor olahraga merasakan dampak penyebaran virus corona ini membuat semua event olahraga ditunda bahkan terpaksa dibatalkan dengan alasan keselamatan dan kesehatan. Tak hanya itu, COVID-19 diperkirakan akan memiliki dampak serius dan tantangan besar untuk para atlet. Mereka berlatih jauh-jauh hari untuk persiapan pertandingan atau kejuaraan event. Tetapi, kerja keras serta harapan mereka seketika direbut paksa.

Sarana prasarana pelatihan dibatasi, bahkan ditutup. Sepanjang pandemi COVID-19 yang belum jelas kapan berakhirnya ini membuat para atlet atletik Kota Kediri terpaksa harus senantiasa menyesuaikan jadwal latihan. Bahkan, latihan sempat terletak di rumah (Training From Home) buat melindungi performa raga dengan sarana seadanya untuk menghindari penularan COVID-19. Mengingat pandemi Covid-19 yang berdampak terhadap atlet seperti, pembatasan latihan, masa isolasi dan penundaan bahkan pembatalan event pertandingan untuk menghindari penularannya virus dampak tersebut menjadi berjangka panjang yang sangat lama.

Minat terhadap latihan pada atlet semakin menurun tercermin dari identifikasi yang menunjukkan bahwa COVID-19 akan berdampak serius dan luas terhadap masyarakat. Strategi penting untuk mengatasi pencegahan dan penularan virus corona sulit untuk diterapkan, khususnya tindakan gaya hidup sehat, jaga jarak termasuk karantina.

Seorang atlet memiliki keunikan bakat, gaya dan kepribadian masing-masing, serta latar belakang kehidupan yang memiliki pengaruh khusus terhadap dirinya. Bahkan dalam cabang olahraga tertentu memiliki tampil individu bahkan kelompok.

Penting memberikan perhatian khusus pada atlet yang memiliki bakat untuk dapat memanfaatkan bahkan mengembangkan potensinya secara maksimal. Kecenderungan untuk membedakan atlet khusus unggulan memiliki kecenderungan untuk tidak merasakan dirinya memiliki kekurangan, dimana kemampuan yang dimiliki mampu dalam berbagai penampilan di perlombaan akan cenderung untuk mempertahankan harga dirinya. Dalam kondisi seperti ini peran pelatih sangat penting diperlukan yang memiliki tanggung jawab dalam mendidik atletnya untuk menghentikan penyebaran COVID-19, serta memotivasi atletnya di masa pandemi agar program latihan yang sudah terencana sejak awal tetap berjalan dengan baik. Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Kediri saat ini sudah menjalankan Pemusatan Latihan Kota (PUSLATAKOT) Kota Kediri dengan konsep New Normal.

Perlombaan yang rencana akan dilaksanakan tahun ini belum tentu akan berjalan seperti event yang ditunggu oleh para atlet Kota Kediri yakni PORPROV 2021 yang diperkirakan bulan Juli, banyak kemungkinan akan diundur tahun depan awal tahun 2022. Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) merupakan event olahraga yang digelar dua tahun sekali, di ikuti oleh seluruh atlet Jawa Timur dalam berbagai cabang olahraga. Salah satunya andalan dari Kota Kediri adalah cabang olahraga terukur yaitu atletik yang akan ditargetkan kembali meraih banyak medali emas pada PORPROV VII tahun 2022.

Pusat Latihan Kota (PUSLATAKOT) Kota Kediri pada PORPROV VI tahun 2019 bulan Juli kemarin telah berhasil menjadi juara umum kedua setelah menggeser Kota Malang dibawah urutan juara umum bertahan, yaitu Surabaya. Untuk mempertahankan gelar baru tersebut, PUSLATAKOT memutuskan kembali untuk mengadakan program latihan atlet tersebut sebagai persiapan untuk menghadapi PORPROV VII.

Tujuan utama melatih menjadi semakin jelas yaitu meningkatkan potensi atlet agar mampu tampil prima selama kompetisi berjalan, karena itu untuk melatih atlet diperlukan program latihan yang disusun secara ilmiah.

Harus diakui untuk mencetak atlet yang berkualitas bukan pekerjaan mudah, karena banyak hal penting yang harus menjadi pertimbangan. Di antaranya adalah penyusunan program latihan, metode yang akan digunakan pada setiap sesi latihan, volume, intensitas dan hasil akhir (peak performance) atlet yang berkualitas tepat pada hari, tanggal dan jam pertandingan atau kompetisi dimulai (Bastinus N. Matjan, 2009 : 65).

Pasurnay dan Sidik (2006 : 62-63) mengatakan bahwa, suatu periodisasi adalah perencanaan latihan dan pertandingan yang disusun sedemikian rupa sehingga kondisi puncak (peak performance) dicapai pada tanggal yang ditetapkan sebelumnya, kondisi puncak dicapai dengan memanipulasi volume dan intensitas latihan, suatu periodisasi latihan terdiri atas : periodisasi persiapan yang terdiri dari (periode persiapan umum dan periode persiapan khusus), periode pertandingan yang terdiri dari (periode pra pertandingan dan periode pertandingan utama) dan periode pemulihan ada juga yang menyebutkan periode transisi.

menjelaskan bahwa, sasaran latihan dari program latihan tahunan adalah untuk mencapai kondisi puncak agar prestasi maksimal dapat tercapai pada masa roda kompetisi yang paling penting berlangsung (Harsono, 2004). Setiap kegiatan latihan secara logis akan mengakibatkan perubahan yang bersifat anatomis, fisiologis dan psysis. Dalam hubungannya dengan kondisi puncak atau peak performance seorang atlet tentu tidak akan pernah terlepas dari upaya-upaya yang dilakukan dalam periode-periode latihan sebelumnya.

Efektivitas dari kegiatan latihan yang dilakukan sangat ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain adalah : frekuensi latihan, waktu efektif yang digunakan pada setiap sesi latihan, jumlah pengulangan dalam setiap sesi, beban, intensitas dan densitas latihan. Beberapa komponen yang secara langsung berpengaruh terhadap hasil latihan menurut Bompa (1994 : 75-91) yang secara ringkas penulis sajikan sebagai berikut : volume latihan yang dapat dilakukan dalam tiap

sesi latihan dengan waktu kerja efektif dan jumlah pengulangan suatu bentuk latihan atau elemen teknik dalam waktu tertentu, intensitas latihan lebih mengarah kepada berat atau ringannya kegiatan fisik yang dilakukan atlet dalam setiap sesi latihan pada umumnya berhubungan dengan satuan waktu dan kecepatan, dan densitas latihan yang berhubungan dengan waktu kerja dan waktu istirahat pengulangan kerja fisik antar unit latihan atau antara seri yang satu dengan yang lainnya.

Potensi kerja tinggi dan kecepatan pulih asal, berhubungan dengan kemampuan kerja organ tubuh untuk dapat melakukan kerja fisik yang berat saat latihan dan kemampuan organ untuk menyesuaikan diri atau mengatasi perubahan yang terjadi didalam tubuh akibat latihan berat dengan cepat (pulih asal). Seorang pelatih adalah seorang profesional, orang yang telaten, cermat dan memiliki wawasan ilmu kepelatihan yang luas (Bastinus N Matjan, 2009 : 69-70). Latihan kembali diadakan setelah beberapa bulan di tahun 2020 kemarin melakukan karantina untuk mengurangi penyebaran virus corona.

Keselamatan yang paling utama kini latihan yang diterapkan tetap wajib mengikuti protokol kesehatan, namun tidak mengurangi esensi program latihan guna mencapai kebugaran jasmani dan rohani yang optimal dan maksimal sebagai bekal pada event pertandingan atau perlombaan nanti. Adanya wabah virus corona ini menjadikan latar belakang penelitian hasil analisis tes prestasi olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri pada masa pandemi COVID-19 ini, seperti sekarang apakah mengalami sebuah kemajuan atau peningkatan maupun penurunan dibandingkan dari tes prestasi sebelum pandemi COVID-19 yang belum dikaji secara ilmiah dalam sebuah analisis data yang lengkap. Di samping itu menentukan parameter pendukung untuk proses rekrutmen atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri mengalami kesulitan.

Oleh karenanya, di dalam penelitian ini penulis mencoba menganalisis prestasi yang diperoleh atlet atletik dalam setiap tes prestasi yang dilakukan oleh pengurus PASI Kota Kediri. Agar penelitian menghasilkan data yang relevan, maka analisis akan difokuskan pada

nomor-nomor yang akan diikuti secara rutin oleh atlet PUSLATAKOT Kota Kediri dalam setiap event kejuaraan, seperti lari jarak pendek, lompat dan lempar, itupun yang paling banyak menyabet pundi-pundi medali emas yang membawa atlet atletik Kota Kediri pada PORPROV VI menjadi juara umum dan melampaui target awal hanya 6 emas menjadi 12 emas, sungguh pencapaian diluar dugaan yang sangat luar biasa.

Sehingga dari penjelasan tersebut sering kali pengurus, pelatih bahkan atlet mendapatkan kesulitan dalam menentukan kebijakan tentang program latihan untuk persiapan menuju event PORPROV VII dalam pandemi COVID-19.

KAJIAN HASIL PENELITIAN TERDAHULU Tabel 2. 1 Penelitian terdahulu yang relevan NO
_PENELITI _JUDUL _METODE _VARIABEL _HASIL _1. _Pandu Kresnapati, Danang Aji
Setyawan _Perkembangan Prestasi Atlet Atletik PPLP Jawa Tengah _Deskriptif Kuantitatif
_Variabel bebas : Prestasi Atlet Atletik _Prestasi Atlet Atletik : Nomor 100 m, 400 m,
4x100 m, lompat jauh dan lompatangkit putri terdapat peningkatan Nomor 200 m
putri terdapat penurunan prestasi _2.

_Jumadin IP, Rendra Syahputra _Analisis Olahraga Prestasi yang dapat di Unggulkan
Kabupaten Langkat _Deskriptif Kuantitatif _Variabel bebas : Olahraga Prestasi _Olahraga
Prestasi : Atlet (11 item) Pembinaan usia dini (5 item) Sekolah (10 item) Latihan (9 item)
Kompetisi (5 item) Pelatih (5 item) IPTEK Olahraga (6 item) Dana (5 item) Jasmani masa
depan (5 item) Organisasi profesional (4 item) _3. _Fajar Ramadani _Analisis Prestasi
Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Banyumas pada Pekan Olahraga Provinsi Jawa
Tengah tahun 2018 _Deskriptif Kuantitatif _Variabel bebas : Prestasi Olahraga Atletik
_Prestasi Olahraga Atletik : Pola pembinaan prestasi Sarana dan prasarana Pembinaan
prestasi menyaring pembibitan atlet _4.

_Muhammad Syaifuddin Abbas _Analisis Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Atletik
Kabupaten Jepara pada Pekan Paralympic Provinsi Jawa Tengah tahun 2013 dan 2018
_Deskriptif Kuantitatif _Variabel bebas : Pembinaan Prestasi _Pembinaan Prestasi :
Pembinaan prestasi Kualitas pelatih atletik Kualitas atlet Peranan orang tua _ _

KERANGKA BERFIKIR **Gambar 2.3** Bagan kerangka berfikir **Atlet Cabang Olahraga Atletik**
PUSLATAKOT Kota Kediri

Hasil Sebelum Masa Pandemi _Hasil Selama Masa Pandemi

Hasil Tes Keseluruhan Evaluasi Program Latihan Hasil Atlet Cabang Olahraga Atletik
PUSLATAKOT Kota Kediri

Prestasi menjadi tolak ukur untuk setiap cabang olahraga di berbagai daerah. Dengan memperoleh hasil yang mutlak setiap pengurus, pelatih dan atlet menjalankan program pembinaan latihan yang sudah terencana dengan baik.

Pembinaan yang baik maka akan berjalan dengan lancar dan teratur untuk menghasilkan atlet yang berprestasi membawakan nama Kota Kediri di tingkat daerah hingga tingkat Internasional. KONI Kota Kediri yang sudah lama menjalankan Pusat Latihan Kota (PUSLATAKOT) telah berhasil mencetak atlet yang berprestasi. Salah satunya dari cabang olahraga individu dan terukur yang banyak menghasilkan medali pada nomor perorangan, bahkan setiap atlet dapat berlomba lebih dari satu nomor atau merangkap.

Dengan adanya pandemi COVID-19 program pembinaan latihan yang sudah dilaksanakan terhenti beberapa bulan awal pandemi di Indonesia. Namun tidak menyurutkan semangat para pelatih dan atlet untuk melaksanakan latihan sesuai protokol kesehatan. Di sisi lain, ada kendala untuk melaksanakan program latihan seperti sarana prasarana yang terbatas dan menjalankan program latihan yang tidak maksimal. Dalam hal ini, program pembinaan atletik PUSLATAKOT Kota Kediri mengadakan tes prestasi pada atlet yang sudah tercatat di KONI Kota Kediri terpilih sebagai atlet PUSLATAKOT.

Dari hasil tes tersebut selama pandemi COVID-19, pengurus dan pelatih dapat mengetahui tingkat performa di setiap atlet dengan tolak ukur perbandingan prestasi sebelum pandemi COVID-19. Hasil keseluruhan tersebut bisa dijadikan acuan untuk mengevaluasi program latihan yang sudah terencana oleh pelatih untuk dilaksanakan pada setiap atletnya. Maka dari itu, untuk menyambut dan mempertahankan prestasi atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri di Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Jawa Timur tahun 2022 yang berisi atlet pilihan, peneliti ingin mengetahui dan membuktikan apakah atlet yang terpilih di cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri memiliki hasil terbaik di setiap tes prestasi selama pandemi COVID-19 ini.

BAB III METODE PENELITIAN IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN Variabel dapat dikatakan sebagai atribut dari suatu objek yang diteliti atau kegiatan tertentu yang sedang diamati. Variabel dari sebuah penelitian juga dapat dikatakan sebagai seluruh bentuk unsur yang ditetapkan oleh peneliti yang bertujuan untuk dipelajari sehingga dapat menghasilkan informasi dari objek yang sedang diteliti. Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, sehingga dapat diperoleh tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2017 : 38).

Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 118) variabel merupakan objek penelitian apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Secara teoritis variabel didefinisikan atribut seseorang sebagai objek yang mempunyai "variasi" antara satu orang dengan orang lain bahkan satu objek dengan objek lain dan menurut pendapat Suharsimi Arikunto (2010 : 161) variabel adalah objek penelitian yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini, variabel penelitiannya yaitu analisis prestasi atlet cabang olahraga atletik PUSLATKOT Kota Kediri digunakan untuk mengetahui prestasi sebelum dan selama pandemi COVID-19.

Indikatornya adalah dengan melakukan serangkaian tes prestasi di masa pandemi yang sudah diterapkan jadwal tes prestasi tersebut. **PENDEKATAN DAN TEKNIK PENELITIAN** Pendekatan Penelitian Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dimana peneliti lebih menekankan penilaian berupa angka atau fenomena yang sedang diamati. Metode penelitian ini dapat diartikan sebagai metode penelitian berlandaskan pada filsafat positif yang dapat digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu.

Teknik pengumpulan data 26

menggunakan instrument penelitian dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah diterapkan. Pendekatan penelitian kuantitatif ini akan memunculkan kesulitan saat mengontrol variabel-variabel lain yang dapat berpengaruh dalam proses penelitian secara langsung maupun tidak langsung. Untuk menciptakan validitas yang baik diperlukan kecermatan dalam proses pengambilan sampel, pengambilan data dan penentuan alat analisisnya. Teknik Penelitian Penelitian ini menggunakan teknik pendekatan kuantitatif.

Adapun pendekatan yang digunakan yaitu teknik deskriptif. Dengan demikian, jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, yang artinya suatu penelitian yang mempunyai tujuan mendapatkan gambaran yang nyata yang lebih jelas terhadap situasi-situasi sosial atau sesungguhnya dari objek penelitian dengan dukungan data-data berupa angka yang diperoleh dari hasil pengambilan data yaitu hasil tes yang akan dicapai, merencanakan pada pendekatan dan pengumpulan data sebagai bahan untuk membuat laporan.

Penelitian dengan pendekatan teknik deskriptif ini memberikan seperti yang diketahui dimaksud untuk mengeksplorasi dan mengklarifikasi sesuatu fenomena sosial dengan jalan mendeskripsikan beberapa variabel yang berkenaan dengan masalah dan objek yang sedang diteliti. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN Tempat Penelitian Mengingat letak tempat pelaksanaan penelitian tes prestasi dilaksanakan di Stadion Jala Krida Mandala AAL Bumimoro Surabaya pada saat KEJURDA Atletik Se-JATIM. Namun ada beberapa nomor di adakan tes sendiri, karena di Stadion Jala Krida Mandala Bumimoro Surabaya tidak ada alat dan keterbatasan waktu perlombaan, seperti nomor

POPULASI DAN SAMPEL Populasi Setiap penelitian harus mempunyai populasi, karena populasi mempengaruhi dan menentukan kesimpulan aspek penting dalam pelaksanaan hasil penelitian yang dilakukan. Selain itu, hasil penelitian akan memberikan manfaat bagi subjek dan objek penelitian sehingga tanpa adanya penetapan populasi berarti tidak ada kegiatan penelitian.

Populasi yang digunakan bahan dalam penelitian oleh peneliti ini adalah seluruh atlet atletik yang tercantum pada daftar PUSLTKOT Kota Kediri dengan jumlah 18 atlet putra dan putri. Sampel merupakan cara pengumpulan data yang dilakukan dengan mencatat populasi yang mewakili seluruh anggota populasi yang ada. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik sampel jenuh, dimana penentuan sampel yang diambil dari seluruh jumlah populasi yakni atlet yang berprestasi peluang medali berdasarkan prestasi yang diperoleh pada hasil tes prestasi di event-event sebelum masa pandemi dan PORPROV VI tahun 2019 yang usianya masih memenuhi syarat. Tabel 3.

2 Sampel penelitian Jenis Kelamin _Jumlah _ _Putra _9 _ _Putri _9 _ _Total _18 _ _

INSTRUMEN PENELITIAN Pengembangan Instrumen Sesuai dengan masalah yang ada, teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Dengan cara

melakukan observasi, selanjutnya mengidentifikasi masalah yang ada untuk masalah yang dikemukakan akan dilakukan sebuah pemecahan masalah melalui serangkaian tes prestasi yang telah disusun sedemikian rupa untuk mendapatkan gambaran secara nyata tentang bagaimana prestasi atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri selama masa pandemi COVID-19.

Validitas dan Reliabilitas Instrumen Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid. Instrumen yang valid menjadikan syarat mutlak untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid (Sugiyono, 2017 : 222). Instrumen atau tes yang digunakan oleh peneliti untuk mengetahui prestasi atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri yaitu sesuai nomor lomba spesialis yang akan diikuti oleh setiap atlet.

Berikut pelaksanaan tes prestasi yang akan dilakukan : Tabel 3. 3 Nomor Lomba No
_Nomor Lomba _Jenis Kelamin __1 _Lari 100 meter _Putra dan Putri __2 _Lari 200 meter
_Putra dan Putri __3 _Lari 400 meter _Putra dan Putri __4 _Lari 800 meter _Putra __5
_Lari 110 meter gawang _Putra __6 _Lari 400 meter gawang _Putra __7 _Lompat Jauh
_Putra __8 _Lempat Lembing _Putri __

9_Lempar Cakram_Putra dan Putri __10_Tolak Peluru_Putra dan Putri __11_Lontar Martil_Putri __ Nomor lari Lari jarak pendek (100 m, 200 m dan 400 m) Tujuan : Atlet harus fokus pada pencapaian dan mempertahankan kecepatan lari maksimal.

Perlengkapan : Lintasan lari, garis start, garis finish, kun, start blok, stopwatch, bendera start, peluit, alat tulis dan blangko tes.

Pelaksanaan : Tempatkan dan pasang start blok sesuai kenyamanan atlet, Permulaan posisi persiapan mengikuti aba-aba wasit lari, Pertama ada aba-aba posisi "bersedia" dengan start jongkok, Lalu posisi "siap" tanpa melakukan lari, Kemudian saat melakukan lari wasit memberi aba-aba "ya" dan para atlet yang mengikuti lomba berlari secepat mungkin menuju garis finish, Pengambilan waktu dilakukan pada saat wasit mengangkat bendera, dan Apabila ada atlet yang mencuri garis start akan diberhentikan dan diulang kembali. Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah waktu yang dicapai dengan catatan waktu tercepat para atlet menuju garis finish.

/ Gambar 3.

1 Lari Jarak Pendek (Didik Zafar Sidik, 2017) 110 m gawang dan 400 m gawang Tujuan : Atlet harus fokus pada pencapaian dan mempertahankan kecepatan lari maksimal untuk melewati gawang dengan baik. Perlengkapan : Lintasan lari, garis start, garis finish, kun, start blok, gawang, stopwatch, bendera start, peluit, alat tulis dan blangko tes. Pelaksanaan : Tempatkan dan pasang start blok sesuai kenyamanan atlet, Permulaan posisi persiapan mengikuti aba-aba wasit lari, Pertama ada aba-aba posisi "bersedia" dengan start jongkok, Lalu posisi "siap" tanpa melakukan lari, kemudian saat melakukan lari wasit memberi aba-aba "ya" dan para atlet yang mengikuti lomba berlari secepat mungkin melewati gawang menuju garis finish, Pengambilan waktu dilakukan pada saat wasit mengangkat bendera, dan Apabila ada atlet yang mencuri garis start akan diberhentikan dan diulang kembali. Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah waktu yang dicapai dengan catatan waktu tercepat para atlet menuju garis finish.

/ Gambar 3.

2 Lari Gawang (Didik Zafar Sidik, 2017) Lari jarak menengah (800 m) Tujuan : Atlet harus fokus pada pencapaian dan mempertahankan lari maksimal dengan mengoptimalkan penyebaran energi. Perlengkapan : Lintasan lari, garis start, garis finish, kun, stopwatch, bendera start, peluit, alat tulis dan blangko tes. Pelaksanaan : Permulaan posisi persiapan mengikuti aba-aba wasit lari, Pertama ada aba-aba posisi "bersedia" dengan start berdiri, Kemudian saat melakukan lari wasit memberi aba-aba "ya" dan para atlet yang mengikuti lomba berlari secepat mungkin menuju garis finish, Pengambilan waktu dilakukan pada saat wasit mengangkat bendera, dan Apabila ada atlet yang mencuri garis start akan diberhentikan dan diulang kembali.

Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah waktu yang dicapai dengan catatan waktu tercepat para atlet menuju garis finish.

/ Gambar 3.3 Lari Jarak Menengah (Didik Zafar Sidik, 2017) Nomor lompat Lompat jauh Tujuan : Atlet harus fokus mencapai jarak tempuh lompatan terjauh dengan maksimal. Perlengkapan : Lintasan lompat jauh, bak area lompat, papan tolakan, meteran, skop perata pasir, kun, stopwatch, bendera sah/tidaknya lompatan, alat tulis dan blangko tes.

Pelaksanaan : Fase awalan atlet melakukan akselerasi dengan kecepatan maksimal yang dapat dikontrol, Fase tolakan lompatan menghasilkan kecepatan vertikal dan meminimalkan hilangnya kecepatan horizontal, Fase melayang atlet melakukan persiapan untuk mendarat, dan Fase mendarat atlet memaksimalkan jarak potensi pada jalur melayang dan meminimalkan hilangnya jarak saat menyentuh dalam pendaratan. Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah jarak yang dicapai dengan catatan jarak terjauh para atlet menuju area bak pasir lompat.

/ Gambar 3.

4 Lompat Jauh (Didik Zafar Sidik, 2017) Nomor lempar Lempar lembing Tujuan : Atlet harus fokus mencapai jarak tempuh lemparan terjauh dengan maksimal. Perlengkapan : Alat lembing, lintasan lempar, lapangan arena lempar, tali rafia pembatas sektor lempar diskualifikasi, meteran, kun, stopwatch, bendera sah/tidaknya lemparan, alat tulis dan blanko tes. Pelaksanaan : Mula-mula atlet mengambil alat dan memegang lembing dengan teknik pegangan senyaman seorang atlet, Fase awalan lari dengan mempercepat gerakan pelempar dan lembing, Kemudian beralih lari silang atau cross step beberapa langkah, Sebelum melepas lembing langkah hop step sebagai langkah pengantar, Fase pelepasan memindah kecepatan dari tungkai ke tongkok dengan power ke bahu dan gerakan lengan akhir ke lembing, dan

Yang terakhir fase pemulihan dengan menghentikan gerakan badan ke depan dan menghindari kesalahan. Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah jarak yang dicapai dengan catatan jarak lemparan terjauh para atlet menuju area sektor lapangan. / Gambar 3.

5 Cara Melempar Lembing (Jess Jarver, 2008) Lempat cakram Tujuan : Atlet harus fokus mencapai jarak tempuh lemparan terjauh dengan maksimal. Perlengkapan : Alat cakram, circle lempar, lapangan arena lempar, tali rafia pembatas sektor lempar diskualifikasi, meteran, kun, kain handuk, stopwatch, bendera sah/tidaknya lemparan, alat tulis dan blangko tes. Pelaksanaan : Memegang cakram diletakkan di dalam telapak tangan dengan kokoh, Memberikan ayunan persiapan putaran untuk memberikan awalan, Memutar percepatan gerakan atlet dan cakram untuk mempersiapkan bagian tanpa penopang, Fase pengantar memelihara momentum dan memulai percepatan akhir dari cakram, dan

Fase pemulihan keseimbangan pelembar dan menghindari kesalahan. Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah jarak yang dicapai dengan catatan jarak lemparan terjauh para atlet menuju area sektor lapangan.

Gambar 3. 6 Lempar Cakram (Jess Jarver, 2008) Tolak peluru Tujuan : Atlet harus fokus mencapai jarak tempuh lemparan terjauh dengan maksimal. Perlengkapan : Alat peluru, circle lempar, lapangan arena lempar, tali rafia pembatas sektor lempar diskualifikasi, meteran, kun, kain handuk, stopwatch, bendera sah/tidaknya lemparan, alat tulis dan blangko tes. Pelaksanaan : Peluru dipegang secara kokoh diletakan pada pangkal ketiga jari tengah, Peluru ditopang terletak di leher tepat dibawah dagu dengan telapak tangan menghadap ke depan, Preparation tahapan awalan, Fase meluncur mengawali percepatan penempatan badan untuk aksi tolakan akhir,

Fase pengantar memelihara kecepatan peluru memulai gerak percepatan yang utama dengan gerakan lengan akhir, dan menyeimbangkan pemulihan atlet dan menghindari kesalahan.

Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah jarak yang dicapai dengan catatan jarak lemparan terjauh para atlet menuju area sektor lapangan. Gambar 3.7 Tolak Peluru (Jess Jarver, 2008) Lontar martil Tujuan : Atlet harus fokus mencapai jarak tempuh lemparan terjauh dengan maksimal. Perlengkapan : Alat martil, circle lempar, lapangan arena lempar, tali rafia pembatas sektor lempar diskualifikasi, meteran, kun, kain handuk, stopwatch, bendera sah/tidaknya lemparan, alat tulis dan blangko tes.

Pelaksanaan : Memegang martil dapat dipegang dengan kokoh pada tangkainya dan menahan tarikan guna memastikan arah lemparan yang benar,

Mengayun martil mengawali peningkatan percepatan gerak martil dalam suatu bidang dan segera memulai putarannya, Tahapan serangkaian putaran untuk menambah kecepatan maksimal dengan putaran pertama dan mengambil posisi siap lempar sebelum gerakan melepaskan/melontarkan martil dari tangan, Fase pengantar martil dengan mentransfer kecepatan dari pelontar ke martil, Melempar martil dari orbit putaran mencapai titik-titik terendah ke tertinggi putaran martil yang benar, dan Kembali ke posisi biasa untuk menjaga keseimbangan tubuh dan mencegah terjadinya pelanggaran.

Pengambilan hasil : Hasil dicatat adalah jarak yang dicapai dengan catatan jarak lemparan terjauh para atlet menuju area sektor lapangan. Gambar 3. 8 Teknik Dasar Lontar Martil (Jess Jarver, 2008) TEKNIK LANGKAH-LANGKAH PENGUMPULAN DATA Pengumpulan data adalah merupakan cara yang dipergunakan untuk mengumpulkan data di dalam kegiatan penelitian. Hal ini perlu diperhatikan adalah bagaimana cara tersebut agar data yang diperoleh benar-benar tepat memenuhi tujuan, sehingga alur pengumpulan data telah disusun secara rapi dan terstruktur.

Dalam penelitian pengamatan terpusat

pada tes prestasi seorang atlet, peneliti menggunakan teknik dan alat pengumpulan data yang tepat untuk membantu pencapaian hasil pemecahan masalah sebagai berikut : Observasi Disini peneliti mengadakan pengamatan langsung ke lokasi tes prestasi atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri ketika latihan dan sampai diadakannya tes berlangsung. Gunanya untuk mengetahui apakah ada pelaksanaan program latihan dan tes prestasi atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri selama pandemi COVID-19 ini.

Tes Melakukan tes ini secara umum bertujuan sebagai alat ukur untuk memperoleh informasi tentang hasil tes prestasi di setiap atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri. Hasil tes seluruh atlet tersebut, peneliti dapat mengetahui gambaran mengenai pengadaan tes prestasi dan digunakan untuk pelatih sebagai evaluasi program latihan selama pandemi COVID-19. Dokumentasi Dokumentasi merupakan suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian (Sugiyono, 2018 : 479).

Dokumentasi dilakukan dalam penelitian ini, untuk mengambil data hasil tes prestasi yang akan diteliti dan kegiatan selama proses tes prestasi atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri yang berlangsung. TEKNIK ANALISIS DATA Jenis Analisis Menurut Sugiyono (2017 : 147) dalam penelitian kuantitatif dalam analisis data ini merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan pengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis

responden metabulasi data pada tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah.

Dalam analisis penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data yang berupa statistik deskriptif. Statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana mestinya tanpa ada maksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum dan generalisasi. Data yang telah terkumpul akan dianalisis secara deskriptif dengan mendeskripsikan klasifikasi hasil tes data atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri dengan melewati beberapa tahapan mulai dari pengambilan data, pelaksanaan tes, pencatatan hasil tes, pencarian prestasi terbaik hingga mengklasifikasikan akhir tanpa merubah sedikitpun data hasil tes prestasi aslinya. Dari hasil tes prestasi atletik PUSLATAKOT Kota Kediri tersebut menjadi tolak ukur kemampuan dari atlet.

Dapat digunakan oleh pelatih untuk acuan evaluasi program latihan dan mengetahui hasil latihan yang telah dilakukan semenjak selama pandemi COVID-19 ini. Norma Keputusan Setelah data terkumpul kemudian dianalisis untuk digunakan dengan cara mengumpulkan seluruh data yang telah diperoleh dimasukkan pada klasifikasi norma keputusan yang telah ditentukan. Kemudian peneliti akan memaparkan hasil yang telah diperoleh dari tes yang dilakukan untuk diuji pada hipotesis. Maka akan didapatkan hasil tes prestasi atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri pada masa pandemi COVID-19.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN DESKRIPSI DATA VARIABEL Dalam variabel penelitian ini memiliki tujuan yang telah dipaparkan yaitu untuk mengetahui bagaimana hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri sebelum dan selama pandemi covid-19. Maka dalam penelitian ini data yang akan diperoleh akan di analisis menggunakan deskriptif kuantitatif. Data yang dikumpulkan dari instrument yang akan di tes yaitu lari 100 meter, 200 meter, 400 meter, 800 meter, 110 meter gawang, 400 meter gawang, lompat jauh, lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru dan lontar martil.

Subjek penelitian yang digunakan adalah atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri yang berjumlah 18 orang dengan batasan usia kelahiran 2000. ANALISIS DATA Prosedur Analisis Data Dalam penelitian ini data yang diambil adalah data dari nomor lomba yang diikuti oleh masing-masing dari atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri. Setiap atlet bisa mengikuti lebih dari 2 nomor lomba, pada bagian putra terdapat 9 nomor lomba sedangkan pada bagian putri terdapat 7 nomor lomba. Adapun daftar nama atlet dan nomor lomba yang ada sebagai berikut : Tabel 4.

1 Daftar nama atlet putra dan nomor lomba atletik PUSLATAKOT Kota Kediri No. _ Nama _ Nomor Lomba _ 1. _M R P A _200 meter 400 meter 400 meter gawang _ _ 42

2. M F A _100 meter 200 meter 400 meter __3. M F F R _- 400 meter __4. N B A
_Lempas Cakram Tolak Peluru __5. M D S _Lempas Cakram Tolak Peluru __6. S A B _-
800 meter __7. M H S _- Lompat Jauh __8. N Z I _200 meter 400 meter __9. D P K
_200 meter 110 meter gawang __ Tabel 4. 2 Daftar nama atlet putri dan nomor lomba
atletik PUSLATAKOT Kota Kediri No. _ Nama _ Nomor Lomba __1. W H M _Lempas
Lembing Lempas Cakram __2. A F _Lempas Cakram Tolak Peluru __3. E M P B _Tolak
Peluru Lontas Martil __4.

_M Y _100 meter 200 meter __5. C E N _- 200 meter __6. M I H _100 meter 200 meter
__7. E A T _- 100 meter __8. C M P P _- 400 meter __9. L M _200 meter 400 meter __

Hasil Analisis Data Hasil tes atlet putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri Berdasarkan dari tes prestasi atlet putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri tahun 2021 di dapatlah hasil sebagai berikut : Tabel 4. 3 Hasil prestasi atlet putra cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri No. _Nama _Nomor Lomba _Catatan Prestasi _ _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _

1.	M R P A	200 meter	400 meter	400 meter gawang	24.54 detik	55.90 detik	60.10 detik	22.54 detik	53.43 detik	59.86 detik
2.	M F A	100 meter	200 meter	400 meter	11.70 detik	27.90 detik	55.95 detik	11.42 detik	25.10 detik	55.64 detik
3.	M F F R	400 meter	53.60 detik	51.08 detik						
4.	N B A	Lempar Cakram	Tolak Peluru	36.22 meter	12.27 meter	37.61 meter	13.00 meter			
5.	M D S	Lempar Cakram	Tolak Peluru	30.50 meter	13.41 meter	34.25 meter	13.60 meter			
6.	S A B	800 meter	2:07.05 detik	2:00.53 detik						
7.	M H S	Lompat Jauh	6.52 meter	6.59 meter						
8.										

_N Z I _200 meter 400 meter 26.94 detik 57.95 detik 23.66 detik 57.02 detik _9. _D P K _200 meter 110 meter gawang 25.70 detik 17.30 detik 23.44 detik 15.90 detik _ _ Berdasarkan tabel 4. 3 di atas dapat diketahui hasil tes prestasi dari atlet putra PUSLATAKOT Kota Kediri pada saat pelaksanaan prestasi sebelum sampai selama pandemi covid-19. Hasil tes atlet putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri Berdasarkan dari tes prestasi atlet putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri tahun 2021 di dapatlah hasil sebagai berikut :

Tabel 4.

4 Hasil prestasi atlet putri cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri No. Nama Nomor Lomba Catatan Prestasi Sebelum Pandemi Selama Pandemi

No.	W	H	M	A	F	E	M	P	B	L	M	Y	C	E	N	M	I	H	E	A	T	C	M	P	P	L	M	
1.																												
2.																												
3.																												
4.																												
5.																												
6.																												
7.																												
8.																												
9.																												

Berdasarkan tabel 4.

4 di atas dapat diketahui hasil tes prestasi dari atlet putri PUSLATAKOT Kota Kediri pada saat pelaksanaan prestasi sebelum sampai selama pandemi covid-19. Perbandingan hasil tes atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri Perbandingan nomor lomba lari 100 meter putra Data yang diperoleh melalui pengumpulan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut :

Tabel 4. 5 Nomor lomba lari 100 meter putra No.

_Nama _Catatan Prestasi _ _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _M F A _11.70 detik _11.42 detik _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang. Maka hasil tes prestasi atlet 100 meter putra atletik PUSLATKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut : _____ 11.42 _____ Dapat diketahui diagram 4. 1 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 100 meter putra berinisial MFA atlet PUSLATKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.28 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Perbandingan nomor lomba lari 200 meter putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi

tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 6 Nomor lomba lari 200 meter putra

No.	Nama	Catatan Prestasi	Sebelum Pandemi	Selama Pandemi
1.	M R P A		24.54 detik	22.54 detik
2.	M F A		27.90 detik	25.10 detik
3.	N Z I		26.94 detik	23.66 detik
4.	D P K		25.70 detik	23.44 detik

Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 200 meter putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut : Dapat diketahui diagram 4. 2 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 200 meter putra atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut :

Atlet berinisial MRPA dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.00 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh. Atlet berinisial MFA dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.80 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Atlet berinisial NZI dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 3.28 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh. Atlet berinisial DPK dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.26 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh. Perbandingan nomor lomba lari 400 meter putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 7 Nomor lomba lari 400 meter putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _M R P A _55.90 detik _53.43 detik _2. _M F A _55.95 detik _55.64 detik _3. _M F F R _53.60 detik _51.08 detik _4. _N Z I _57.95 detik _57.02 detik _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 400 meter putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

__ Dapat diketahui diagram 4. 3 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 400 meter putra atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet berinisial MRPA dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.47 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh. Atlet berinisial MFA dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.31 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Atlet berinisial MFFR dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.52 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh. Atlet berinisial NZI dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.93 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Perbandingan nomor lomba lari 800 meter putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 8 Nomor lomba lari 800 meter putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _S A B _2:07.05 detik _2:00.53 detik _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 800 meter putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

Dapat diketahui diagram 4.4 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 800 meter putra berinisial SAB atlet PUSLATAKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 6.52 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh. Perbandingan nomor lomba lari 110 meter gawang putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4.9 Nomor lomba lari 110 meter gawang putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _ _1.

_D P K_17.30 detik _15.90 detik _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang. Maka hasil tes prestasi atlet 110 meter gawang putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

__ Dapat diketahui tabel 4. 9 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 110 meter gawang putra berinisial DPK atlet PUSLAKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 1.40 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Perbandingan nomor lomba lari 400 meter gawang putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 10 Nomor lomba lari 400 meter gawang putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _M R P A _60.10 detik _59.86 detik _ _

Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 400 meter gawang putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut : Dapat diketahui diagram 4. 6 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 400 meter gawang putra berinisial MRPA atlet PUSLATAKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.24 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Perbandingan nomor lomba lompat jauh putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut :

Tabel 4. 11 Nomor lomba lompat jauh putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _M H S _6.52 meter _6.59 meter _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet lompat jauh putra atlet PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut : Dapat diketahui diagram 4. 7 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik lompat jauh putra berinisial MHS atlet PUSLATAKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lompatan selisih 0.07 meter, artinya ada peningkatan jarak jauh lompatan. Perbandingan nomor lomba lempar cakram putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real

yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 12 Nomor lomba lempar cakram putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _N B A _36.22 meter _37.61 meter _2. _M D S _30.50 meter _34.25 meter _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet lempar cakram putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

Dapat diketahui diagram 4. 8 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik lempar cakram putra atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet berinisial NBA dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 1.39 meter, artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan. Atlet berinisial MDS dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 3.75 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan.

Perbandingan nomor lomba tolak peluru putra Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 13 Nomor lomba tolak peluru putra No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _ _1. _N B A _12.27 meter _13.00 meter _2. _M D S _13.41 meter _13.60 meter _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet tolak peluru putra atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

__ Dapat diketahui diagram 4.9 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik tolak peluru putra atlet PUSLAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet berinisial NBA dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 0.73 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan. Atlet berinisial MDS dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 0.19 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan.

Perbandingan nomor lomba lari 100 meter putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut :

Tabel 4. 14 Nomor lomba lari 100 meter putri No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _
_Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _M Y_13.10 detik _12.06 detik _2. _M I H
_13.40 detik _12.37 detik _3. _E A T_13.49 detik _12.77 detik _ _ Jika hasil prediksi tes
sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk
grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 100 meter putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak
sebagai berikut : Dapat diketahui diagram 4. 10 di atas hasil pencapaian prestasi nomor
lomba atletik 100 meter putri atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet
berinisial MY dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu
1.04 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh.

Atlet berinisial MIH dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 1.03 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Atlet berinisial EAT dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.72 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh. Perbandingan nomor lomba lari 200 meter putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 15 Nomor lomba lari 200 meter putri

No.	Nama	Catatan Prestasi	Sebelum Pandemi	Selama Pandemi
1.	M Y	26.90 detik	26.28 detik	
2.	M I H	27.67 detik	26.05 detik	
3.	C E N	28.37 detik	26.22 detik	
4.	L M	29.90 detik	27.78 detik	

Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 200 meter putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

__ Dapat diketahui diagram 4. 11 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 200 meter putri atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet berinisial MY dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.62 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh. Atlet berinisial MIH dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 1.62 detik, artinya ada peningkatan kecepatan waktu jarak tempuh.

Atlet berinisial CEN dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.15 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh. Atlet berinisial LM dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 2.12 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh.

Perbandingan nomor lomba lari 400 meter putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 16 Nomor lomba lari 400 meter putri No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _C M P P _71.49 detik _71.35 detik _2. _L M _69.73 detik _65.41 detik _ _

Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet 400 meter putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

Dapat diketahui diagram 4. 12 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik 400 meter putri atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet berinisial CMPP dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 0.14 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh. Atlet berinisial LM dari hasil prestasi selama pandemi ada percepatan catatan selisih waktu 4.32 detik, yang artinya ada peningkatan kecepatan waktu tempuh.

Perbandingan nomor lomba lempar lembing putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 17 Nomor lomba lempar lembing putri No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _W H M _31.65 meter _33.53 meter _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet lempar lembing putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

__ Dapat diketahui diagram 4. 13 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik lempar lembing putri berinisial WHM atlet PUSLATAKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 1.88 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan. Perbandingan nomor lomba lempar cakram putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4.

18 Nomor lomba lempar cakram putri	No.	Nama	Catatan Prestasi	Sebelum Pandemi	Selama Pandemi
1.	W H M			30.41 meter	31.09 meter
2.	A F			30.47 meter	34.26 meter

Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet lempar cakram putri atlet PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut : Dapat diketahui diagram 4. 14 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik lempar cakram putri atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut : Atlet berinisial WHM dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 0.68 meter, artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan. Atlet berinisial AF dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 3.17 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan.

Perbandingan nomor lomba tolak peluru putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi

tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 19 Nomor lomba tolak peluru putri No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _ _1. _A F _11.65 meter _11.95 meter _ _2. _E M P B _10.69 meter _12.21 meter _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet tolak peluru putri atletik PUSLATAKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut : Dapat diketahui diagram 4. 15 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik tolak peluru putri atlet PUSLATAKOT Kota Kediri sebagai berikut :

Atlet berinisial AF dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 0.30 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan. Atlet berinisial EMPB dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 1.52 meter, yang artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan.

Perbandingan nomor lomba lontar martil putri Data yang diperoleh melalui pengambilan data prestasi terbaik dari setiap atlet sebelum pandemi sampai selama pandemi tes prestasi secara langsung untuk pengambilan data secara real yang benar-benar menggambarkan keadaan sampel yang sesungguhnya. Setelah diadakan tes di lapangan, peneliti mendapatkan data sebagai berikut : Tabel 4. 20 Nomor lomba lontar martil putri No. _Nama _Catatan Prestasi _ _ _Sebelum Pandemi _Selama Pandemi _1. _E M P B_30.65 meter _37.73 meter _ _ Jika hasil prediksi tes sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19 ini, dapat ditampilkan dalam bentuk grafik diagram batang.

Maka hasil tes prestasi atlet lontar martil putri atletik PUSLATKOT Kota Kediri akan tampak sebagai berikut :

__ Dapat diketahui diagram 4. 16 di atas hasil pencapaian prestasi nomor lomba atletik lontar martil putri berinisial EMPB atlet PUSLATAKOT Kota Kediri. Dari hasil prestasi selama pandemi ada peningkatan lemparan selisih 7.08 meter, artinya ada peningkatan jarak jauh lemparan. PEMBAHASAN Pembahasan disini akan membahas hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri pada masa pandemi covid-19.

Sesuai yang dijelaskan hasil analisis data sebelum dan selama pandemi covid-19 dengan serangkaian tes prestasi yang dimiliki setiap atlet dapat mencatat prestasi secara maksimal. Dari hasil data penelitian yang diperoleh dari atlet atletik PUSLATAKOT Kota Kediri di atas, maka dapat diuraikan sebagai berikut: Dilihat dari perbandingan hasil tes sebelum pandemi dan selama pandemi dari keseluruhan atlet sesuai nomor spesialis perlombaan, secara umum untuk atlet putra cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri

mendapatkan hasil yang lebih baik selama pandemi covid-19.

Adapun dari perbandingan hasil tes sebelum pandemi dan selama pandemi untuk atlet putri cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri juga mendapatkan hasil yang lebih baik selama pandemi covid-19. Dari hasil rincian di atas, akan dapat dikatakan bahwa untuk atlet dan pelatih cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri untuk mempersiapkan pada ajang event terbesar di Jawa Timur PORPROV VII bulan Juni 2022 yang akan datang, dapat mempertahankan dan lebih meningkatkan lagi program latihan untuk mencapai prestasi yang lebih baik selama pandemi covid-19.

Dengan perbandingan prestasi setiap atlet sebelum pandemi covid-19 dan adanya beberapa faktor selama pandemi covid-19 seperti awal virus masuk di Indonesia Lockdown, PSBB sampai PPKM mengakibatkan semua masyarakat diwajibkan tinggal di rumah saja dan setiap atlet harus tetap melaksanakan program latihan di rumah dengan alat seadanya, intensitas latihan demi kesehatan atlet, sarana dan prasarana di tempat latihan selama pandemi, mengurangi kerumunan di tempat latihan sehingga atlet harus bergantian jam latihan dan keterbatasan jam terbang atlet selama pandemi covid-19.

Untuk itu seluruh atlet dan pelatih cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri harus lebih meningkatkan maksimal lagi untuk mempersiapkan program khusus menuju PORPROV VII 2022 dalam beberapa bulan ke depan sampai di laksanakannya pertandingan, agar mendukung dengan hasil yang lebih baik dan sesuai harapan.

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN **SIMPULAN** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri sebelum pandemi dan selama pandemi covid-19. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disampaikan kesimpulan berdasarkan perbandingan hasil tes sebelum pandemi dan selama pandemi dari keseluruhan atlet putra dan putri sesuai spesialis nomor perlombaan mendapatkan hasil tes yang lebih baik selama pandemi covid-19 tahun 2021.

IMPLIKASI Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas, maka implikasi yang dapat dilakukan terkait penelitian ini adalah sebagai berikut : Implikasi Teoritis Sebagai bahan pembuktian teori yang dapat menambahkan wawasan yang sangat penting bagi peneliti di masa yang akan datang dan mendapatkan ilmu selama menjalankan perkuliahan. Implikasi Praktis Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi atlet dan pelatih dalam menjalankan atau merancang program latihan yang sesuai dengan spesialis nomor perlombaan setiap atlet tersebut, sehingga dapat meningkatkan prestasi dari setiap atlet yang bersangkutan.

SARAN Menurut hasil penelitian yang didapatkan dari analisis hasil tes atlet cabang olahraga atletik PUSLATAKOT Kota Kediri pada masa pandemi covid-19 tahun 2021 menuju persiapan PORPROV VII tahun 2022, maka peneliti akan memberikan sedikit masukan ataupun sekedar saran yang baik untuk atlet, pelatih maupun bagi peneliti, yaitu : 69

Untuk atlet, sebagai bahan evaluasi diri dalam berlatih dan sebagai acuan atau sumber pengetahuan tentang pentingnya program latihan dalam berlatih maupun untuk hasil pencapain dalam setiap pertandingan.

Setelah dilakukannya penelitian ini diharapkan untuk para pelatih, bisa digunakan sebagai bahan evaluasi dalam menentukan program latihan yang cocok untuk meningkatkan ataupun mengembangkan prestasi dari setiap atlet yang bersangkutan sesuai spesialis nomor perlombaan agar bisa mencapai hasil prestasi yang lebih baik lagi. Bagi peneliti, dapat dijadikan rujukan ataupun pedoman tentang analisis hasil prestasi atlet di cabang olahraga atletik. Diharapkan kedepannya penelitian dapat dijadikan rujukan ataupun pedoman tentang analisis hasil prestasi atlet di cabang olahraga atletik.

Diharapkan kedepannya penelitian seperti ini akan terus ada, karena penelitian seperti ini sangat bermanfaat bagi atlet maupun pelatih yang bersangkutan sesuai spesialis nomor perlombaan itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA Abbas, M. S. (2019). Analisis Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Jepara pada Pekan Paralympic Provinsi Jawa Tengah tahun 2013 dan 2018. UNNES Repository. Adzalika, A. R. (2018). Evaluasi Pembinaan Prestasi Atlet Cabang Olahraga Terukur (Atletik, Angkat Besi, Panahan dan Renang) di Provinsi Lampung. UNNES Repository. Alis, M. N. (2018).

Perbandingan Hasil VO2 Max Antara Atlet PUSLATAKOT Kota Kediri Cabang Olahraga Atletik dan Atlet PASI Kota Kediri tahun 2018. Kota Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri. Arikunto, S. (2006). Prosedur Penelitian dan Pendekatan Praktek. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Arikunto, S. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Bahagia, M. Pd., D. (n.d.). Pembelajaran Atletik. Direktorat Pendidikan Luar Biasa. Ballesteros, J. M. (n.d.). Pedoman Latihan Dasar Atletik. In P. A. Indonesia, Manual Didactico De Atletismo. Spanyol: Persatuan Atletik Seluruh Indonesia dari "Manual Didactico De Atletismo". Bompaa. (1994). Theory and Methodology of Training. Kendal, Lowa: Hunt Publishing Company. Candra, A. R., Budiyanto, K.

S., & Sobihin. (2020). Analisis Karakteristik Psikologi Atlet Atletik Berdasarkan Nomor Event Lari, Lempar dan Lompat. Jurnal Menssana, 15-25. Feed, R. (2019, Juli 09). Kota Kediri Raih Juara Umum Cabor Atletik di PORPROV Jatim. Retrieved from <https://josstoday.com/>: https://josstoday.com/read/2019/07/09/53325/Kota_Kediri_Raih_Juara_Umum_Cabor_Atletik_Di_PORPROV_Jatim Gaya Lempar Cakram dan Teknik Lempar Cakram (Discus Throw) Beserta Gambarnya. (2020, Agustus 4). Retrieved from Ilmu Sosial: <https://www.ilmuips.my.id/2020/08/gaya-lempar-cakram-dan-teknik-lempar.html> Harsono. (2004). Perencanaan Program Latihan. Bandung. Ical. (2020, September 5). Penjelasan teknik lari jarak menengah dan jarak yang ditempuh. Retrieved from <https://www.bobo.my.id/>:

<https://www.bobo.my.id/2020/09/penjelasan-teknik-lari-jarak-menengah.html> IP, J., & Syahputra, R. (2019). Analisis Olahraga Prestasi yang dapat di Unggulkan Kabupaten Langkat. *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*, 10-19. Jarver, J. (2008). Belajar dan Berlatih Atletik. Bandung: CV. Pionir Jaya. KBBI. (2016, Oktober).

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring. Retrieved from <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/PRESTASI> (Online) KBBI. (2021). Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring. Retrieved from <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pembinaan> (Online) Kediri, K. (2013). Penyusunan Rencana Program Investasi Infrastruktur Jangka Menengah (RPI2JM). Retrieved from https://sippa.ciptakarya.pu.go.id/sippa_online/ws_file/dokumen/rpi2jm/D OCRPIJM_8a2ffcd834_BAB%20VIBAB%206%20PROFILE%20KOTA%20KEDIRI%20FIX.pdf Kemenpora. (2010). Rencana Strategis Kemenpora. Jakarta: Kemenpora. Kemenpora RI. (2014). Prestasi dan Cabang Olahraga Unggulan Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. Jakarta. Kota Kediri. (2021, September 14). <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.id>.

Retrieved from https://id.wikipedia.org/wiki/Kota_Kediri Kresnapati, P., & Setyawan, D. A. (2018). Perkembangan Prestasi Atletik PPLP Jawa Tengah. *Jendela Olahraga*, 85-92. Marsha, A., & Wijaya, F. J. (2021). Analisis Tingkat Kecemasan Berlatih di masa Pandemi Covid-19 pada Atlet Rugby Kalimantan Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 113-118. Matjan, B. N. (Juni 2009). Komponen-komponen Latihan dan Faktor-faktor Pendukung Kualitas Peak Performance Atlet. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, Hal 63-70, Volume 1, No. 1. Miadinar, M. G., & Supriyanto, C. (2021). Tingkat Kesehatan Mental di Tim Atletik Tulungagung Selama Pandemi Covid-19 (Sifat Psikometri dan Varians DASS-21) pada Atlet dan Non-Athlet.

Jurnal Kesehatan Olahraga, 31-40. Muhlis, M., & Setijono, M. Pd., P. (2019). Analisis Latihan Fisik Terhadap Hasil Prestasi Lompat Jauh PELATNAS B Jawa Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*. Nahari, S. I., & Faruk, M. (2021). Analisis Kondisi Fisik Atlet Putra Hoki Ruangannya Jawa Timur Pada Masa Sebelum Pandemi Covid-19 dan Puslatda New Normal. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 46-56.

Penjasorkes. (2021, Juli 2). Teknik Dasar Lontar Martil Beserta Cara Melakukannya. Retrieved from <http://www.penjasorkes.com/>: <http://www.penjasorkes.com/2019/10/teknik-dasar-lontar-martil-beserta-cara.html>
Pesurnay, P. L., & Sidik, D. Z. (2006). Materi Penataran Pelatihan Fisik Tingkat Provinsi Se-Indonesia.

Jakarta: Komisi PUSDIKTAR KONI Pusat. Priatna, E. (2008). Ensiklomini Olahraga Atletik. CV. Sahabat. Pur, M. (2020, Agustus 27). Teknik Lari Jarak Pendek. Retrieved from <https://www.freedomsiana.id/>: <https://www.freedomsiana.id/teknik-lari-jarak-pendek/>
Puspitasari, P. W., & Rizky, M. Y. (2021). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani dan Status Gizi pada Atlet Puslatkot Kediri Cabang Olahraga Terukur dalam Masa Pandemi Covid-19. Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK), 36-41. Putri, P. S., & Mintarto, M. Kes., D. (2019). Evaluasi Pembinaan Club Atletik PT Petrokimia Gresik. Jurnal Prestasi Olahraga, 1-15. Ramadani, F. (2019).

Analisis Prestasi Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Banyumas pada Pekan Olahraga Provinsi Jawa Tengah tahun 2018. UNNES Repository. Sensei, S. (2013, Januari 20). Lari Gawang (Kelas XII). Retrieved from <http://jembek75.blogspot.com/>: <http://jembek75.blogspot.com/2012/10/bulu-tangkis.html> Sidik, M. Pd., D. Z. (2017). Mengejar dan Melatih Atletik. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. Sugeng, M. (2014). Teknik dasar, peraturan, dan pengertian lompat jauh. Retrieved from <http://olahragabagus.blogspot.com/>: <http://olahragabagus.blogspot.com/2015/06/teknik-dasar-peraturan-dan-pengertian.html> Sugito. (1993). Atletik. Surakarta: Universitas Sebelas Maret (UNS). Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: CV. Alfabeta. Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: CV. Alfabeta.

Sukirno. (2010). Belajar dan Berlatih Atletik. Depok: Arya Duta. SWA, M. (2010). Penghargaan Penobatan Pabrik Rokok Gudang Garam Kota Kediri. Retrieved from <https://swa.co.id/swa/listed-articles/>

Teknik-Teknik **Dasar Lempar Lembing** dan Faktornya (LENGKAP). (2020). Retrieved from <https://saintif.com/>: <https://saintif.com/teknik-dasar-lempar-lembing/> Turi, M., & Wulandari, F. Y. (2020). **Analisis Hasil Tes Kondisi Fisik Atlet Lompat Jangkit** (Triple Jump) TC Khusus Jatim **tahun 2019 dan** tahun 2020. Tyas, T. H. (2017). Profil **Kota Kediri**. Retrieved from <http://tatakotakediri.blogspot.com/>: <http://tatakotakediri.blogspot.com/2017/03/administrasi.html> **Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional**. (n.d.).

Jakarta: **Dewan Perwakilan** Rakyat. Untuk Raih Berprestasi, KONI Kediri Gelar Puslatkot Sampai 3 Tahun. (2020, Januari 19). Retrieved from <https://surabayapagi.com/>: <https://surabayapagi.com/read/untuk-raih-berprestasi-koni-kediri-gelar-puslatkot-sampai-3-tahun> Utami, D. (2015). **Peran Fisiologi dalam Meningkatkan Prestasi Olahraga Indonesia Menuju Sea Games**. **Jurnal Olahraga Prestasi**, 53. Wigraha, D. A. (2021, Februari 25). **Sejarah, Peraturan, dan Cara Bermain Cabang Olahraga Olahraga Tolak Peluru**. Retrieved from <https://review.bukalapak.com/>: <https://review.bukalapak.com/sports/tolak->

INTERNET SOURCES:

<1% - <http://repository.upi.edu/view/subjects/L1.html>
<1% - http://repository.unpkediri.ac.id/3902/2/RAMA_85201_16101090086_SIMILARITY.pdf
<1% - http://repository.unpkediri.ac.id/3989/2/RAMA_85201_14101090215_0714078903_0709099001_01_COVER%20SD%20BAB%201%20%2B%20REFERENCES.pdf
<1% - <https://mamikos.com/info/unsur-unsur-kebugaran-jasmani-serta-contoh-gnr/>
<1% - <https://www.variansi.com/23-aktivitas-gerak-berirama-dapat-dilakukan-dengan-menggunakan-alat-ataupun-tidak-menggunakan-alat-alat-yang-sering-digunakan-adalah/>
<1% - <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1380279&val=1226&title=TINGKAT%20KOORDINASI%20MATA-%20TANGAN-KAKI%20MAHASISWA%20PJKR%20FKIP%20UMMI%20ANGKATAN%20TAHUN%2020162017>
<1% - <https://www.coursehero.com/file/113130292/Olahraga-Atletik-sudah-di-EDITdocx/>
<1% - <https://core.ac.uk/download/pdf/287306781.pdf>
<1% - <https://stkipmutiarabanten.ac.id/wp-content/uploads/2021/04/IV.-EVALUASI-PROGRAM-PEMBINAAN-PRESTASI-OLAHRAGA-PANJAT-Doli-Nirwansyah.pdf>
<1% - <http://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/download/4872/pdf>

<1% - <https://berkas.dpr.go.id/puspanlakuu/kajian/kajian-public-76.pdf>

<1% -

<http://digilib.unimed.ac.id/26785/3/11.%20NIM.%208156112013%20CHAPTER%20I.pdf>

<1% - <https://mediabogor.co/cabor-sambo-kota-bogor-tidak-bisa-dianggap-remeh/>

<1% -

<https://beritajatim.com/olahraga/walikota-kediri-berharap-atlet-porprov-jatim-vi-naik-p-eringkat/>

<1% -

<https://mail.kedirikota.go.id/p/berita/1019208/pembubaran-kontingen-porprov-mas-abu-berharap-atlet-kota-kediri-bisa-mendunia>

<1% -

<https://www.timesindonesia.co.id/read/news/381006/bertepatan-hari-pahlawan-unj-me-nyambut-para-patriot-olahraga-yang-mengharumkan-universitas>

<1% -

<https://www.facebook.com/pemkotkediri.nda/videos/halo-ndaadalah-melakukan-penindakan-satpol-pp-kota-kediri-tidak-serta-merta-begi/557753938684400/>

<1% -

<https://koranbanten.com/komite-olahraga-nasional-indonesia-koni-kota-cilegon-gelar-rapat-anggota-tahunan/>

<1% -

<https://www.halopantura.com/terapkan-protokol-kesehatan-koni-kota-kediri-mulai-latih-para-atlet/>

<1% -

<https://www.kedirikota.go.id/p/dalamberita/10856/atlet-kickboxing-kota-kediri-raih-prestasi-tingkat-jatim>

<1% -

https://roboguru.ruangguru.com/forum/lembaga-yang-bertujuan-untuk-memenuhi-kebutuhan-dasar-manusia-adalah-a-lembaga-pendidikan_FRM-AVSJGHQ4

<1% -

<https://kuisatu.com/persatuan-dan-kesatuan-bangsa-sangat-penting-bagi-bangsa-indonesia-hal-itu-karena/>

<1% -

<https://agropolitan.tv/koni-kota-batu-gelar-sport-science-ukur-kekuatan-fisik-atlet-kota-batu>

<1% -

<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/36038/perwali-kota-kediri-no-41-tahun-2011>

<1% -

<https://luwuraya.com/read/2022/03/03/hasil-pengawasan-kearsipan-lutim-berhasil-meraih-kategori-sangat-baik/>

<1% -

http://repository.unpkediri.ac.id/2323/2/RAMA_85201_14101090474_SIMILARITY.pdf.pdf
<1% - <https://jdih.kemenpora.go.id/peraturanjdih/show?id=325>
<1% -
<https://olahraga.harianjogja.com/read/2018/10/08/506/944388/kontingen-indonesia-ke-mbali-mendapatkan-3-perak-dan-4-perunggu>
<1% - <https://lovebattery.net/salah-satu-cabang-olahraga-atletik-adalah/>
<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/nq7lkovry-lari-adalah-cara-bergerak-yang-paling-cepat-bagi-manusia-secara-harfiah-lari-penerapan-atletik-merupakan-bentuk-olahraga-yang-menjadi-dasar-dari-setiap-gerak-kemampuan-gerak-dasar-m.html>
<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/ozlmlp0ry-atletik-permainan-lari-bola-keranjang.html>
<1% - <http://lib.unnes.ac.id/27842/1/6301411156.pdf>
<1% -
<https://kudo.tips/pada-dasarnya-internet-berisikan-berbagai-macam-informasi-yang-di-sajikan-dalam.html>
<1% -
<https://www.izzimax.com/2021/05/dampak-lingkungan-yang-disebabkan-oleh-pestisida.html>
<1% -
<http://repository.unpas.ac.id/27600/5/BAB%20II%20Bismillah%20Sidang%20Akhir.pdf>
<1% - <http://lib.unnes.ac.id/186/1/6147.pdf>
<1% - <https://www.jurnal.ugm.ac.id/gamajpp/article/download/41769/23164>
<1% -
<https://kuisatu.com/bangsaindonesia-seperti-halnya-bangsa-bangsa-lain-di-dunia-memiliki-keunggulanyang-termasuk-keunggulan-bangsa-2/>
<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/ozlvx016y-riwayat-pendidikan-riwayat-pekerjaan-dan-jabatan-matakuliah-pengalaman-dalam-kegiatan-penelitian-kegiatan-ilmiah-yang-diikuti-dan-peran.html>
<1% -
<https://unlockingaliantmotoq.blogspot.com/2021/12/niat-tidak-menghalalkan-cara-hira.html>
1% - http://lib.unnes.ac.id/37298/1/6211413009_Optimized.pdf
<1% -
<https://www.unicef.org/indonesia/id/coronavirus/tanya-jawab-seputar-coronavirus>
<1% - <https://yohanezerblog.wordpress.com/>
<1% -
<https://www.roketpulsa.id/news/5-menit-mengenal-psbb-pembatasan-sosial-berskala-b>

esar/

<1% -

<https://sumutpos.jawapos.com/ekonomi/19/03/2020/pencegahan-penyebaran-corona-grab-lindungi-kesehatan-mitra-dan-pelanggan/>

<1% -

<https://sorotpublik.com/berita-terkini/batal-digelar-tahun-ini-pilkades-serentak-ditunda-ke-tahun-2021/>

<1% -

<https://kitakini.news/94573/dprd-sumut-kecewa-dengan-prestasi-atlet-pon-xx-papua-pembinaan-atlet-harus-dievaluasi/>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/1y9rwg6dy-deskripsi-data-hasil-tes-prestasi-belajar-matematika.html>

<1% -

<https://sunda-indonesia.terjemahansunda.com/terjemahan7/1269603-dan-oleh-sebab-itu-maka-penjajahan-diatas-dunia-harus-dihapuskan>

<1% -

https://www.academia.edu/24934853/PEMBINAAN_PRESTASI_OLAHRAGA_PADA_KELAS_PLUS_OLAHRAGA_DI_SMA_NEGERI_5_KOTA_MAGELANG_TAHUN_2010_SKRIPSI_RAHMAT_TRI_KUNCORO_6101406062

<1% -

<https://retizen.republika.co.id/posts/15168/dinamika-pembelajaran-tatap-muka-di-masa-pandemicovid-19>

<1% -

<https://www.semanticscholar.org/paper/Analisis-Tingkat-Kebugaran-Jasmani-dan-Status-Gizi-Puspitasari-Rizky/d5c300952a3811a7ca328289e70d576ebe22d3d5>

<1% - <http://eprints.kwikkiangie.ac.id/2165/2/Bab%20I%20PENDAHULUAN.pdf>

<1% -

<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1502151&val=17912&title=STUDI%20MANAJEMEN%20PELATIH%20DAN%20ATLET%20PADA%20PEMBINAAN%20PRESTASI%20CABANG%20OLAHRAGA%20TENIS%20LAPANGAN>

<1% - <https://feb.umri.ac.id/menyikapi-keadaan-dan-isu-ekonomi-selama-pandemi/>

<1% -

<https://adoc.pub/bab-iii-metodologi-penelitian-metode-tersebut-peneliti-dapat.html>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p3b6h4ud/12-Identifikasi-Masalah-Berdasarkan-latar-belakang-tersebut-maka-permasalahan/>

<1% -

<https://www.neliti.com/publications/87764/peningkatan-kemampuan-melatih-lari-sprint-100-m-200-m-dan-400-m-melalui-kepelati>

<1% - <https://www.harianbhirawa.co.id/jaga-komunikasi-atlet-dan-pelatih/>

<1% - <https://www.coursehero.com/file/p55sh4pp/B-Identifikasi-Masalah-Berdasarkan-latar-belakang-diatas-maka-penulis-dapat/>

<1% - https://journaldevs.unesa.ac.id/index.php/IJOK/user/setLocale/NEW_LOCALE?source=%2Findex.php%2FIJOK%2Farticle%2Fview%2F11156%2F0

<1% - <https://text-id.123dok.com/document/4yr6313jy-batasan-masalah-tujuan-penelitian-manfaat-penelitian-hasil-penelitian-ini-diharapkan-dapat-memberikan-masukan-kepada-desain-penelitian.html>

<1% - <https://aqonm.blogspot.com/2021/10/manfaat-penelitian-secara-teoritis-dan.html>

<1% - <https://www.coursehero.com/file/p3tm4i4/b-Hasil-dari-penelitian-ini-diharapkan-dapat-memberikan-informasi-mengenai/>

<1% - http://repository.unpkediri.ac.id/2323/3/RAMA_85201_14101090474_0725018205_0725057003_01_front_ref.pdf

<1% - <http://eprints.upgris.ac.id/441/1/LAPORAN%20APBU.pdf>

<1% - <http://etheses.uin-malang.ac.id/790/5/10410054%20Bab%201.pdf>

<1% - <https://eprints.umm.ac.id/73708/91/BAB%202.pdf>

1% - <http://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/download/2506/2007>

<1% - <https://wahidsporteducation.blogspot.com/2017/01/pengertian-atau-arti-makna-olahraga-dan.html>

<1% - <https://www.kedaipena.com/kekerasan-massal-dan-diskriminasi-sistemik-menjadi-bagian-yang-tidak-terpisahkan-dengan-sejarah-indonesia/>

<1% - <http://digilib.unimed.ac.id/24621/3/9.%20KORESTA%20SITUMORANG%20NIM%206103321075%20BAB%20I.pdf>

<1% - <https://rahmataubassam.wordpress.com/2020/05/16/hubungan-minat-dengan-hasil-belajar-bahasa-arab-siswa-kelas-x1-x2-dan-x3-semester-genap-sma-muhammadiyah-pringsewu-tahun-pelajaran-2016-2017/>

<1% - <https://gokemedia.com/rangkaian-kegiatan-membandingkan-hasil-prestasi-suatu-kegiatan-dengan-standar-rencana-atau-norma-yang-telah-ditetapkan-dan-menentukan-faktor%20%80%90-faktor-yang-mempengaruhi-keberhasilan-atau-kega/>

<1% - <http://digilib.unimed.ac.id/8888/3/071266210077%20BAB%20I.pdf>

<1% - <http://lib.unnes.ac.id/41226/1/6101416012.pdf>

<1% -
<https://www.baritorayapost.com/2021/04/berbagai-cara-dan-upaya-yang-dilakukan/>

<1% -
<https://www.kondiskorabat.com/induk-organisasi-taekwondo-di-indonesia-adalah/>

<1% -
<https://jdih.patikab.go.id/download/detail/undangundang-republik-indonesia-nomor-3-tahun-2005-tentang-sistem-keolahragaan-nasional>

<1% - <http://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/download/1100/979>

<1% - <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/ko/article/download/13067/11101>

<1% -
<https://headtopics.com/id/sulteng-komit-jalankan-program-pembinaan-atlet-usia-dini-republika-online-14622545>

<1% -
<http://digilib.unimed.ac.id/36156/9/9.%20NIM.%208156112023%20CHAPTER%20I.pdf>

<1% -
<https://diskominfo.natunakab.go.id/penguatan-organisasi-dan-peningkatan-pembinaan-untuk-tingkatan-prestasi-olahraga-daerah/>

<1% - <https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/edc/article/download/46/43>

<1% -
<https://kuisatu.com/melindungi-kepentingan-dalam-negeri-dan-meningkatkan-daya-saing-misal-suatu-negara-tidak-menerima-impor-hasi/>

<1% -
<https://library.binus.ac.id/eColls/eThesisdDoc/Bab1Doc/2013-2-00144-PS%20Bab1001.doc>

<1% -
https://pusatprestasinasional.kemdikbud.go.id/uploads/lampiran_pengumuman/SK%20PEMENANG%20KSN%20SMP%20NASIONAL%202021.pdf

<1% -
<http://eprints.upgris.ac.id/96/1/Upaya%20Meningkatkan%20Industri%20Olahraga%20-%20Danang%20Aji%20Setyawan.pdf>

<1% -
<https://www.beritasatu.com/nasional/510862/mochtar-riady-bangsa-yang-besar-tidak-hanya-membangun-ekonomi>

<1% -
<https://digilib.uns.ac.id/dokumen/download/59754/Mjc1MjY3/Pengembangan-Olahraga-Petanque-Di-Jawa-Tengah-Bab-II.pdf>

<1% -
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/132297299/pendidikan/11.+Bahan+Ajari+SARPRAS.pdf>

<1% - <https://www.dpr.go.id/dokakd/dokumen/BALEG-RJ-20210406-020916-5102.pdf>
<1% - <https://mtsn3kukar.sch.id/kesiswaan1/>
<1% - <https://www.coursehero.com/file/80710119/kota-kediridocx/>
<1% -
<https://adoc.pub/bab-i-pendahuluan-mengalami-perkembangan-yang-semakin-pesat-.html>
<1% - https://id.wikipedia.org/wiki/Kota_Kediri
<1% - <https://muhammadtaqynurrahman.wordpress.com/2017/07/28/kota-kediri/>
<1% - <https://kedirikab.bps.go.id/menu/1/video-profil.html>
<1% -
<https://www.kedirikota.go.id/p/dalamberita/13582/sebanyak-206-atlet-kota-kediri-direncanakan-berangkat-ke-ajang-porprov-jatim-2022>
<1% -
<https://www.muhaemin-af.com/2020/06/seni-rupa-islam-berkembang-mencapai.html>
<1% - <http://lib.unnes.ac.id/41715/1/6301415074.pdf>
<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/4zpxv6rrq-pembinaan-prestasi-olahraga-sistem-pembinaan.html>
<1% -
<https://kuisatu.com/untuk-meningkatkan-dan-memelihara-kebugaran-jasmani-harus-memenuhi-prinsip-prinsip-sesuai-dengan-ukuran-latihan-dalam-hal-ini-prinsip-prinsip-latihan-yang-harus-dipenuhi-dalam-ukuran-latihan-adalah-s/>
<1% -
<https://adoc.pub/survei-pembinaan-prestasi-olahraga-bola-voli-atlet-pusat-pen.html>
<1% -
<https://adoc.pub/analisis-manajemen-sarana-prasarana-gelanggang-olahraga-satr.html>
<1% - <https://repository.uir.ac.id/4904/5/bab2.pdf>
<1% -
<https://ejournal.unib.ac.id/index.php/manajerpendidikan/article/download/11376/6642>
<1% -
<https://popdaixmalut.blogspot.com/2018/03/atletik-pengertian-sejarah-cabang.html>
<1% -
<https://nanagsurya556.blogspot.com/2014/11/sejarah-tentang-atletik-atletikberasal.html>
<1% - <https://bradware-sport.blogspot.com/>
<1% -
<https://www.coursehero.com/file/p37g4he/Natawidyana-2008-menyatakan-bahwa-sebagian-besar-standar-yang-menjadi-bagian/>
<1% -
<https://adoc.pub/keywords-arm-shoulder-muscle-strength-muscle-flexibility-bac.html>

<1% - <https://core.ac.uk/download/pdf/297185747.pdf>
<1% -
<https://sibloggerpembelajar.my.id/pon-xx-papua-2021-mentari-harapan-baru-dari-timur/>
<1% - <https://pelajaranbelt.blogspot.com/2011/02/atletik.html>
<1% - <https://raksabudhi.wordpress.com/2012/04/08/sejarah-pencak-silat/>
<1% -
<https://kuisatu.com/kuda-kuda-dalam-pencak-silat-merupakan-teknik-dasar-yang-menentukan-kualitas-gerakan-yang-lainnya-hal-ini-kar/>
<1% -
https://spada.fip.unm.ac.id/pluginfile.php/52315/mod_resource/content/1/UNIT%205%20PENJASKESREK.pdf
<1% - <https://www.materiolahraga.com/2019/09/pengertian-atletik.html>
<1% -
<https://kudo.tips/1hal-apa-saja-yang-diperlukan-untuk-mencapai-kondisi-fisik-yang-tinggi-jelaskan.html>
<1% -
<https://duniakitaolahraga.blogspot.com/2015/11/peradaban-sejarah-olahraga-di-indonesia.html>
<1% -
<https://adoc.pub/pembinaan-prestasi-olahraga-atletik-nomor-lari-pendek-meneng.html>
<1% -
<https://www.ebookanak.com/sainspedia/inilah-primata-terkecil-di-dunia-yang-hanya-ada-di-pulau-madagaskar/attachment/ilustrasi-100-binatang-pemecah-rekor-inilah-primata-terkecil-di-dunia-yang-hanya-ada-di-pulau-madagaskar/>
<1% - <https://penjaskes.co.id/atletik/>
<1% - <https://www.gramedia.com/literasi/lari-jarak-pendek/>
<1% - <https://www.maolioka.com/2016/08/variasi-keterampilan-gerak-melangkah.html>
<1% - <https://contohartikel.com/sekilas-tentang-atletik/>
<1% -
<https://rri.co.id/bengkulu/olahraga/901669/jadi-sentra-angkat-besi-bengkulu-perkuat-tim-sea-games-hanoi>
<1% -
<https://thespecialonefromsurabaya.tumblr.com/post/662261289200091136/cabor-atletik-salah-satu-andalan-jatim-nurhasan>
<1% -
https://e-arsip.bontangkota.go.id/images/Capaian_Indikator_Kinerja_Badan_Pendapatan_Daerah_Tahun_2019__no_124.pdf
<1% - <https://konijawatimur.co/2019/07/09/kota-kediri-juara-umum-atletik/>
<1% -

<https://andikafm.com/news/detail/25059/1/kota-kediri-juarai-atletik-dari-natiinal-paralympic-commitee-indonesia>

<1% -

<https://www.radarcirebon.com/2017/11/25/atlet-atletik-kota-dan-kabupaten-cirebon-bela-jabar-di-kejurnas/>

<1% - <https://peta-hd.com/peta-kota-kediri-gambar-hd-lengkap-dan-keterangannya/>

<1% -

<https://jatim.antaranews.com/berita/157644/koni-kota-kediri-target-juara-kedua-porprov-di-banyuwangi>

<1% -

<http://demonstran.id/dana-hibah-turun-separo-koni-kota-kediri-pangkas-kuota-atlet-pelatih-di-ajang-porprov-2022-mendatang/>

<1% -

<https://jatim.antaranews.com/berita/392444/koni-kota-kediri-mulai-gelar-latihan-bagi-atlet-dengan-protokol-kesehatan>

<1% -

<https://babel.antaranews.com/berita/225609/papua-kumpulkan-32-medali-emas-pada-pon-xx>

<1% -

<https://kediri.memo.co.id/ketua-koni-kota-kediri-buka-cabor-sepakbola-dengan-harapan-prestasi-tinggi/>

<1% - <https://pakuanraya.com/junsam-evaluasi-tim-monev-ini-pesannya/>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/89268472/Penelitian-yang-dilakukan-menggunakan-pendekatan-secara-kuantitatif-dari-hasil-yang-akan-didapatkan/>

<1% -

<https://kediripost.co.id/2019/07/01/berangkatkan-kontingen-porprov-koni-kota-kediri-target-juara-1/>

<1% -

<https://majalahloker4d.blogspot.com/2020/03/apa-itu-corona-virus-dan-covid-19.html>

<1% -

<http://eprints.polbeng.ac.id/2296/2/2.%20TA-5304171123-Bab%201%20Pendahuluan.pdf>

<1% -

<https://www.dream.co.id/news/6-virus-paling-mematikan-di-bumi-selain-covid-19-200401p.html>

<1% -

<https://www.kemkes.go.id/article/print/1511/menteri-kesehatan-pimpin-delegasi-ri-di-world-health-assembly-ke-64-resolusi-mekanisme-virus-sharing.html>

<1% -

<http://repository.uph.edu/40755/4.haslightboxThumbnailVersion/Chapter%201.pdf>
<1% -

<https://www.facebook.com/satlantasbanjar/videos/pemerintah-menekankan-pentingnya-perilaku-memakai-masker-mencuci-tangan-serta-me/3167295423497597/>
<1% -

<https://tassyanabilaa.blogspot.com/2020/05/dampak-virus-covid-19-pada-perekonomian.html>
<1% -

<https://www.kompasiana.com/ummunazlaafifah/60419b5ed541df0718099322/kkn-tematik-upi-peran-mahasiswa-salad-pencegahan-dan-penanggulangan-dampak-covid-19-did-bidang-pendidikan-dan-ekonomi>
<1% -

<https://www.semanticscholar.org/paper/Pemberdayaan-Masyarakat-Dalam-Pencegahan-Penularan-Rachmadi-Yuliyanto/fb61233c97b113a378738fa4ce4bcd8e93621e4c>
<1% -

<https://www.onlinenews.id/2020/04/09/kebijakan-pemerintah-terkait-penanggulangan-covid-19-belum-ada-hal-yang-menyentuh-penggunaan-internet/>
<1% -

<https://ekonomi.bisnis.com/read/20210808/98/1427322/ada-ppkm-aptrindo-minta-relaksasi-pembayaran-pinjaman>
<1% -

<https://www.kabarpendidikan.id/2021/09/dampak-ppkm-darurat-bagi-masyarakat.html>
<1% -

<https://www.ceritapelangiqq.com/merawat-kulit-wajah-telah-menjadi-rutinitas-sehari-hari-yang-tak-boleh-dilewatkan-segala-macam-aktivitas-yang-dilakukan-akan-berakibat/>
<1% -

<https://kabarceritaterkini.blogspot.com/2020/03/masyarakat-dihimbau-agar-tidak-panik.html>
<1% -

<http://repository.uph.edu/40150/2.haslightboxThumbnailVersion/ABSTRACT.pdf>
<1% -

<https://www.merdeka.com/jatim/5-event-olahraga-ini-ditunda-karena-corona-salah-satunya-olympic.html?page=2>
<1% -

<https://www.mandennews.com/prediksi-pasar-perjudian-dan-taruhan-online-global-dir-evisi-dalam-laporan-toko-riset-pasar-baru-karena-covid-19-diproyeksikan-akan-memiliki-dampak-besar-pada-penjualan-pada-tahun-2021/>
<1% -

<https://intens.news/sepanjang-pandemi-covid-19-lima-tenaga-medis-meninggal-dunia/>
<1% -

<https://www.msn.com/id-id/lifestyle/berita/5-kesalahan-saat-menghindari-penularan-co>

vid-19/ar-BB1b1yQy

<1% -

<https://rri.co.id/banten/daerah/974285/pandemi-covid-19-berdampak-terhadap-pengangguran-dan-kemiskinan-di-cilegon>

<1% -

<https://republika.co.id/berita/qbfxfn383/bkpm-sebut-covid-19-akan-berdampak-sistemik-ke-investasi>

<1% -

<https://gayahidup.republika.co.id/berita/q54kxi414/wabah-virus-corona-sulit-dikendalikan-mengapa>

<1% - <https://teiop.wordpress.com/tag/kuia-aku/>

<1% - <https://viechajuwanami93.blogspot.com/2013/06/makalah-bakat-khusus.html>

<1% -

<https://tr-ex.me/terjemahan/bahasa+indonesia-bahasa+inggris/memiliki+kecenderungan+untuk+menggunakan>

<1% -

<https://akurat.co/sikap-gotong-royong-sangat-dibutuhkan-dalam-kondisi-seperti-saat-ini>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p5s0ikr/Adapun-perlombaan-yang-akan-dilaksanakan-pada-bidang-SPO-akan-diuraikan-dibawah/>

<1% -

<https://www.medcom.id/olahraga/sportslainnya/ybDeDM0k-gubernur-jatim-pastikan-porprov-digelar-empat-tahun-sekali>

<1% - <https://petisi.co/porprov-vi-2019-kota-kediri-juara-umum-atletik/>

<1% -

<https://covertcreeklodge.com/shapovalov-mengalahkan-vavassori-untuk-memulai-mempertahankan-gelar-di-stockholm-open/>

<1% -

http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._KEPELATIHAN/194607181985111-BASTINUS_N_MATJAN/BAHAN_AJAR_UTAMA/BAHAN_AJAR_3.pdf

<1% -

http://eprints.undip.ac.id/50769/2/Putri_Asyifa_Rahman_22010112130173_Lap.KTI_Bab1.pdf

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/q763o9vy-penyusunan-program-latihan.html>

<1% - <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19528982/>

<1% - <https://andikawrestling.weebly.com/definisi-latihanresume-4.html>

<1% -

<http://ftl221.ddp.esaunggul.ac.id/wp-content/uploads/sites/640/2015/10/Terapi-Latihan>

-2-Pertemuan-12.pdf

<1% -

<https://annaproff1992.blogspot.com/2021/08/program-latihan-surat-surat-edaran-jpa.html>

<1% -

<https://kuisatu.com/perubahan-sosial-yang-bersifat-cepat-umumnya-akan-mengakibatkan-terjadinya/>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p1t0fc4u/KOMPETENSI-Memahami-keterkaitan-manusia-dalam-hubungannya-dengan-kondisi/>

<1% -

<https://kepelatuhanolahraga007.blogspot.com/2017/12/landasan-ilmiah-kepelatihan.html>

<1% -

<https://edukasi.lif.co.id/kondisi-tanah-yang-secara-langsung-berpengaruh-terhadap-tanaman-adalah/>

<1% -

<http://eprints.ulm.ac.id/5740/1/18.%20MANIPULASI%20VARIABEL%20PELATIHAN.pdf>

<1% -

<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1425820&val=4700&title=HUBUNGAN%20BEBAN%20KERJA%20FISIK%20FREKUENSI%20OLAHRAGA%20LAMA%20TIDUR%20WAKTU%20ISTIRAHAT%20DAN%20WAKTU%20KERJA%20DENGAN%20KELELAHAN%20KERJA%20Studi%20kasus%20pada%20pekerja%20Laundry%20Bagian%20Produksi%20Di%20CVX%20Tembalang%20Semarang>

<1% -

<https://adoc.pub/faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-pulih-asal-recovery.html>

<1% -

<https://imamwahyudin.blogspot.com/2010/09/wawasan-ilmu-kepelatihan-olahraga.html>

<1% -

<https://id.berita.yahoo.com/indef-penerapan-social-distancing-di-080000765.html>

<1% -

<https://www.variansi.com/untuk-meningkatkan-dan-memelihara-kebugaran-jasmani-harus-memenuhi-prinsip-prinsip-sesuai-dengan-ukuran-latihan-dalam-hal-ini-prinsip-prinsip-latihan-yang-harus-dipenuhi-dalam-ukuran-latihan-adalah-s/>

<1% - <https://www.apapunada.my.id/soal-agama-islam-umum-dan-jawabannya/>

<1% -

https://roboguru.ruangguru.com/forum/pertanyaan-sya-apa-kah-dengan-adanya-wabah-virus-corona-ini-atau-covid_FRM-18ZB5XKS

<1% -

<https://rri.co.id/surabaya/olahraga/1227840/pandemi-covid-19-atlet-kota-kediri-raih-pr>

estasi-gemilang-di-pon-xx-papua

<1% -

<https://adoc.pub/bab-3-metode-penelitian-dalam-penelitian-ini-penulis-mencoba.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/lq50kp3jz-tinjauan-penelitian-yang-relevan-imple-mentasi-sistem-informasi-manajemen-kepegawaian-di-badan-kepegawaian-daerah-kab upaten-sukoharjo-tahun-2012.html>

<1% -

<https://jatim.antaranews.com/berita/304309/borong-12-emas-kota-kediri-juara-umum-cabang-atletik-porprov-jatim>

<1% -

<https://republikbobotoh.com/2022/02/05/beberapa-pertimbangan-persib-dalam-mene ntukan-program-latihan-di-tengah-lonjakan-covid-19>

<1% - <https://eprints.umm.ac.id/75304/5/BAB%20II.pdf>

<1% -

<https://www.neliti.com/publications/326660/perkembangan-prestasi-atlet-atletik-pplp-j awa-tengah>

<1% -

<http://digilib.unimed.ac.id/33645/10/3.%20NIM.%206131210029%20ABSTRACT.pdf>

<1% - <http://digilib.unimed.ac.id/33645/>

<1% - <https://ebook.samsurijal.com/pt/judul-skripsi-olahraga-atletik.pdf>

<1% -

<http://staffnew.uny.ac.id/upload/132300166/penelitian/Pembinaan+Prestasi+Karate+DI Y.pdf>

<1% -

<https://123dok.com/article/simpulan-analisis-pembinaan-prestasi-cabang-olahraga-atle tik-kabupaten.yr6320vy>

1% - <http://simki.unpkediri.ac.id/detail/14.1.01.09.0003>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p17kuq7s/SOP-tidak-teliti-dan-sistematis-maka-kegiat an-tidak-akan-berjalan-dengan-lancar/>

<1% -

<https://tanya.dujuz.com/tag/lari-sprint-merupakan-salah-satu-nomor-lari-dari-cabang-o lahraga-akuatik/>

<1% - <https://lldikti3.kemdikbud.go.id/v6/kabar-kampus/>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/352060036_Analisis_Kesan_Tantangan_Hamba tan_dan_Harapan_Pembelajaran_Daring_di_Era_Pandemi_Covid_19

<1% -

https://www.academia.edu/55743969/Representasi_Kondisi_Fisik_Atlet_Puslatkot_Kota_K

ediri_Ditinjau_Dari_Letak_Geografis

<1% -

<https://podcasts.apple.com/us/podcast/produktivitas-selama-pandemi-covid-19/id1522090005?i=1000483018177>

<1% -

<https://kkn.undiksha.ac.id/blog/mengevaluasi-program-kerja-yang-sudah-dilaksanakan>

<1% -

<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1634733&val=13734&title=PROFILE%20OF%20THE%20PHYSICAL%20CONDITION%20OF%20SENIOR%20WUSHU%20SANDA%20PUSLATAKOT%20KEDIRI%20ATLET%20IN%20PROVINCIAL%20SPORTS%20EVENT%20PORPROV%20EAST%20JAWA%202019>

<1% - http://etheses.uin-malang.ac.id/2218/7/08410090_Bab_3.pdf

<1% -

<https://eprints.umm.ac.id/37996/4/jiptummpp-gdl-wahyuamrul-48250-4-babiii.pdf>

<1% - <http://repository.unpas.ac.id/30297/4/BAB%203%20PERJUANGAN-fix.pdf>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/dzxx9d7vz-teknik-pengumpulan-data-instrumen-penelitian.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/lq5r2587z-operasionalisasi-variabel-metode-penelitian.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/nq73leroy-variabel-penelitian-desain-penelitian-teknik-pengumpulan-data.html>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/353553803_Analisis_Hubungan_Perhatian_orang_Tua_Dengan_Prestasi_Belajar_Pada_Masa_Pandemi_Covid_-_19/fulltext/6102aade1ca20f6f86e7e1a2/Analisis-Hubungan-Perhatian-orang-Tua-Dengan-Prestasi-Belajar-Pada-Masa-Pandemi-Covid-19.pdf

<1% - http://repository.uinsu.ac.id/590/6/BAB_III.pdf

<1% - http://repository.radenintan.ac.id/1127/4/BAB_III_okkk.pdf

<1% - http://etheses.uin-malang.ac.id/1639/7/10410073_Bab_3.pdf

<1% - <https://jurnal.kominfo.go.id/index.php/jskm/article/viewFile/52/49>

<1% -

https://www.academia.edu/es/39342506/PENELITIAN_KUANTITATIF_DAN_KUALITATIF_SERTA_PEMIKIRAN_DASAR_MENGGABUNGKANNYA

<1% - <https://idr.uin-antasari.ac.id/17096/6/BAB%20III.pdf>

<1% -

<https://adoc.pub/bab-iii-metode-penelitian-kuantitatif-jenis-deskriptif-denga.html>

<1% -

<https://kuisatu.com/data-berupa-sekumpulan-angka-yang-diperoleh-dengan-cara-mengukur-adalah-jenis-data/>

<1% -

<https://rancangandizaina.blogspot.com/2021/10/rancangan-penelitian-deskriptif-dengan.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/oz11p3kvz-tempat-dan-waktu-penelitian-populasi-dan-sampel-penelitian-faktor-yang-diteliti-rancangan-penelitian.html>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p6tuut8r/Namun-karena-ada-beberapa-kendala-seperti-keterbatasan-waktu-dan-biaya-maka/>

<1% -

<https://adoc.pub/bab-iii-metode-penelitian-a-tempat-dan-waktu-penelitian-meny.html>

<1% -

<https://adoc.pub/bab-iii-metodologi-penelitian-tabel-33-waktu-dan-jenis-kegia.html>

<1% -

<http://repository.pertanian.go.id/bitstream/handle/123456789/14167/metode%20penelitian%20pnyuluhan%20pertanian.pdf>

<1% -

http://pps.unnes.ac.id/wp-content/uploads/2017/09/panduan_lengkap_v2_SITEDI_1.pdf

<1% - <https://123dok.com/article/teknik-pengolahan-data-lembar-tes-nama.yng6jwkz>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/7q0vj16lz-populasi-dan-sampel-penelitian-skripsi-dermatitis-contoh-semoga-bisa-membantu.html>

<1% - <http://repository.unpas.ac.id/36117/7/BAB%20III.pdf>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/ky6erv4gz-populasi-metode-penelitian-metode-yang-digunakan-dalam-penelitian-ini-adalah-metode-deskriptif.html>

<1% -

https://afidburhanuddin.files.wordpress.com/2012/05/populasi-dan-sampel_ariesta_oke.pdf

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p1grk3sk/dapat-menggunakan-sampel-yang-diambil-dari-populasi-tubuhnya-Sampel-yang-diambil/>

<1% -

<https://bidiknasional.com/2019/06/26/gubernur-jatim-luncurkan-maskot-dan-logo-por-prov-vi-tahun-2019/>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p4n6odj8/2-Sampel-38-Sampel-yang-digunakan-dalam-penelitian-ini-adalah-sebagian-konsumen/>

<1% - <https://www.mariyadi.com/2019/02/hakikat-penelitian-tindakan-kelas.html>

<1% -

<https://karyailmiah.unipasby.ac.id/2017/04/14/validitas-dan-reliabilitas-cara-mudah-analisis-secara-manual-microsoft-exel-dan-spss/>

<1% - <http://repository.stei.ac.id/7488/20/BAB%20III.pdf>

<1% -

<http://www.consultanthr.com/mengapa-perusahaan-perlu-mengetahui-kegunaan-tes-kemampuan-kuesioner-kepribadian-yang-digunakan-oleh-biro-psikologi/>

<1% -

<https://penmaru.upnvj.ac.id/jalur-nasional/2022/03/pengumuman-hasil-kelulusan-seleksi-snmptn-upn-veteran-jakarta-tahun-2022.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/7q0pvm8lz-pengertian-lari-sambung-estafet-latihan-teknik-lari-sambung-jarak-4-25-meter-latihan-teknik-lari-sambung-4-100-meter.html>

<1% -

<https://infopublik.id/ponpapua/kategori/pon-papua/571616/lontar-martil-dan-lari-400-meter-gawang-putra-pecahkan-rekor-pon>

<1% - <https://www.temukanpengertian.com/2015/05/pengertian-kecepatan.html?m=0>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/lq59d83gz-pembelajaran-start-jongkok-dengan-aba-aba-start.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/nq75x7jvz-faktor-faktor-yang-mempengaruhi-kecepatan-lari-prinsip-prinsip-dasar-latihan.html>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p12vkp7h/5-Pencatatan-Hasil-Hasil-yang-dicatat-adalah-waktu-yang-dicapai-testi-selama/>

<1% -

<https://kudo.tips/nomor-nomor-lari-jarak-pendek-yang-diperlombakan-adalah-a200-m-400-m-dan-8.html>

<1% -

<https://123dok.com/article/rangkaian-tes-kebugaran-jasmani-kebugaran-jasmani.eqo03e5q>

<1% -

<https://kudo.tips/jelaskan-cara-melakukan-start-jongkok-pada-aba-aba-siap-dalam-lari-jarak-pende.html>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p378u2f/b-pada-aba-aba-Ya-peserta-lari-menuju-garis-finis-Menempuh-jarak-1200-meter/>

<1% -
<https://blogsportdisporasinjai.blogspot.com/2018/07/lari-jarak-pendek-lari-jarak-menengah.html>

<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/dzx2rldvq-tes-lari-600-meter-instrumen-penelitian.html>

<1% -
<https://www.coursehero.com/file/p512nrt4/Pelaksanaan-1-Start-dilakukan-dengan-start-berdiri-2-Aba-aba-Bersedia-peserta/>

<1% -
<https://www.kangbadot.com/pengambilan-napas-dalam-renang-gaya-bebas-dilakukan-pada-saat/>

<1% -
<https://tokorakdingdimakassar.wordpress.com/tag/jarak-papan-tolakan-dengan-bak-pasir-pada-lompat-jauh/>

<1% - <https://www.variansi.com/teknik-dasar-lompat-jauh/>

<1% - <https://repository.uir.ac.id/337/2/bab2.pdf>

<1% -
<http://renomemo.rgj.com/cgi-bin/open/file.php?title=atletik+lompat+jauh+pdf&id=1308a3b2f5b9dbb7c10b7cb3de4e9cb0>

<1% - <https://nandaberliana.blogspot.com/2015/03/cara-memegang-lembing.html>

<1% - <https://www.masdayat.net/2022/02/bagaimana-tahapan-fase-pelepasan.html>

<1% - <https://mansyur1234.blogspot.com/2014/05/v-behaviorurldefaultvmlo.html#!>

<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/6zk3p2l8y-pengertian-lempar-cakram-lempar-cakram-roji-2004.html>

<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/9yn9l4vkq-phase-ayunan-phase-memutar-bagian-1.html>

<1% - <https://www.kibrispdr.org/pre-0/gambar-lapangan-tolak-peluru.html>

<1% -
<https://colearn.id/tanya/784801fa-1511-4da5-b9a2-3e869e2b709f/Cermati-gambar-lapangan-cabang-olahraga-tolak-peluru-di-sampingSektor-lemparanDiameter-arena-tolak>

<1% -
<https://ekonomipedi.com/jelaskan-teknik-pukulan-forehand-dalam-permainan-tenis-meja/>

<1% -
<https://text-id.123dok.com/document/oy8r8g95q-fase-persiapan-fase-meluncur-fase-meluncur-penempatan-kaki-fase-pelepasan-peluru-posisi-power.html>

<1% -

<https://www.ttsjawaban.com/buang-campak-tolak-martil-lontar-martil-peluru-tolak-peluru>

<1% -

<https://indonesian.alibaba.com/product-detail/baiyuheng-hauler-landing-rod-fish-silk-lading-large-throwing-trawler-nets-scoop-lead-rope-for-sea-fishing-net-1600246964625.html>

<1% -

<https://apaartidari.com/bagaimana-cara-memegang-pemukul-pada-permainan-kasti-brainly>

<1% -

<https://ekonomipedi.com/untuk-menambah-kecepatan-dan-membuat-gerakan-transisi-yang-efisien-ke-gerakan-lari-merupakan-tujuan-dari-a-fase-akselerasi-b-fase-layang-c-fase-topang-depan-d-fase-dorongan-e-fase-pemulihan/>

<1% -

<https://www.batamnews.co.id/berita-86307-rusia-serang-ukraina-rubel-hancur-ke-titik-trendah.html>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p78uhv7h/Langkah-langkah-dalam-pengumpulan-data-adalah-menghubungi-informan-yang-benar/>

<1% -

<https://afidburhanuddin.wordpress.com/2013/09/24/teknik-pengumpulan-data-2/>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p6tj0p0/a-Observasi-Teknik-pengumpulan-data-dimana-peneliti-mengadakan-pengamatan/>

<1% -

<https://www.kompas.com/parapuan/read/532614096/selain-anxiety-ini-6-masalah-kesehatan-mental-yang-sering-dialami-selama-pandemi-covid-19>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p5ctd18/Tujuan-Evaluasi-Secara-umum-dalam-bidang-pendidikan-evaluasi-bertujuan-untuk/>

<1% -

<https://www.onefc.com/id/features/superstar-one-ungkap-cara-menjaga-pemikiran-positif-selama-pandemi-covid-19/>

<1% - <http://repository.stie-mce.ac.id/1337/1/BAB%20III.pdf>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/dy46n6kzn-teknik-pengumpulan-data-teknik-pengumpulan-data-yang-akan-dilakukan-dalam-penelitian-ini-jenis-dan-sumber-data-jenis-data-yang-digunakan-dalam-penelitian-ini-adalah-data-sekunder-identifikasi-dan-definisi-operasional-variabel.html>

<1% - <http://repository.untag-sby.ac.id/9801/4/BAB%20III.pdf>

<1% - <http://eprints.kwikkiangie.ac.id/2034/4/bab%203.pdf>

<1% - <http://repository.unpas.ac.id/43677/6/Bab%203.pdf>

<1% - <https://serupa.id/teknik-analisis-data-penelitian-kualitatif-dan-kuantitatif/>

<1% - <https://www.coursehero.com/file/p212clgu/Data-yang-telah-terkumpul-dilakukan-pengolahan-secara-deskriptif-dengan/>

<1% - <https://www.grid.id/parapuan/read/532966997/banyak-diminati-semenjak-pandemi-covid-19-ini-5-profesi-yang-cocok-untuk-wanita-karir>

<1% - <https://text-id.123dok.com/document/6zcx7mkpy-tehnik-analisa-data-data-yang-telah-diperoleh-kemudian-dilakukan-analisis-untuk-mendapatkan.html>

<1% - <https://adoc.pub/bab-4-hasil-penelitian-pada-bab-ini-penulis-akan-memaparkan-.html>

<1% - <https://mynida.stainidaeladabi.ac.id/asset/skripsi/e906e-bab-iv-nurhamidah.pdf>

<1% - <https://id.berita.yahoo.com/tujuan-penelitian-kualitatif-dan-kuantitatif-034507762.html>

<1% - <https://123dok.com/document/yd2e24eq-profil-kondisi-atletik-pendidikan-pelatihan-olahraga-pelajar-yogyakarta.html>

<1% - <https://123dok.com/article/prosedur-analisis-data-metode-penelitian.qo5ol5my>

<1% - <https://masambapos.com/sport/blog/nomor-nomor-lomba-yang-ada-dalam-olahraga-atletik.html/page/9>

<1% - <https://www.facebook.com/pages/lempar-cakram-tolak-peluru/141044162666558>

<1% - <https://123dok.com/article/nomor-lomba-putri-lontar-martil-junior.y91r9rwq>

<1% - <https://www.linguee.com/german-english/translation/von+0+bis+100+meter.html>

<1% - https://m.mediaindonesia.com/infografis/detail_infografis/438905-tiga-peraih-medali-nomor-400-meter-gawang-putra-pecahkan-rekor-pon

<1% - https://roboguru.ruangguru.com/question/70-detik-1-jam-2-menit-detik-_A40vt326TKM

<1% - <https://www.tokopedia.com/elbosbby/meteran-100m-laser-distance-digital-jarak-jauh-meter-bkn-xiaomi-bosch>

<1% - https://www.bola.net/olahraga_lain_lain/oliver-cetak-waktu-tercepat-110-meter-gawang

.html

<1% - <https://story.liputan6.com/2718337/volume-159>

<1% - <https://www.kibrispdr.org/dwn-3/gambar-lapangan-atletik-lengkap.html>

<1% - <https://fddocuments.net/document/penilaian-tahap-1-mts.html>

<1% -

<https://finance.detik.com/properti/d-2122552/bangun-menara-400-meter-peruri-tak-mau-saingi-tomy-winata>

<1% -

https://roboguru.ruangguru.com/question/diketahui-data-sebagai-berikut-tentukan-jangkaun-kuartil-_QU-QZVB65TB

<1% -

https://www.academia.edu/64168724/ANALISIS_KEGIATAN_KEKRISTENAN_MAHASISWA_BERDASARKAN_SEBELUM_DAN_SELAMA_PANDEMI_COVID_19

<1% -

<https://www.tribunnews.com/nasional/2018/07/12/atlet-indonesia-jadi-juara-dunia-lari-100-meter-atletik-u-20>

<1% -

<https://kalsel.kemenag.go.id/berita/554918/Siswa-MTsN-4-HSU-Raih-Juara-1-Lomba-Atletik-100-Meter-Tingkat-Kabupaten>

<1% - <https://edukasi-id.com/penjaskes/tugas521931689>

<1% -

<https://papua.antaraneews.com/berita/569474/psikolog-berkebun-selama-pandemi-covid-19-dapat-menstabilkan-suasana-hati>

<1% -

<https://www.beritasatu.com/photo/9312/saktiyono-raih-perak-di-nomor-200-meter-paraatletik>

<1% -

<https://123dok.com/article/grafik-kecepatan-terhadap-waktuluas-jarak-tempuh.qog32djz>

<1% - <https://materisoals.blogspot.com/2021/02/rumus-kecepatan-jarak-waktu.html>

<1% -

<https://ekonomipedi.com/perlombaan-lari-400-meter-termasuk-nomor-lari-jarak/>

<1% -

<https://www.neliti.com/publications/261847/pengaruh-metode-latihan-interval-ekstensif-dan-intensif-terhadap-prestasi-lari-4>

<1% -

https://roboguru.ruangguru.com/question/daftar-nomor-atletik-pada-cabang-lari-100-meter-dan-400-meter-yang_QU-QPNIPOGK

<1% -

<https://www.antarafoto.com/pon-xx-papua/v1474641614/final-lari-800-meter-putra>

<1% - <https://translate.google.co.id/>

<1% -

<https://riau.antaranews.com/berita/171262/psikolog-berkebun-selama-pandemi-covid-19-dapat-menstabilkan-suasana-hati>

<1% -

<https://www.antaranews.com/foto/742734/atletik-lari-gawang-110m-putra-final/3>

<1% -

<https://makassar.antaranews.com/berita/306693/pon-xx-papua--rio-maholtra-raih-emas-110-meter-gawang-putra>

<1% -

<http://www.indonesia-athletics.org/index.php/result/item/165-hasil-final-kejuaraan-atletik-2013-lomba-110-meter-gawang-putra>

<1% - <https://penapengajar.com/materi-jarak-waktu-dan-kecepatan-kelas-5-sd/>

<1% -

<https://fajarpapua.com/2021/10/10/halomoan-pecahkan-rekor-pon-lari-400-meter-gawang-putra/>

<1% -

<https://adoc.pub/bab-iv-hasil-penelitian-dan-pembahasan-dari-hasil-pengukuran.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/dy44omgvy-analisis-data-sebelum-di-lapangan-analisis-data-di-lapangan.html>

<1% -

<https://diksi.co/news/disdukcapil-balikpapan-selama-pandemi-ada-peningkatan-angka-kematian>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/7q04k33xz-data-primer-data-primer-adalah-data-yang-diperoleh-secara-langsung-melalui-wawancara-strategi-map-politeknik-negeri-batam-hubungan-sebab-akibat-antara-tujuan-strategis-pada-masing.html>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/ky62xed4z-proses-pemilihan-sampel-dalam-penelitian-ini-adalah-sebagai-berikut-tabel-4-1.html>

<1% -

<https://www.antarafoto.com/seni-budaya/v1535559045/atletik-lempar-cakram-putra>

<1% -

<https://riaubernas.com/news/cetak/6211/disdik-siak-akan-berlakukan-pbm-jarak-jauh-jika-ada-peningkatan-kasus-covid19-di-siak>

<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/lq5rwdojz-deskripsi-data-perbedaan-pengaruh-metode-latihan-dan-kekuatan-otot-lengan-terhadap-prestasi-tolak-peluru.html>

<1% -

https://roboguru.ruangguru.com/question/data-hasil-lemparan-terjauh-atlet-pada-olahraga-tolak-peluru-dalam-cm-data_QU-L8SSOVKB

<1% - <https://ejournal.upm.ac.id/index.php/pedagogy/article/view/918>

<1% -

<https://indonesia-sunda.terjemahansunda.com/terjemahan7/966795-1-apakah-ada-peningkatan-dalam-pembelajaran-jarak-jauh-sejak-awal-karantina-baik-dalam-diri-anda-sen>

<1% - https://m.nomor.net/_kodepos.php?_i=republik-indonesia&id=34113

<1% -

<https://identitasprime.com/pasi-minut-gelar-lomba-lari-100-400-meter-putra-putri/>

<1% -

<https://tik.co.id/suatu-jenis-bakteri-dalam-satu-detik-membelah-menjadi-2-jika-permulaan-ada-5-bakteri-banyak-bakteri-akan-menjadi-160-setelah-detik-a-5b-6c-7d-8e-9-dengan-caranya-juga>

<1% -

http://test.transportasi.co/percepatan_waktu_tempuh_bentuk_peningkatan_layanan_kai_4940.htm

<1% -

<https://www.fajarpendidikan.co.id/belajar-susah-sd-12-79-mattaropuli-tidak-ada-prestasi-selama-pandemi/>

<1% -

<https://info-ambon.com/setelah-20-tahun-anak-hutumuri-kota-ambon-pecahkan-rekor-nasional-lari-200-meter-putri/alvin2/>

<1% - <https://ukurandansatuan.com/1-detik-berapa-menit-berapa-jam/>

<1% -

<http://www.indonesia-athletics.org/index.php/result/item/155-hasil-final-kejuaraan-atletik-2013-saptalomba-200-meter-putri>

<1% -

<https://rm.id/baca-berita/nasional/67184/kpai-catat-banyak-siswa-putus-sekolah-selama-pandemi-ada-yang-nikah-ada-yang-kecanduan-game-online>

<1% -

<https://rm.id/baca-berita/ekonomi-bisnis/94240/percepatan-waktu-tempuh-kereta-wujud-peningkatan-pelayanan-kai>

<1% -

<https://freetracfonemin.blogspot.com/2021/05/lempar-roket-perlombaan-lempar-lembing.html>

<1% -

<https://masambapos.com/sport/blog/prestasi-atlet-lempar-lembing-indonesia.html/page/4>

<1% - <https://akurat.co/atlet-lempar-lembing-putri-indonesia-gagal-sumbang-medali>

<1% -

<https://pon.antaraneews.com/foto/2510457/peparnas-papua-final-lempar-cakram-putri-klasifikasi-f56>
<1% -

<https://www.blogolahraga.com/blog/pertandingan-hasil-prestasi-lempar-cakram.html/page/9>
<1% -

<https://www.kompasiana.com/beningpusparani6157/6022dd958ede480b06025552/peningkatan-edukasi-pembelajaran-jarak-jauh-bagi-para-orang-tua-wilayah-rt-02-rw-06-kelurahan-banyumanik>
<1% -

<https://www.sergap.co.id/2021/10/09/tresna-puspita-atlet-lontar-martil-putri-asal-kuningan-raih-emas-di-pon-xx-papua/>
<1% -

<https://kumparan.com/swaonline/survei-jobstreet-hubungan-baik-dengan-rekan-kerja-jadi-hal-terpenting-selama-pandemi-covid-19-1vbrC7jPmBC>
<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p54kb9u/Hasil-dan-Pembahasan-Deskripsi-data-penelitian-yang-diperoleh-dari-hasil/>
<1% -

<https://fbeta.republika.co.id/berita/r8oeis425/empat-hal-yang-berubah-drastis-selama-pandemi-covid19>
<1% -

<https://academic-accelerator.com/Manuscript-Generator/Meningkatkan-Pelayanan/Yang-Lebih-Baik>
<1% -

https://id.wikipedia.org/wiki/Pandemi_COVID-19
<1% -

<https://serambiriau.com/news/detail/2451/olahraga/diananda-choirunisa-latihan-seadanya-di-rumah-selama-pandemi>
<1% -

<https://mediaindonesia.com/olahraga/129225/atlet-butuh-jam-terbang>
<1% -

https://www.researchgate.net/publication/353520567_KESIAPAN_KONDISI_FISIK_ATLET_KOTA_KEDIRI_CABANG_OLAHRAGA_TERUKUR_MENUJU_PORPROV_JATIM_2022/fulltext/610163a46468404dcc64128e/KESIAPAN-KONDISI-FISIK-ATLET-KOTA-KEDIRI-CABANG-OLAHRAGA-TERUKUR-MENUJU-PORPROV-JATIM-2022.pdf
<1% -

https://eprints.uns.ac.id/35238/2/A121208063_bab5.pdf
<1% -

<https://adoc.pub/bab-v-kesimpulan-dan-rekomendasi-berdasarkan-hasil-analisis-14a0bbebc24d656ed82d7757aa81b165010343.html>
<1% -

<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/4125>
<1% -

<https://text-id.123dok.com/document/dy4m0jdky-implikasi-hasil-penelitian-saran.html>

<1% - <http://repository.stei.ac.id/1529/7/BAB%201.pdf>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p2r1mu5t/2-Implikasi-Praktis-Hasil-penelitian-ini-digunakan-sebagai-masukan-bagi-guru/>

<1% - https://id.wikipedia.org/wiki/Karate_pada_Pekan_Olahraga_Nasional_2016

<1% - http://digilib.unmul.ac.id/digilib/index.php?p=show_detail&id=30585

<1% -

<https://www.medianasional.id/koni-lambar-gelar-pekan-olahraga-prestasi-para-atlet-maupun-pelatih/>

<1% -

<https://pbdjarum.org/berita/diluar-arena/1/b24c690109a40f7cc6/challenge-dalam-pertandingan-bulutangkis>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p2uhf2bb/Bagi-Perusahaan-Penelitian-ini-diharapkan-dapat-digunakan-sebagai-bahan/>

<1% - http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2018/14.1.01.09.0003.pdf

<1% - <https://dekadish.blogspot.com/2021/01/manfaat-teoritis-penelitian-c-tujuan.html>

<1% - <http://lib.unnes.ac.id/40776/1/UPLOAD%20TESIS%20AYU%20REZA.pdf>

<1% - http://repository.unhas.ac.id/2473/3/C011171013_skripsi%20DP.pdf

<1% - <https://fajar.co.id/tag/persatuan-atletik-seluruh-indonesia-pasi/>

<1% - <https://www.ilmusosial.my.id/2020/07/rpp-lempar-lembing.html>

<1% -

<https://masambapos.com/sport/blog/contoh-program-latihan-lari-jarak-menengah.html>

<1% - <https://kbbi.web.id/verzet>

<1% -

https://sippa.ciptakarya.pu.go.id/sippa_online/ws_file/dokumen/rpi2jm/DOCRPIJM_997985e002_BAB%20IX03-BAB%20IX%20Aspek%20Pembiayaan.pdf

<1% - <https://www.kemenpora.go.id/detail/563/>

<1% - https://en.wikipedia.org/wiki/Tebing_Tinggi

<1% - <https://digilib.unesa.ac.id/lists/front/terpopuler?page=1071>

<1% -

<https://garuda.ristekbrin.go.id/author/view/1745582?jid=20558&jname=Jurnal%20Kepelatihan%20Olahraga>

<1% - <https://ojs.unm.ac.id/competitor/article/view/21057>

<1% -

http://digilib.unmul.ac.id/digilib/index.php?p=show_detail&id=30504&keywords=

<1% -

<http://www.penasorkes.com/2019/10/peraturan-dan-ukuran-lapangan-lontar.html>

<1% - <https://onsearch.id/Record/IOS5236.slims-34017>

<1% - <https://j-ptiik.ub.ac.id/index.php/j-ptiik/article/download/5616/2719>

<1% -

<https://www.blibli.com/p/pt-remaja-rosdakarya-mengajar-dan-melatih-atletik-by-dr-dikdik-jafar-sidik-m-pd-buku-professional/ps--PTR-60033-00022>

<1% -

<https://www.coursehero.com/file/p5i7sr18/Sugiyono-Metode-Penelitian-Kuantitatif-dan-Kualitatif-dan-R-D-Bandung-CV/>

<1% -

<https://hargaalatmemanah.blogspot.com/2016/10/teknik-dasar-olahraga-lempar-lembing.html>

<1% - <https://trinity.id/sematan/teknik-dasar-lempar-lembing/>

<1% - <https://www.onesearch.id/Record/IOS7274.slims-1579>

<1% -

<https://www.facebook.com/heraldJakarta/posts/heraldid-jakarta-dewan-perwakilan-rakyat-dpr-lewat-komisi-vi-menyetujui-pertamin/151316904022636/>

<1% - https://sinta.kemdikbud.go.id/journals/detail?id=4815&_escaped_fragment_=#!

<1% -

<https://pengengayaan.blogspot.com/2021/03/tolak-peluru-sejarah-peraturan-dan.html>