

# Survei Minat Masyarakat Untuk Melakukan Aktivitas Olahraga Setelah PPKM di Stadion Maulana Yusuf Serang

Muhammad Khoirur Rozikin, Roesdiyanto, Supriatna, Kurniati Rahayuni

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: roesdiyanto@um.ac.id

Paper received: 2-3-2023; revised: 13-3-2023; accepted: 19-3-2023

## Abstract

The purpose of this study was to find out how much people are interested in doing sports activities at the Maulana Yusuf Stadium, Serang City and what kinds of sports people do at the Maulana Yusuf Stadium, Serang City. This study uses a quantitative descriptive research method with a population of 90 respondents, ranging in age from 5 to 55 years. The data analysis technique used is descriptive analysis and categorization. Based on the results of data analysis, it can be concluded that the public's interest in sports activities after PPKM at the Maulana Yusuf Stadium, Serang City is 84.92 percent, the score is included in the Very Good category. And the sports activities that people do at the Maulana Yusuf Stadium, Serang City are Badminton, Football, Jogging, Volleyball, Martial Arts, Gymnastics, Basketball, Casual Walks, Table Tennis, Workouts, and Swimming. And the sport that most people do at the Maulana Yusuf Stadium, Serang City after PPKM is the activity of Badminton and Football.

**Keywords:** interest; sport activity

## Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui mengenai seberapa besar minat masyarakat untuk melakukan aktivitas Olahraga di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang dan macam - macam Olahraga apa saja yang masyarakat lakukan di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Deskriptif Kuantitatif dengan populasi yang digunakan yaitu berjumlah 90 responden dengan rentan usia 5 sampai dengan 55 tahun. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan pengkategorian. Berdasarkan dari hasil analisis data, yakni dapat disimpulkan penelitian ini bahwa minat masyarakat untuk melakukan aktivitas Olahraga setelah PPKM di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang sebesar 84,92 persen skor tersebut termasuk dalam kategori Baik Sekali. Dan aktivitas olahraga yang masyarakat lakukan di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang adalah Badminton, Sepak Bola, Jogging, Volley, Beladiri, Senam, Basket, Jalan Santai, Tenis Meja, Workout, dan Renang. Dan Olahraga yang paling banyak masyarakat lakukan di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang setelah PPKM adalah aktivitas Olahraga Badminton dan Sepak Bola

**Kata kunci:** minat; aktivitas olahraga

## 1. Pendahuluan

Sudah hampir dua tahun negeri ini dibayang-bayangi oleh sebuah virus yang berbahaya, bukan hanya terdapat di negeri ini saja melainkan virus ini sudah tersebar ke seluruh penjuru dunia, sudah banyak sekali orang yang terkena atau terpapar oleh virus ini dan dampaknya sangat mengerikan, dimana orang yang terpapar virus ini dapat menyebabkan kematian, yang dimana virus ini dikenal dengan sebutan virus Covid-19, yang dimana dengan adanya virus ini membuat semua orang takut akan melakukan aktivitas di luar rumah sebagaimana yang biasa dilakukan sebelum adanya virus corona ini.

Jumlah Indonesia kasus covid-19 per tanggal 4 Oktober 2021 dimana kasus aktif 31.054, spesimen 211.514, suspek 108.264, konfirmasi 4.220.206, sembuh 4.046.891, jumlah kasus meninggal 142.261. Dan untuk Kabupaten Serang sendiri menurut Kepala bidang Kesehatan Masyarakat Dinkes Kabupaten Serang Jatining mengatakan hingga 3 November 2021 kasus Covid-19 akumulasi sejak awal pandemi sudah mencapai 9,128 kasus (Bela et al., 2021).

Dengan adanya virus ini pemerintah mengeluarkan peraturan-peraturan yang wajib dipatuhi oleh seluruh rakyat Indonesia. Tindakan pencegahan penularan berupa kontrol ketat terhadap kegiatan-kegiatan di masyarakat antara lain pembatasan sosial berskala besar (lockdown), menjaga jarak sosial, isolasi dan karantina; pembatalan event olahraga, religious, hiburan dan event kultural, juga disinformasi dan misinformasi (misalnya teori konspirasi tentang COVID-19) tentang pandemi dapat berdampak terhadap kesehatan mental manusia (Rahayuni, 2020). Hal tersebut membuat masyarakat merasakan ketakutan akan adanya virus ini dan banyak yang memilih untuk tidak keluar rumah, pemerintah dan perkantoran yang memberikan kebijakan kepada karyawannya untuk bekerja dari rumah (WFH Work From Home) jadi masyarakat merasa aman jika melakukan pekerjaan dari rumah. Praktis dengan adanya peraturan PPKM yang diberlakukan maka aspek olahraga di Indonesia mengalami perubahan total. Penelitian yang dilakukan oleh (Setiyani, 2020) mengungkapkan bahwa dengan adanya pandemi maka beberapa kompetisi olahraga yang ada di Indonesia terpaksa harus dihentikan, dengan begitu masyarakat dihimbau berolahraga yang hanya bisa dilakukan di rumah seperti workout, yoga dan sebagainya.

Pandemi covid 19 tidak hanya terjadi di Indonesia, efek adanya pandemi juga berimbas pada perhelatan olimpiade Tokyo (Gallego et al., 2020). Langkah ini perlu dilakukan oleh berbagai pihak di berbagai negara mengingat kecepatan penularan tanpanya ada gejala dan terjadinya replikasi (Li et al., 2020). Olahraga pada saat ini sudah menjadi seperti kebutuhan pokok yang harus dipenuhi, akan tetapi olahraga yang biasa dilakukan di luar ruangan dengan penggabungan liburan atau rekreasi terpaksa harus dilakukan di rumah, akan tetapi perkembangan inovasi media olahraga saat terjadi pandemi tidak berhenti sehingga masyarakat tetap bisa mengisi waktu untuk berolahraga. Menurut Shi et al., (2020) melakukan olahraga mengurangi infeksi dari virus covid 19 dimana memang pada dasarnya covid 19 menyerang sistem pernapasan. Sedangkan manfaat lain terkait olahraga dengan pandemi adalah meningkatkan kekebalan tubuh (Campbell & Turner, 2018). Selain manfaat tersebut aktivitas fisik yang baik memang terbukti dalam pencegahan obesitas, hipertensi, serangan jantung, diabetes, dan kanker, dan tak kalah penting dapat mengurangi tingkat stres yang dapat mengurangi imun tubuh (Sallis & Pratt, 2020).

Dalam pelaksanaan untuk melakukan aktivitas olahraga minat memiliki posisi yang sangat kuat, yang dimana minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Pada dasarnya setiap orang yang melakukan kegiatan atau aktivitas sesuai dengan minatnya maka orang tersebut akan senang melakukannya berbeda apabila melakukan suatu hal yang tidak diminatnya. Seseorang yang memiliki minat terhadap sesuatu akan cenderung memberikan perhatian yang lebih besar (Febrianty et al., 2020). Melakukan aktivitas dalam keadaan senang maka akan lebih mudah dan tidak merasa terbebani daripada melakukan aktivitas tidak sesuai dengan minat kita maka akan merasa sukar dan terbebani. Slameto (2010:180). Beberapa penelitian yang dilakukan sebelum pandemi minat masyarakat berolahraga cukup baik walaupun di selingi

dengan banyak kegiatan rekreasi (Arindra, 2019), (Syarif, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Ahmad et al., 2020) menunjukkan bahwa dengan adanya minat yang diperoleh dari sebuah motivasi intrinsik dan ekstrinsik mendorong seseorang dalam berolahraga selama tahun 2021.

Berlangsungnya pandemi yang hampir membuat masyarakat mengalami kejenuhan dengan aktivitas yang dilakukan di rumah baik pekerjaan, hiburan dan aktivitas kesehatan walaupun banyak inovasi yang terjadi seperti latihan dengan virtual menggunakan media youtube (Taufik, 2021). Selain itu aktivitas lain seperti pembelajaran pjok bahkan juga dilakukan secara online (Hakim et al., 2020). Memang terjadi perbedaan olahraga saat terjadi pandemi dan sesudah pandemi, menurut Ashadi et al., (2020) terjadi penurunan aktivitas olahraga sebelum terjadi pandemi dan saat pandemi akan tetapi kembali meningkat saat pandemi mulai menghilang pada mahasiswa olahraga.

Kawasan Stadion Maulana Yusuf merupakan sebuah ruang terbuka untuk masyarakat melakukan aktivitas baik untuk bersantai ataupun melakukan aktivitas olahraga. Kandang dari Serang Jaya ini memiliki fasilitas yang cukup lengkap yang dimana dalam lingkungan stadion terdapat beberapa fasilitas yang dapat masyarakat gunakan diantaranya : Stadion Maulana Yusuf yang didalamnya terdapat lapangan dan lintasan atletik, GGR (Gedung Gelanggang Remaja) dapat digunakan berbagai aktivitas namun saat ini dapat digunakan untuk olahraga Basket dan Voli, Panggung Aspirasi yang dapat digunakan senam sehat dan kegiatan lainnya, Loop Arena, Lapangan Mini, dan Kolam Renang yang dalam tahap pembaharuan. Dan juga di lingkungan Stadion terdapat tempat parkir yang luas yang biasa masyarakat gunakan untuk perekonomian dan aktivitas olahraga (Aris Bendahara DISPARPORA, 2021). Kemudian beberapa kajian empiris juga menemukan adanya trend baru dalam berolahraga saat adanya PPKM akibat covid yaitu dimana dengan harus menjaga jarak trend bersepeda mengalami peningkatan yang pesat (Fitroni, 2021), (Zhanssen et al., 2021). Penelitian (Deniati & Annisaa, 2021) trend bersepeda yang dilakukan lansia memiliki korelasi positif pada imunitas tubuh.

Masyarakat Kabupaten Serang saat ini sangat membutuhkan aktivitas gerak yang teratur dan meningkat, dimana pada (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018) jumlah masyarakat Kabupaten Serang yang mengalami kelebihan berat badan dengan usia diatas 18 tahun di angka 1672 masuk dalam urutan ke-5 masyarakat dengan obesitas tertinggi di Provinsi Banten, dan pada tahun 2020 Dinas Kesehatan Kabupaten Serang mencatat sebesar 7152 masyarakat yang mengalami kenaikan berat badan berlebih atau Obesitas, artinya dimasa pandemic ini masyarakat yang mengikuti anjuran pemerintah untuk dirumah saja membutuhkan aktivitas gerak yang cukup agar dapat membuat tubuh menjadi tetap ideal dan juga dapat membuat tubuh menjadi sehat, segar bugar jasmani dan rohani.

Dan jika dilihat dari data yang didapatkan maka angka kenaikan masyarakat yang mengalami kenaikan berat badan atau Obesitas di Kabupaten Serang Terbilang sangat signifikan, berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini.

## **2. Metode**

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif, penelitian ini dilakukan selama kurun waktu 1 (satu) minggu dimulai pada tanggal 28 Agustus 2021 dan selesai pada tanggal 4 September 2021 populasi dalam penelitian ini adalah Masyarakat Kabupaten serang yang melakukan aktivitas Olahraga di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang,

dengan rentang usia 5-55 tahun. Sampel yang digunakan adalah masyarakat Kabupaten Serang dan Pegawai Negeri Sipil (PNS) Inspektorat Kabupaten Serang dan masyarakat Kabupaten Serang yang berjumlah 90 orang, yang masing-masing terbagi dari usia 5 – 11 tahun 9 responden, 12 – 16 tahun 2 responden, 17 – 25 tahun 51 responden, 26 – 35 tahun 9 responden, 36 – 45 tahun 9 responden, 46 – 55 tahun 10 responden. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik random sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik penyebaran angket berisikan kuesioner yang terdiri dari 9 pertanyaan atau pernyataan. Teknik analisis data yang digunakan dalam menganalisis data adalah Skala Likert.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil dari penelitian ini terdiri dari berbagai pertanyaan maupun pernyataan yang dimana tujuannya untuk mengetahui seberapa besar minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di Stadion Maulana Yusuf, pertanyaan atau pernyataan tersebut berdasarkan pengertian minat yang memiliki unsur ketertarikan, rasa senang, gembira dan dilakukan atas kesadaran diri sendiri. Perhitungan dalam penelitian dilakukan dalam Microsoft excel dan manual menggunakan perhitungan Skala Likert. Peneliti akan menjabarkan mengenai hasil analisis data yang sudah dilakukan.

**Tabel 1. Data jenis kelamin masyarakat yang berolahraga di stadion Maulana Yusuf**

Jenis Kelamin	F	Persentase
Laki-laki	36	40%
Perempuan	54	60%
Total	90	100%

Berdasarkan pada tabel 1 jenis kelamin yang diambil sebagai responden. Jenis kelamin yang paling banyak adalah Jenis kelamin Perempuan sebesar 60% dan laki-laki sebesar 40%. Jadi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang diambil dalam penelitian ini adalah responden perempuan.

**Tabel 2. Data Usia masyarakat yang berolahraga di stadion Maulana Yusuf**

Keterangan	Range	Laki-laki	Perempuan	Total
Anak-anak	5-11	5	4	9
Remaja Awal	12-16	1	1	2
Remaja Akhir	17-25	10	41	51
Dewasa Awal	26-35	6	3	9
Dewasa Akhir	36-45	7	2	9
Lansia Awal	46-55	7	3	10

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui usia responden yang diambil dalam penelitian ini berkisar di usia 5 – 11 tahun sejumlah 9 orang (10%), 12 – 16 tahun sejumlah 2 orang (2%), 17 – 25 tahun sejumlah 51 orang (57%), 26 – 35 sejumlah 9 orang (10%), 36 – 45 sejumlah 9 orang (10%), 46 – 55 sejumlah 10 orang (11%). Dan responden yang paling banyak diambil dalam penelitian adalah Remaja Akhir dengan rentang usia 17 -25 tahun dengan jumlah responden mencapai 51 orang (57%).

**Tabel 3. Jenis olahraga yang masyarakat lakukan di stadion Maulana Yusuf**

<b>Aktivitas Olahraga</b>	<b>Laki - Laki</b>	<b>Perempuan</b>	<b>Total L &amp; P</b>
Badminton	8	23	31
Sepak Bola	13	2	15
Jogging	3	6	9
Volley	-	8	8
Beladiri	5	2	7
Senam	-	5	5
Basket	1	3	4
Jalan Santai	4	-	4
Tenis Meja	1	2	3
Workout	1	2	3
Renang	-	1	1
<b>jumlah</b>	<b>36</b>	<b>54</b>	<b>90</b>

Berdasarkan tabel 3 olahraga yang masyarakat lakukan di Stadion Maulana Yusuf adalah Olahraga Badminton 31 orang (34%), Sepak Bola 15 orang (17%), Jogging 9 orang (10%), Volly 9 orang (9%), Beladiri 8 orang (8%), Senam 5 orang (5%), Basket 4 orang (4%), Jalan Santai 4 orang (4%), Tenis Meja 3 orang (3%), Workout 3 orang(3%), Renang 1 orang (1%). Jadi dari penelitian ini olahraga yang masyarakat gemari yaitu Olahraga Badminton dengan 31 orang atau sebesar 34%.

**Tabel 4. Jenis olahraga yang masyarakat lakukan di stadion Maulana Yusuf**

<b>N valid</b>	<b>90</b>
<b>Missing</b>	<b>2</b>
<b>Range</b>	<b>20</b>
<b>Total</b>	<b>2,295</b>
<b>Minimum</b>	<b>540</b>
<b>Maksimum</b>	<b>2700</b>

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwasanya terdapat 92 kuesioner yang diterima oleh peneliti, setelah diteliti terdapat 2 jawaban yang tidak sesuai dengan penelitian, maka peneliti hanya mendapat 90 lembar jawaban yang sesuai dengan tujuan penelitian, dengan jumlah jawaban responden yaitu 540 dan total jumlah skor yang didapat 2.295, dengan range 20, skor minimum yang didapat 540, dan 2.700 untuk skor maksimum.

Penjelasan hasil data diatas merupakan sedikit gambaran mengenai minat masyarakat dalam melakukan aktivitas Olahraga dan berbagai macam aktivitas olahraga yang masyarakat lakukan setelah PPKM di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang.

Menurut Slameto dalam (Flora Siagian, 2015) Minat adalah suatu rasa lebih atau suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Pada dasarnya setiap orang yang melakukan kegiatan atau aktivitas sesuai dengan minatnya maka orang tersebut akan senang melakukannya berbeda apabila melakukan suatu hal yang tidak diminatnya. Melakukan aktivitas dalam keadaan senang maka akan lebih mudah dan tidak merasa terbebani daripada melakukan aktivitas tidak sesuai dengan minat kita maka akan merasa sukar dan terbebani. Minat menurut (Murniarti, 2020) minat adalah suatu proses pengembangan dalam menumpahkan seluruh kemampuan yang ada untuk mengarahkan

individu kepada suatu kegiatan yang diminatinya, minat merupakan ketertarikan akan sesuatu objek yang berasal dari hati, bukan paksaan dari orang lain. Minat menurut Bernard dalam (Agusdina, 2018). Minat tidak timbul secara tiba-tiba ataupun spontan, melainkan timbul akibat dari partisipasi, pengalaman dan kebiasaan.

Minat adalah sebuah ketertarikan seseorang terhadap suatu objek atau suatu aktivitas yang dilihat kemudian timbul rasa senang, gembira, menarik, dan kemudian muncul rasa ingin melakukan tanpa ada paksaan dari orang lain. minat akan selalu berkaitan dengan rasa keinginan atau sebagai kebutuhan. Menurut Hurlick dalam (Meilani & Nisa, 2020) Minat yang timbul dimasa kanak-kanak kemudian dikembangkan hingga dewasa maka akan sangat berpengaruh terhadap sikap seseorang dalam menentukan peran apa yang akan diambil dalam kehidupan bermasyarakat. Terbentuknya minat dalam diri seseorang dapat terjadi kapan saja dan dimana saja sesuai dengan apa yang dilihat dan dirasa. Minat timbul dalam diri seseorang bukan dalam perasaan senang atau suka, akan tetapi minat juga dapat timbul dalam perasaan sukar atau suatu hal yang tidak menyenangkan.

Hasil penelitian yang dilakukan tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pranata, 2020) yakni dimana rentang usia remaja akhir 16-25 tahun menjadi persentase tertinggi dalam melakukan olahraga, sedangkan jenis olahraga sedikit berbeda dengan yakni persentase tertinggi pada jenis olahraga sepeda. Melakukan aktivitas olahraga saat pandemi memiliki korelasi dengan tingkat stres seseorang (Asri & Lely Octaviana, 2021). Selaras dengan hal tersebut peningkatan kegiatan olahraga setelah berakhirnya PPKM menjadi sebuah coping terhadap stres (Fildzah Aufar & Tri Raharjo, 2020). Kegiatan olahraga yang dilakukan saat setelah PPKM harus tetap dilakukan dengan adanya protokol kesehatan yang ketat, memang sebaiknya olahraga masih dilakukan dengan tidak membuat kerumunan (Yuliana, 2020).

Meningkatnya minat masyarakat untuk berolahraga juga diikuti dengan dimulai kembali olahraga seperti sepak bola, basket dan sebagainya dengan protokol kesehatan yang ketat (Iswahyudi, 2020). Selain olahraga dan protokol kesehatan masyarakat juga dihimbau terkait dengan mengkonsumsi makanan yang sehat (Hapsari et al., 2020), dimana jika pola makan yang buruk akan berhubungan terjadinya obesitas (Bernatal Saragih, 2021). Dengan mengikuti berbagai bentuk diskusi dan webinar yang banyak diselenggarakan masyarakat dapat memperoleh banyak pengetahuan terkait dengan pola hidup sehat untuk menjaga kesehatan (Nopiyanto et al., 2020).

#### **4. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga setelah PPKM di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang diperoleh kesimpulan sebagai bahwa minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga setelah PPKM di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang dalam kategori “Baik Sekali”. Kemudian Olahraga yang masyarakat lakukan di Stadion Maulana Yusuf Kota Serang adalah Badminton, Sepak Bola, Jogging, Volley, Beladiri, Senam, Basket, Jalan Santai, Tenis Meja Workout.

#### **Daftar Rujukan**

- Agusdina, G. L. (2018). Pengaruh Minat Baca Terhadap Hasil Belajar Afektif Dan Psikomotor Siswa Kelas V SD Negeri 2 Botoran Tulungagung.
- Ahmad, R., Ahzami, R., & Mochammad, P. (2020). Tingkat Partisipasi Warga Desa Blawi Karangbinangun Lamongan Dalam Melakukan Aktivitas Olahraga Berdasarkan Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik

- Selama Pandemi (Covid-19). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2507(1), 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.solener.2019.02.027><https://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/>
- Arindra, H. K. (2019). Survei Minat Dan Motivasi Masyarakat Melakukan Olahraga Rekreasi Pada Kegiatan Car Free Day Di Kabupaten Banyumas. *Skripsi. Universitas Negeri Semarang. Semarang*, 71.
- Ashadi, K., Mita Andriana, L., Bayu, D., & Pramono, A. (2020). Pola Aktivitas Olahraga Sebelum Dan Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Fakultas Olahraga Dan Fakultas Non-Olahraga. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(3), 713–728. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgr.v6i3.14937](https://doi.org/10.29407/js_unpgr.v6i3.14937)
- Asri, N., & Lely Octaviana, E. S. (2021). Aktivitas Olahraga Di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.31851/hon.v4i1.5213>
- Bela, G. S., Pusporini, L. S., Marwiyah, N. & Kuntarto, B. (2021). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Tingkat Kecemasan Masyarakat Tentang Kejadian Covid-19 Di Lingkungan Perumahan Taman Banten Lestari Kota Serang Tahun 2020 The Depiction Of Public Knowledge, Attitudes And Anxiety Level Regarding Covid-19 Occurrence At. *Faletehan Health Journal*, 8(1), 42–50.
- Bernatal Saragih1, F. M. S. (2021). Hubungan Berbagai Faktor Dengan Kebiasaan Makan Pada Masa Pandemi Covid 19 (Relationship Of Various Factors To Eating Habits In Covid Pandemic 19). *Universitas Mulawarman*, 148(April), 148–162.
- Campbell, J. P., & Turner, J. E. (2018). Debunking The Myth Of Exercise-Induced Immune Suppression: Redefining The Impact Of Exercise On Immunological Health Across The Lifespan. *Frontiers In Immunology*, 9(Apr), 1–21. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2018.00648>
- Deniati, E. N., & Annisaa, A. (2021). Hubungan Tren Bersepeda Dimasa Pandemi Covid-19 Dengan Imunitas Tubuh Lansia. *Sport Science And Health*, 3(3), 125–132. <https://doi.org/10.17977/um062v3i32021p125-132>
- Febrianty, A., Fahrial, A., & Usman, W. (2020). Survei Minat Siswa Kelas Viii Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di Smp Negeri Se- Kabupaten Sidoarjo. *Sport Science Health*, 2(1), 39–48.
- Fildzah Aufar, A., & Tri Raharjo, S. (2020). Kegiatan Relaksasi Sebagai Coping Stress Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2, 157–163. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29126>
- Fitroni, H. (2021). Fenomena Peningkatan Motivasi Bersepeda Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19. *Sporta Sainatika*, 6(1), 109–118. <http://sportasainatika.pj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/view/176>
- Flora Siagian, R. E. (2015). Pengaruh Minat Dan Kebiasaan Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan Mipa*, 2(2), 122–131. <https://doi.org/10.30998/formatif.v2i2.93>
- Gallego, V., Nishiura, H., Sah, R., & Rodriguez-Morales, A. J. (2020). The Covid-19 Outbreak And Implications For The Tokyo 2020 Summer Olympic Games. *Travel Medicine And Infectious Disease*, 34(January). <https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101604>
- Hakim, A. L., Subandowo, M., & Rohman, U. (2020). Survey Pelaksanaan Pembelajaran Pjok Secara Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Nurul. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, Volume 5 Nomor 2, Edisi November 2020 Latihan, 5(November), 62–65.
- Hapsari, L. A., Astuti, A. P., & Praswati, A. N. (2020). Konsumsi Makanan Dan Olahraga Selama Pandemi Covid-19. *Proceeding Of The Urecol*, 154–161.
- Iswahyudi, F. (2020). Jaminan Perlindungan Bagi Pelaku Olah Raga Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Buletin Konstitusi*, 1(1).
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas. 30–40.
- Li, Q., Guan, X., Wu, P., Wang, X., Zhou, L., Tong, Y., Ren, R., Leung, K. S. M., Lau, E. H. Y., Wong, J. Y., Xing, X., Xiang, N., Wu, Y., Li, C., Chen, Q., Li, D., Liu, T., Zhao, J., Liu, M., ... Feng, Z. (2020). Early Transmission Dynamics In Wuhan, China, Of Novel Coronavirus-Infected Pneumonia. *New England Journal Of Medicine*, 382(13), 1199–1207. <https://doi.org/10.1056/nejmoa2001316>
- Meilani, & Nisa. (2020). Pengaruh Etika Profesi Perpajakan, Pengetahuan Perpajakan, Brevet Pajak, Dan Motivasi Terhadap Minat Berkarir Di Bidang Perpajakan. *Prisma (Platform Riset Mahasiswa Akuntansi)*, 01(02), 13–26. <http://ojs.stiesia.ac.id/index.php/prisma/article/view/415>

- Murniarti, E. (2020). Pengertian Bakat, Ciri-Ciri Anak Berbakat, Dan Implikasi Pendidikan. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Indonesia Jakarta.
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., Sugihartono, T., & Yarmani, Y. (2020). Pola Hidup Sehat Dengan Olahraga Dan Asupan Gizi Untuk Meningkatkan Imun Tubuh Menghadapi Covid-19. *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan Ipteks*, 18(2), 90–100. <https://doi.org/10.33369/Dr.V18i2.13008>
- Pranata, D. Y. (2020). Aktivitas Olahraga Yang Dilakukan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Banda Berdasarkan Usia. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 9(2), 32–38. <https://doi.org/10.36706/Altius.V9i2.12543>
- Rahayuni, K. (2020). Kesehatan Mental Atlet Indonesia Saat Pandemi Covid-19: Tantangan, Rekomendasi Dan Peluang Riset. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 5(2), 105–121. <https://doi.org/10.5614/jskk.2020.5.2.5>
- Sallis, J. F., & Pratt, M. (2020). Multiple Benefits Of Physical Activity During The Coronavirus Pandemic. *Revista Brasileira De Atividade Física & Saúde*, 25, 1–5. <https://doi.org/10.12820/Rbafs.25e0112>
- Setiyani, M. S. (2020). Pengaruh Virus Covid 19 Terhadap Bidang Olahraga Di Indonesia. *Jurnal Stamina*, 3, 1–9.
- Shi, Y., Wang, Y., Shao, C., Huang, J., Gan, J., Huang, X., Bucci, E., Piacentini, M., Ippolito, G., & Melino, G. (2020). Covid-19 Infection: The Perspectives On Immune Responses. In *Cell Death And Differentiation* (Vol. 27, Issue 5, Pp. 1451–1454). Springer Us. <https://doi.org/10.1038/S41418-020-0530-3>
- Syarif, A. (2020). Minat Masyarakat Berolahraga Rekreasi Di Kegiatan Car Free Day Di Kota Palangka Raya. *Meretas ; Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(2), 12–26.
- Taufik, M. S. (2021). Aplikasi Virtual Training Dengan Media Youtube Pada Atlet Petanque Kabupaten Cianjur Di Masa Ppkm 2021. Dr. Adi Wijayanto, S. Or., S. Kom., M. Pd., Aifo. Dr. Nurkadri, S. Pd., M. Pd Dr. Agus Mukholid, M. Pd. Adi Rahadian, S. Si., M. Pd., 19.
- Yuliana. (2020). Olahraga Yang Aman Di Masa Pandemi Covid-19 Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh. *Jurnal Bali Membangun Bali*, 1(2), 103–110. <https://doi.org/10.51172/jbmb.V1i2.112>
- Zhanssen, Alfatiyano, A. Y., & Susanto, I. H. (2021). Aktivitas Olahraga Bersepeda Pada Saat Pandemi Covid-19 Di Kabupaten Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09, 81–90.