



## Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Akurasi pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru

Brema Ekel Suranta Tarigan<sup>1\*</sup>, I Putu Panca Adi<sup>2</sup>, I Made Agus Wijaya<sup>3</sup> 

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received February 02, 2022

Revised February 09, 2022

Accepted March 14, 2022

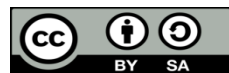
Available online April 25, 2022

#### Kata Kunci:

Kedisiplinan, Panahan, Petanque

#### Keywords:

Discipline, archery, petanque



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2022 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

### ABSTRAK

Virus covid-19 yang melanda Indonesia, kedua cabang olahraga ini yaitu panahan dan petanque diberlakukan dikarantina atau berlatih dari rumah masing-masing oleh pemerintah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga panahan dan petanque pada masa adaptasi kebiasaan baru. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu atlet panahan sebanyak 45 orang dan atlet petanque sebanyak 18 orang. Instrumen yang digunakan adalah instrument kedisiplinan. Analisis data menggunakan teknik analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase pada tabel dan grafik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga panahan berada pada kategori "cukup disiplin" sebesar 4,5% (2 orang), kategori "disiplin" sebesar 24,4% (11 orang) dan kategori "sangat disiplin" sebesar 71,1% (32 orang). Untuk hasil penelitian tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga petanque berada pada kategori "disiplin" sebesar 38,9% (7 orang) dan kategori "sangat disiplin" sebesar 61,1% (11 orang). Berdasarkan nilai rata-rata tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga panahan dan petanque berada pada kategori "sangat disiplin". Kategori ini tidak dapat digeneralisasikan, akan tetapi hanya berlaku untuk kelompok yang diteliti saja.

### ABSTRACT

With the Covid-19 virus that hit Indonesia, the government enforced these two accuracy sports, archery and petanque, in quarantine or practiced from their respective homes. This study aims to analyze the level of discipline of archery and petanque athletes during the adaptation period to new habits. This type of research is descriptive research. The method used is the survey method. The subjects used in this study were 45 archery athletes and 18 petanque athletes. The instrument used is disciplinary. Data analysis used descriptive statistical analysis techniques as outlined in the form of percentages in tables and graphs. The results showed that the level of discipline of athletes in archery was in the "moderately disciplined" category of 4.5% (2 people), the "disciplined" category was 24.4% (11 people), and the "very disciplined" category was 71.1% (32 people). For the results of the research, the level of discipline of athletes in the petanque sport was in the "disciplined" category of 38.9% (7 people) and the "very disciplined" category of 61.1% (11 people). Based on the average value of the discipline level of archery and petanque athletes in the "very disciplined" category. This category cannot be generalized but only applies to the group studied.

## 1. PENDAHULUAN

Keadaan darurat kesehatan masyarakat diakibatkan oleh merebaknya novel beta coronavirus yang dinamai 2019-novel coronavirus (SARS-CoV-2) yang akan menjadi pandemik di seluruh dunia dengan tingkat mortalitas yang tinggi (Batubara & Batubara, 2020; Buana, 2020; Yulia, 2020). Salah satu sektor yang terkena dampak virus ini adalah sektor keolahragaan. Karena itu protokol kesehatan yang wajib dipatuhi oleh setiap orang yang melakukan aktifitas di luar rumah. Pada masa AKB pemerintah sedang mempersiapkan skenario untuk pemulihan kegiatan ekonomi, sekolah maupun kegiatan lainnya (Hanik, 2020; Wahyono et al., 2020; Winarni et al., 2021). Olahraga adalah salah satu sektor yang mulai

\*Corresponding author.

E-mail addresses: [bremaekelsurantatarigan09@undiksha.ac.id](mailto:bremaekelsurantatarigan09@undiksha.ac.id) (Brema Ekel Suranta Tarigan)

melakukan kegiatan dimasa AKB ini. Olahraga merupakan kebutuhan manusia dalam kehidupan sehari-hari, olahraga dapat membuat tubuh sehat baik secara fisik maupun rohani (Basuki, 2017; Supriatna, 2015; Wibowo et al., 2017). Olahraga dapat terbagi menjadi tiga, yaitu olahraga rekreasi, olahraga pendidikan dan olahraga prestasi. Pada saat virus covid-19 ini melanda Indonesia khususnya provinsi bali, kedua cabang akurasi ini yaitu panahan dan petanque diberlakukan dikarantina atau berlatih dari rumah masing-masing oleh pemerintah. Banyak atlet dari kedua cabang tersebut mengalami penurunan dari segi fisik dan mental. Setelah sekian lama diberlakukannya masa karantina oleh pemerintah provinsi Bali akhirnya pemerintah provinsi Bali kembali memperbolehkan kegiatan aktivitas seperti biasa akan tetapi tetap dalam pengawasan protokol kesehatan. Dibidang olahraga juga kembali melakukan kegiatan aktivitas seperti berlatih di tempat latihan (Burhaein, 2017; Widodo, 2014). Olahraga cabang akurasi panahan dan petanque juga sudah mengadakan aktivitas latihan demi meningkatkan teknik dan fisik para atlet, akan tetapi kedua beladiri ini tetap mematuhi protokol Kesehatan agar tetap terhindar dari virus Covid-19.

Pada saat pemerintah memperlakukan stay at home banyak dari atlet yang memiliki program latihan yang tidak dilakukan secara beraturan bahkan tidak dilaksanakan sama sekali oleh atlet tersebut, maka dari atlet tersebut tidak mempunyai sarana dan prasarana untuk tempat mereka berlatih sedangkan olahraga panahan dan petanque membutuhkan lapangan untuk melatih tehnik dari cabang tersebut (Herlina & Suherman, 2020; Yuliastrid et al., 2022). Pada masa adaptasi kebiasaan baru ini pemerintah sudah membuka kembali tempat olahraga/latihan tentu saja dengan menggunakan protokol kesehatan. Hal ini juga berpengaruh kepada atlet dikarenakan semua harus terbatas contohnya seperti waktu dan pertemuan atlet harus dibatasi, maka dari itu setiap atlet akan mengalami performa yang menurun karena program latihan dan pola makan atlet kurang teratur dimasa pandemi covid-19 yang sedang melanda (Purnamasari & Febrianty, 2020; Putri & Sartika, 2021; Rosyady et al., 2022). Panahan dan petanque di kabupaten Buleleng merupakan dua aktivitas olahraga yang diminati dan dilaksanakan pada masa AKB ini. Tujuannya adalah tetap menjaga imun tubuh agar selalu sehat dan melatih konsentrasi. Namun sampai saat ini, belum ada data empirik tentang tingkat kedisiplinan atlet pada masa adaptasi kebiasaan baru/AKB di Kabupaten Buleleng. Sehingga penelitian ini sangat perlu untuk dilaksanakan. Penelitian ini memiliki tujuan umum dan khusus yaitu untuk memperoleh data empirik tentang atlet cabang olahraga akurasi (panahan dan petanque) pada masa adaptasi kebiasaan baru di kabupaten Buleleng. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga akurasi panahan pada masa adaptasi kebiasaan baru di kabupaten Buleleng dan yang terakhir untuk mengetahui tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga akurasi petanque pada masa adaptasi kebiasaan baru di kabupaten Buleleng.

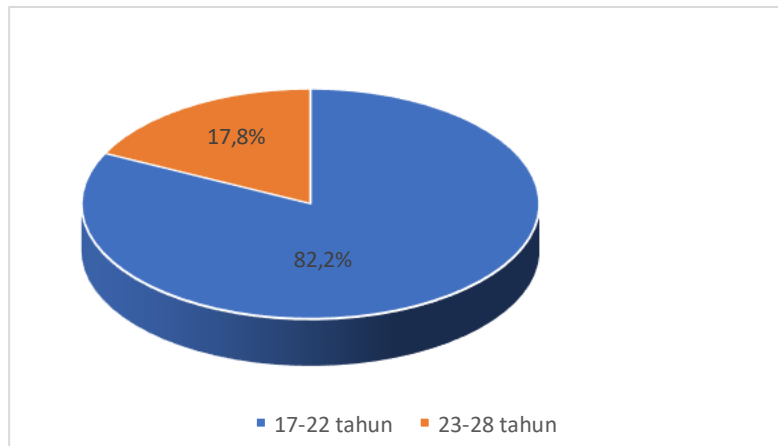
## 2. METODE

Penelitian ini tergolong penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu. Pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait dengan fenomena, kondisi, atau variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian ini meliputi test (pengisian angket), kemudian pada tahap pelaksanaan penelitian dilakukan pengambilan data dengan menyebarkan kuesioner yang sudah di siapkan di aplikasi google drive dan dikirim ke handphone atlet melalui Whatsapp. Test diberikan kepada seluruh atlet yang memenuhi syarat. Selanjutnya peneliti mengirimkan angket/kuisisioner penelitian berbentuk google form kepada sampel penelitian melalui nomor handphone yang telah diberikan sebelumnya. Setelah satu minggu pengisian, peneliti selanjutnya mendatangi kembali tempat olahraga untuk melaksanakan wawancara mendalam kepada atlet cabang olahraga akurasi di Kabupaten Buleleng. Setelah pengisian angket dan wawancara selesai dilaksanakan, selanjutnya peneliti menyampaikan terima kasih atas partisipasi aktif atlet cabang olahraga akurasi di Kabupaten Buleleng serta memastikan bahwa data yang diberikan hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Dalam penelitian ini subjek penelitian yaitu seluruh karakteristik populasi dijadikan sampel penelitian. Subjek penelitian ini diambil dari atlet cabang olahraga akurasi yaitu olahraga panahan dan Petanque yang berada di kabupaten Buleleng, Bali, Analisa data dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif kualitatif, dimana bertujuan untuk menggambarkan secara jelas dalam bentuk angka besaran tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga akurasi di Kabupaten Buleleng serta menentukan kualitas dari besaran angka yang diperoleh dengan kriterianya. berdasarkan rata-rata skor kedisiplinan atlet cabang olahraga akurasi.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

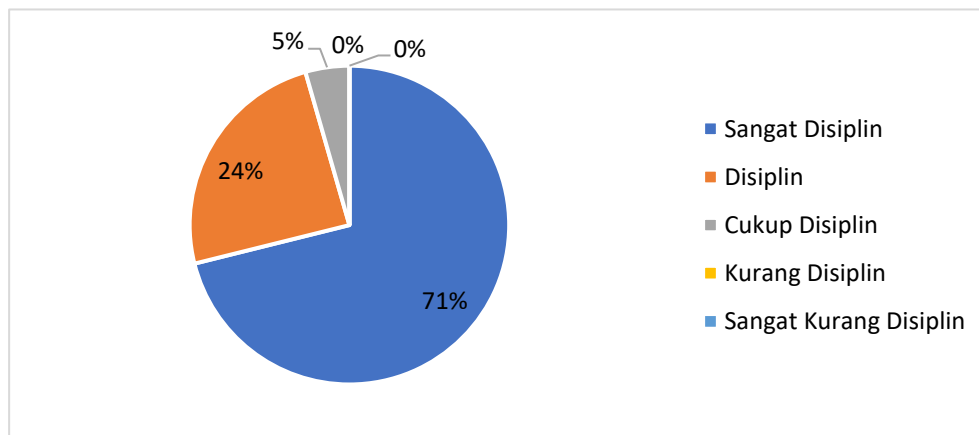
#### Hasil

Berdasarkan responden atlet panahan berusia 17 – 22 tahun paling banyak mengisi kuisioner yaitu mencapai 37 orang (82,2%) dan responden yang berusia 23 – 28 tahun sebanyak 8 orang (17,8%). Berikut ini ditampilkan diagram histogram usia responden atlet cabang olahraga panahan. Responden Atlet Cabang Olahraga Panahan di Kabupaten Buleleng-Bali disajikan pada Gambar 1.



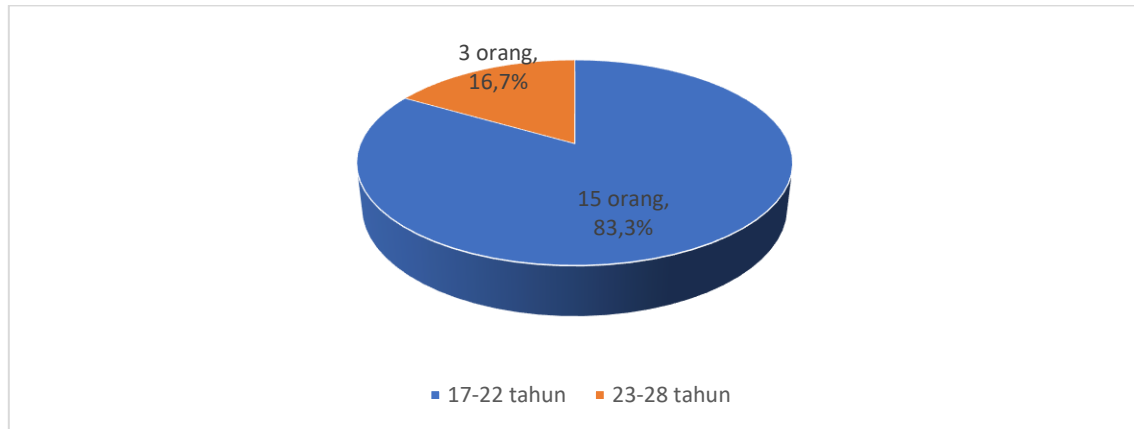
**Gambar 1.** Diagram Histogram Responden Atlet Cabang Olahraga Panahan di Kabupaten Buleleng-Bali

Selain data jenis kelamin dan usia, melalui penelitian ini diperoleh data bahwa 45 orang (100%) atlet cabang olahraga panahan di Kabupaten Buleleng telah mengikuti program vaksinasi covid 19. tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga panahan di Kabupaten Buleleng yang paling tinggi jumlahnya adalah pada kategori sangat disiplin mencapai 32 orang responden (71,1%), disusul kategori disiplin berjumlah 11 orang (24,4%), kategori cukup disiplin mencapai 2 orang (4,5%), dan tidak ada atlet cabang olahraga panahan yang termasuk kurang disiplin, maupun sangat kurang disiplin. Berikut ini ditampilkan diagram histogram tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga panahan di Kabupaten Buleleng. Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Panahan di Kabupaten Buleleng disajikan pada Gambar 2.



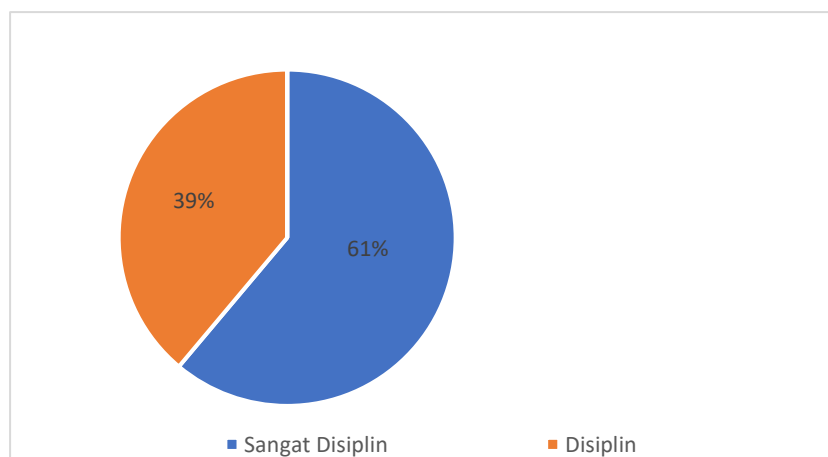
**Gambar 2.** Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Panahan di Kabupaten Buleleng

Berdasarkan analisa data, diperoleh data rerata tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga panahan di Kabupaten Buleleng-Bali mencapai skor 85,47 dari skor maksimal 100, termasuk pada kategori sangat disiplin. Responden atlet cabang olahraga panahan yang berpartisipasi aktif mengisi kuisioner sebanyak 18 orang, terdiri dari 11 (61,1%) orang laki-laki dan 7 (38,9%) orang perempuan. Responden atlet panahan berusia 17 – 22 tahun paling banyak mengisi kuisioner yaitu mencapai 15 orang (83,3%) dan responden yang berusia 23 – 28 tahun sebanyak 3 orang (16,7%). Berikut ini ditampilkan diagram histogram usia responden atlet cabang olahraga panahan. Responden Atlet Cabang Olahraga Panahan di Kabupaten Buleleng disajikan pada Gambar 3.



**Gambar 3.** Responden Atlet Cabang Olahraga Petanque di Kabupaten Buleleng

Selain data jenis kelamin dan usia, melalui penelitian ini diperoleh data bahwa 18 orang (100%) atlet cabang olahraga petanque di Kabupaten Buleleng telah mengikuti program vaksinasi covid 19. Tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga petanque di Kabupaten Buleleng yang paling tinggi jumlahnya adalah pada kategori sangat disiplin mencapai 11 orang responden (61,1%), disusul kategori disiplin berjumlah 7 orang (38,9%) dan tidak ada atlet cabang olahraga petanque yang termasuk cukup disiplin, kurang disiplin, maupun sangat kurang disiplin. Berikut ini ditampilkan diagram histogram tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga petanque di Kabupaten Buleleng. Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Petanque di Kabupaten Buleleng disajikan pada [Gambar 4](#).



**Gambar 4.** Tingkat Kedisiplinan Atlet Cabang Olahraga Petanque di Kabupaten Buleleng

### Pembahasan

Berdasarkan analisa data, diperoleh data rerata tingkat kedisiplinan atlet cabang olahraga petanque di Kabupaten Buleleng-Bali mencapai skor 83,78 dari skor maksimal 100, termasuk pada kategori sangat disiplin. Merujuk hasil penelitian ini yang menyebutkan tingkat para atlet cabang olahraga akurasi panahan dan petanque kedisiplinan di Kabupaten Buleleng termasuk pada kategori disiplin, hal ini terlihat pula pada saat observasi langsung peneliti pada tempat latihan yang ada di Kabupaten Buleleng. Kedisiplinan dapat mengembangkan kualitas fisik, teknik, taktik dan mental sampai tingkatan maksimal ([Supriatna, 2015](#); [Wibowo et al., 2017](#)). Berlatih secara kontinyu dengan waktu yang lama dengan kedisiplinan tinggi akan memperoleh hasil yang maksimal ([Amansyah, 2019](#); [Wibowo et al., 2017](#)). Kedisiplinan merupakan salah satu nilai yang terbentuk dari proses berlatih. Manusia akan memiliki tingkat kedisiplinan tinggi, yang akan ditransfer untuk melaksanakan aktivitas sehari-harinya ([Tabi'in, 2017](#); [Tamardiyah, 2017](#); [Yustina et al., 2021](#)).

Atlet cabang olahraga akurasi panahan dan petanque bersinergi bersama menjaga dan menerapkan protokol Kesehatan yang ketat dan menerapkan peraturan tata tertib yang ada. Pihak pengurus dan pelatih cabor beladiri panahan dan Petanque melakukan pengecekan perilaku atlet di

tempat latihan, jika ada yang berkerumun maka akan diingatkan agar kembali menjaga jarak. Pengecekan dilakukan agar tidak terjadi penularan covid-19 (Dyah Purnama Sari, 2020; Yuliastrid et al., 2022). Demikian halnya pengurus menyediakan termogun sebagai alat pendeteksi suhu tubuh, menyediakan tempat dan sabun cuci tangan, menyediakan hand sanitizer dan secara rutin menyemprotkan desinfektan pada ruangan latihan dan peralatan olahraga untuk sterilisasi. Sinergitas antara pengurus, pelatih dan para atlet cabang olahraga akurasi panahan dan petanque dalam penerapan protokol kesehatan yang ketat pada masa pandemi covid-19 ini meningkatkan kepercayaan atlet panahan dan petanque untuk tetap melaksanakan aktivitas olahraga di tempat latihan tanpa rasa khawatir. Hal ini jua mewujudkan kebijakan pemerintah untuk tetap melaksanakan aktivitas jasmani sebagai bagian adaptasi baru kegiatan olahraga di masa pandemi (Anita & Damrah, 2020; Herlina & Suherman, 2020). Sinergitas antara pengurus, pelatih dan para atlet cabang olahraga akurasi panahan dan petanque dalam penerapan protokol Kesehatan yang ketat pada masa pandemi covid-19 ini meningkatkan kepercayaan atlet panahan dan petanque untuk tetap melaksanakan aktivitas olahraga di tempat latihan tanpa rasa khawatir. Hal ini jua mewujudkan kebijakan pemerintah untuk tetap melaksanakan aktivitas jasmani sebagai bagian adaptasi baru kegiatan olahraga di masa pandemi.

#### 4. SIMPULAN

Tingkat kedisiplinan atlet panahan pada masa Adaptasi Kebiasaan Baru di Kabupaten Buleleng termasuk pada kategori disiplin. Tingkat kedisiplinan atlet petanque pada masa Adaptasi Kebiasaan Baru di Kabupaten Buleleng termasuk pada kategori disiplin.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Amansyah, A. (2019). Dasar Dasar Latihan Dalam Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 42. <https://doi.org/10.24114/jp.v3i5.13448>.
- Anita, S., & Damrah. (2020). Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Masa New Normal Covid-19. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 11(2), 190–204. <https://doi.org/10.30633/jkms.v11i1.859>.
- Basuki, S. (2017). Partisipasi Mahasiswa Dalam Kegiatan Olahraga Dan Sarana Prasarana Pendukung Pada Universitas Lambung Mangkurat. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3659>.
- Batubara, H. H., & Batubara, D. S. (2020). Penggunaan Video Tutorial untuk Mendukung Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Virus Corona. *Jurnal Madrasah Ibtidaiyah*, 5(2), 78–84. <https://doi.org/10.31602/muallimuna.v5i2.2950>.
- Buana, D. R. (2020). Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(3). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15082>.
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51–58. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>.
- Dyah Purnama Sari, P. S. (2020). Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Daring Selama Pandemi Covid-19 EFEKTIVITAS Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK). *Pediatric Critical Care Medicine*, 1022–1023. <https://doi.org/10.1097/PCC.0000000000002513>.
- Hanik, E. U. (2020). Self directed learning berbasis literasi digital pada masa pandemi covid-19 di Madrasah Ibtidaiyah. *ELEMENTARY: Islamic Teacher Journal*, 8(1), 183. <https://doi.org/10.21043/elementary.v8i1.7417>.
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 Di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1–7.
- Purnamasari, I., & Febrianty, M. F. (2020). Adaptasi Latihan Judo Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penjakora*, 7(2), 151. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i2.27544>.
- Putri, R. M., & Sartika, R. A. D. (2021). Effects Of The Covid-19 Pandemic On Eating Habits And Exercise Habits Of The Selected High School Adolescents In West Lampung Regency. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 7(2). <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol7.Iss2.942>.
- Rosyady, A. F., Sucipto, A., Qushoyyi, T. A., Dyiono, Khairunnisa, P. A., Astaraja, A., & Endramawan, O. P. (2022). Sistem Pelatihan Smart Innovation Untuk Atlit Taekwondo Menggunakan Sensor Multivariabel Dan Terintegrasi Dengan Website Selama Pandemi Covid-19. *Journal of Electrical Engineering and Computer*, 4(1). <https://doi.org/10.33650/jecom.v4i1.3671>.
- Supriatna, E. (2015). Kegiatan Olahraga Dan Kesenambungan Energi. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 7(1).

- <https://doi.org/10.26418/jvip.v7i1.16866>.
- Tabi'in, A. (2017). Pengelolaan Pendidikan Karakter Disiplin Anak Usia Dini Studi Kasus Di Al-Muna Islamic Preschool Semarang. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(1), 1–23. <https://doi.org/10.24235/awlady.v3i1.989>.
- Tamardiyah, N. D. (2017). Minat Kedisiplinan dan Ketekunan Belajar terhadap Motivasi Berprestasi dan Dampaknya pada Hasil Belajar Matematika SMP. *Manajemen Pendidikan*. <https://doi.org/10.23917/jmp.v12i1.2972>.
- Wahyono, P., Husamah, H., & Budi, A. S. (2020). Guru profesional di masa pandemi COVID-19: Review implementasi, tantangan, dan solusi pembelajaran daring. *Jurnal Pendidikan Profesi Guru*, 1(1), 51–65. <https://doi.org/10.22219/jppg.v1i1.12462>.
- Wibowo, K., Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017). Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 9–15. <https://doi.org/10.15294/miki.v7i1.9520>.
- Widodo. (2014). Strategi Peningkatan Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Dasar di Luar Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 20(2), 281–294. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v20i2.144>.
- Winarni, E. W., Hambali, D., & Purwandari, E. P. (2021). Pendampingan Rubrik Penilaian BDR bagi Guru SD Kota Bengkulu Semasa Pandemi Covid-19. *Wikrama Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.30656/jpmwp.v5i1.2622>.
- Yulia, H. (2020). Online Learning to Prevent the Spread of Pandemic Corona Virus in Indonesia. *English Teaching Journal*, 11, 48–56. <https://doi.org/10.26877/eternal.v11i1.6068>.
- Yuliastrid, D., Jatmiko, T., Hafidz, A., Suroto, S., & Mutohir, T. C. (2022). Analysis of Physical Education, Sports and Health teacher Strategies in Learning FMS During the Covid Pandemic 19. *Jp.jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 5(2), 282–298. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v5i2.1842>.
- Yustina, A., Susanti, M., & Rustamti, M. (2021). Peningkatan Kedisiplinan Dan Keterampilan Berpikir Kritis Melalui Pendekatan Kontekstual. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 1(3). <https://doi.org/10.51878/elementary.v1i3.297>.