



## PEMBINAAN PRESTASI PENCAK SILAT DI PPLOPD KOTA SALATIGA SELAMA PANDEMI COVID-19

Cicasari Setiyarini<sup>1</sup> ✉, Said Junaidi<sup>1</sup>

Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima Juni 2022

Disetujui Agustus 2022

Dipublikasikan Agustus 2022

Kata Kunci: Pembinaan, Pencak Silat, Covid-19

*Keywords:* Coaching, Pencak Silat, Covid-19

### Abstrak

Selama Covid-19 pemerintah menerapkan Work from Home (WFH) di PPLOPD Cabang Olahraga Pencak Silat Kota Salatiga yang menyebabkan atlet mengalami kebosanan dan pelaksanaan program latihan tidak optimal. Dampaknya kemampuan teknik dan kondisi fisik atlet mengalami penurunan. Tujuan penelitian untuk menganalisis bagaimana proses atau kendala pembinaan prestasi selama pandemi. Metode penelitian deskriptif kualitatif. Data utama yang digunakan wawancara dan dokumentasi. Subjek penelitian ini ialah atlet, pelatih dan pengurus Pencak Silat di PPLOPD. Teknik analisis data memakai reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian: 1) Atlet membutuhkan penyesuaian ulang terhadap program latihan yang baru, 2) Masa pandemi berpengaruh terhadap kepengurusan organisasi pencak silat karena metode yang berbeda yaitu dilakukan secara daring, 3) Penyemprotan disinfektan yang dilakukan oleh pelatih yang terkadang menyita waktu latihan, 4) Berlatih secara mandiri dirumah membuat atlet merasa bosan sehingga menyebabkan kondisi fisik atlet mengalami penurunan, 5) terdapat perbedaan rekrutmen atlet selama pandemi yaitu wajib memakai surat ijin dari orang tua. Simpulan penelitian, terdapat perbedaan sebelum dan selama pandemi yaitu atlet perlu penyesuaian ulang dengan program latihan yang baru, metode kepengurusan dilakukan secara daring, sterilisasi peralatan dan ruangan yang menyita waktu latihan, kondisi fisik atlet selama pandemi mengalami penurunan, rekrutmen atlet menggunakan surat izin.

### Abstract

During Covid-19, the government implemented Work from Home (WFH) at the PPLOPD of the Salatiga City Pencak Silat Sports Branch which caused athletes to experience boredom and the implementation of the exercise program was not optimal. As a result, the technical ability and physical condition of the athlete has decreased. The purpose of the study was to analyze how the process or obstacles to achievement coaching during the pandemic. Qualitative descriptive research method. The main data used are interviews and documentation. The subjects of this study were athletes, coaches and administrators of Pencak Silat at PPLOPD. The data analysis technique uses data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the research: 1) Athletes need to readjust to the new training program, 2) The pandemic period has an impact on the management of the pencak silat organization because of a different method, which is done online, 3) Spraying of disinfectants by trainers which sometimes takes up training time, 4) Practicing independently at home makes athletes feel bored, causing the athlete's physical condition to decrease, 5) there are differences in athlete recruitment during the pandemic, namely having to use a permit from parents. The conclusions of the study, there are differences before and during the pandemic, namely athletes need to readjust to the new training program, management methods are carried out online, sterilization of equipment and rooms that take up training time, athletes' physical condition during the pandemic has decreased, athlete recruitment uses a license.

© 2022 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:  
Gedung F1 Lantai 1, IKOR FIK UNNES  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Kota Semarang, Indonesia, 50229  
E-mail: [cicasari23@students.unnes.ac.id](mailto:cicasari23@students.unnes.ac.id)

ISSN 2252-6528

## Pendahuluan

Kebijakan pembangunan olahraga Indonesia untuk meningkatkan derajat, kesehatan, kebugaran jasmani, prestasi cabang olahraga, kualitas sumber daya insani. Selain itu juga untuk menanamkan nilai moral, perilaku, disiplin, persatuan bangsa, serta meningkatkan martabat dan kehormatan bangsa (Amali et al., 2021). Olahraga merupakan aktivitas jasmani yang mengandung sifat permainan serta berisi usaha dari diri sendiri, orang lain, dan alam yang memiliki tujuan tertentu (Setiyawan, 2019).

Berkembangnya dunia olahraga yang sangat pesat dapat diketahui dari banyaknya masyarakat yang berolahraga. Terutama di bidang pembinaan olahraga. Pembinaan merupakan upaya yang dilakukan untuk menuju perubahan dengan melakukan, pelaksanaan dan pemantauan (perencanaan, pengorganisasian, pembiayaan, pengkoordinasian) serta evaluasi kegiatan untuk mengukur keberhasilan proses pembinaan (Melfa Br Nababan, Rahma Dewi, 2018).

Prestasi olahraga membawa dampak besar bagi Negara, prestasi olahraga sebuah kebanggaan sehingga dihargai oleh negara lain, pengakuan politik, sampai pada bidang ekonomi (Rohendi, 2020). Pembinaan prestasi yang tepat mulai dari pembibitan atlet hingga usaha untuk meningkatkan prestasi atlet dapat dilakukan jika atlet memiliki bakat kemampuan yang besar.

Olahraga prestasi ialah kegiatan olahraga yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada olahragawan yang berbakat untuk mencapai prestasi yang optimal (Gunawan, 2019). Pembinaan adalah suatu proses untuk menuju kearah yang lebih baik. Pembinaan olahraga artinya upaya untuk mengoptimalkan pelatihan sejak dini hingga dewasa yang dilakukan secara bertahap dan berkesinambungan yang harapannya bisa menaikkan minat dan mengembangkan bakat

sehingga nantinya bisa mencapai prestasi yang optimal di masa yang akan datang (Edwinda, 2020).

Melalui pembinaan prestasi yang tepat yaitu berjenjang dan berkesinambungan serta melakukan evaluasi yang bertahap dari program pelatihan dan titik puncak prestasi, oleh sebab itu perlu pelatih yang paham dengan ilmu-ilmu kepelatihan yang baik serta seorang pelatih juga harus bisa membaca karakter dan kemampuan setiap individu atau atletnya sehingga dapat menunjang manajemen latihan yang baik.

Pencak silat atau silat merupakan seni bela diri tradisional yang berasal dari Nusantara (Indonesia). Seni bela diri ini dikenal secara luas di Indonesia, Malaysia, Brunei, Singapura, Filipina Selatan, dan Thailand Selatan sesuai penyebaran berbagai suku bangsa Indonesia. Pencak silat ialah seni bela diri yang mengandung empat aspek, yaitu olahraga, bela diri, seni dan mental spiritual. Keempat aspek tersebut selalu ada di setiap ajaran pencak silat yang ada di berbagai perguruan atau padepokan (Marjanto & Widjaja, 2020).

Tahun 2018 Indonesia telah sukses sebagai penyelenggara *Asean Games* edisi ke-18. Prestasi yang dihasilkan juga sebagai bukti bahwa dunia olahraga di Indonesia mulai bangkit, terutama di cabang olahraga Pencak Silat. Cabang olahraga Pencak Silat memperoleh 15 Medali yaitu 14 Medali Emas dan 1 Medali Perunggu. Cabang olahraga Pencak Silat juga penyumbang Medali Emas terbanyak untuk Indonesia. Pencapaian prestasi yang sangat membanggakan, menunjukkan bahwa cabang olahraga Pencak Silat telah berkembang sangat pesat.

Pemusatan latihan prestasi di berbagai cabang olahraga baik Internasional maupun Nasional pada tahun 2020 terpaksa harus diberhentikan sementara dan berbagai *event* olahraga harus ditunda atau dibatalkan. Terjadinya

Covid-19 di Indonesia terdeteksi pada tanggal 2 Maret 2020, ketika 2 orang tertular dari seorang warga Negara Jepang. Pandemi semakin menyebar luas di Indonesia pada tanggal 9 April 2020, dari 34 Provinsi DKI Jakarta, Jawa Barat dan Jawa Tengah sebagai Provinsi paling terparah.

Pemerintah melakukan banyak upaya untuk mencegah penyebaran Covid-19 di Indonesia. Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah. Naiknya jumlah pasien yang terparah Covid-19 mengakibatkan berbagai instansi dan organisasi harus menata kembali sistem manajemen yang sudah terprogram sebelumnya yang berakibat atlet tidak bisa latihan secara intensif dan terpaksa harus melakukan latihan secara mandiri di rumah.

Pada saat penelitian, Kota Salatiga berada di zona merah yang mengakibatkan proses latihan atlet terganggu dan terpaksa dihentikan untuk sementara waktu. Dengan keadaan yang masih belum stabil di masa pandemi, peneliti bermaksud untuk menganalisis bagaimana proses pembinaan prestasi dan bagaimana cara latihan atlet cabang olahraga pencak silat di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kota Salatiga.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu kualitatif deskriptif. Peneliti ingin mengetahui bagaimana proses pembinaan prestasi atlet pencak silat PPLOPD Kota Salatiga dimasa pandemi.

### **Wawancara**

Peneliti akan melakukan wawancara secara langsung dan mendalam kepada informan. Informan dalam penelitian ini adalah anggota Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kota Salatiga,

Pelatih dan atlet Pencak Silat di PPLOPD Kota Salatiga.

### **Pemeriksaan Keabsahan Data**

Dalam pemecahan masalah yang diteliti untuk menjamin kepercayaan sangat diperlukan, pemeriksaan keabsahan data merupakan sesuatu yang sangat penting dalam penelitian kualitatif. Data obyek penelitian dan data yang dilaporkan peneliti perlu adanya validitas untuk menentukan derajat ketepatan dari dua data yang diperoleh (Sugiyono,2016). Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk menguji keabsahan data yang diperoleh yaitu menggunakan teknik triangulasi sumber data dan triangulasi metode. Peneliti melakukan pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari sumber data yang telah ada. Peneliti mendapatkan sumber data yang sama dengan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda. Kecakupan referensial sebagai bahan pendukung dalam mencari data untuk keperluan evaluasi. Peneliti menggunakan alat elektronik pendukung yang digunakan yaitu berupa kamera dan alat perekam suara yang digunakan saat melakukan wawancara dan berfungsi untuk mengumpulkan informasi-informasi yang *valid*.

### **Teknik Analisis Data**

Peneliti melakukan analisis data dengan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara menjabarkan ke dalam poin-poin penting dan yang akan dipelajari sesuai tema serta membuat kesimpulan yang mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain, analisis data yang diperoleh dikembangkan menjadi hipotesis (Sugiyono,2016).

#### **a. Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan wawancara dan dokumentasi. Penulis mencatat semua data secara objektif dan apa adanya sesuai dengan hasil

wawancara dan dokumentasi, kelengkapan data juga diperoleh dari data-data dan foto kegiatan.

#### **b. Reduksi Data**

Data yang diperoleh saat dilapangan cukup banyak harus dicatat secara rinci dan teliti, sehingga peneliti perlu melakukan analisis data melalui reduksi data. peneliti mereduksi data dengan merangkum, mencari tema dan polanya, memilih serta fokus pada poin yang penting sesuai dengan tema penelitian. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya serta mencarinya bila diperlukan (Sugiyono,2016).

#### **c. Penyajian Data**

Peneliti menyajikan data dalam penelitian kualitatif dengan teks yang bersifat naratif. Setelah menyajikan data maka akan memudahkan peneliti untuk memahami serta merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami (Miles and Huberman, 1984).

#### **d. Menarik Kesimpulan**

Langkah-langkah analisis data kualitatif dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Mengumpulkan data dari hasil wawancara dan dokumentasi yang diuraikan kedalam teks.
2. Proses sebelum siap digunakan (melalui pencatatan, pengetikan dan alih tulis).
3. Selama pengumpulan data berlangsung terjadilah tahapan reduksi data, sebagai proses pemilihan, pemusatan serta penyederhanaan data dari catatan yang tertulis di lapangan.
4. Membuat ringkasan berfokus pada tema berlanjut sampai laporan terakhir.
5. Penyajian data yaitu sekumpulan informasi yang tersusun untuk penarikan kesimpulan.
6. Langkah terakhir yang dilakukan adalah menarik kesimpulan dan verifikasi. (Bhinatara,2018)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Proses Latihan Atlet Cabang Olahraga Pencak Silat di PPLOPD Kota Salatiga Selama Pandemi**

Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan (Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 pasal 20). Untuk mencapai prestasi yang tinggi, perlu adanya faktor-faktor yang perlu disiapkan dalam program latihan pada setiap cabang olahraga yaitupersiapan fisik,teknik, taktik, serta mental(Ratna, James dan Sofyan, 2018).

#### **Upaya Pembinaan Prestasi Selama Pandemi**

Pada masa pandemi banyak program latihan yang telah disusun sebelumnya tidak bisa berjalan sebagaimana mestinya. Pelatih dan Dinas Kepemudaan dan Olahraga berusaha mencari alternatif lain agar proses pembinaan tetap bisa berjalan. Pemberian program latihan mandiri dirumah menjadi alternatif yang diambil agar atlet tetap mempertahankan kondisi fisik dan teknik yang dimiliki. Kendala yang dialami oleh pelatih yaitu pelatih tidak bisa memantau secara langsung apakah program latihan dijalankan sesuai dengan program yang sudah ditetapkan. Selama pandemi pelatih mengurangi durasi latihan. Durasi sebelum pandemi 2 jam 30 menit menjadi 2 jam. Intensitas latihan juga menurun, sebelum pandemi intensitas latihan 90%-95% menjadi 80%-85%. Monitoring yang dilakukan oleh pelatih yaitu selalu memantau program latihan yang telah diberikan kepada atlet agar program latihan tetap dijalankan dan performa dari atlet tidak menurun drastis melalui alat komunikasi

### **2. Kepengurusan Organisasi Pencak Silat di PPLOPD Kota Salatiga**

Kepengurusan yang baik adalah salah satu faktor berkembang atau tidaknya suatu organisasi.

Seperti yang telah dijelaskan dalam penelitian Muhdianto (2020:82) sebelum masa pandemi kepengurusan didalam program Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kota Salatiga sudah baik dan termasuk lengkap dengan melakukan pembagian dalam beberapa bidang sesuai lingkup program di daerah yang dibentuk dalam upaya peningkatan prestasi olahraga pelajar yang harapannya sesuai standarisasi dan memang dibutuhkan pada program PPLOPD terutama dalam upaya peningkatan prestasi olahraga pelajar di Kota Salatiga.

Berdasarkan temuan penelitian selama pandemi covid-19 telah terjadi perubahan dalam sistem pengelolaan PPLOPD. Hal ini disebabkan atlet dan pelatih tidak melakukan latihan sebagaimana program sebelum pandemi. Oleh sebab itu Dinas Kepemudaan dan Olahraga memberikan arahan kepada pelatih untuk selalu memberikan dan memperhatikan khusus terhadap pelaksanaan dan capaian program latihan selama latihan mandiri dirumah. Pelatih memberikan laporan kepada Dinas Kepemudaan dan Olahraga selama 3 bulan sekali. Terjalinnnya komunikasi yang baik antara atlet, pelatih dan Dinas Kepemudaan dan Olahraga sangat berpengaruh dengan kondisi atlet selama pandemi.

### **3. Penggunaan Sarana dan Prasarana Selama Pandemi**

Tempat latihan yang yang selama ini dipakai untuk latihan penggunaannya bergantian dengan cabang olahraga taekwondo dan tempat kebugaran. Sementara selama pandemi tempat latihan ditutup karena mematuhi peraturan pemerintah. Dengan kondisi ini membuat para atlet untuk melaksanakan program latihan dari rumah. Latihan yang seharusnya dilakukan secara tatap muka harus dilakukan secara mandiri dirumah membuat atlet menjadi mudah jenuh, dan

motivasi menurun. Kendala sarana dan prasarana pada beban latihan yang kurang maksimal pada program latihan serta sistem pengawasan yang terbatas pada zoom meeting. Dengan adanya hal tersebut tentunya dapat mengganggu kondisi fisik atlet (Halimatu Sya'dah, 2021).

Terbatasnya sarana dan prasarana disadari oleh Dinas Kepemudaan dan Olahraga Salatiga. Perencanaan pembuatan gedung baru yang saat ini masih dalam proses pengerjaan. Sarana dan prasarana yang disediakan oleh KONI juga sudah sesuai dengan protokol kesehatan yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu dengan tersedianya tempet cuci tangan, penyemprotan disinfektan peralatan latihan dan ruangan latihan secara berkala. Namun sterilisasi tempat latihan pada saat tatap muka yang terkadang menyita waktu latihan sehingga waktu latihan juga kurang efektif.

### **4. Kondisi Fisik Atlet Selama Pandemi**

Pelatihan yang biasanya dilakukan secara tatap muka oleh atlet harus terkendala selama masa pandemi. Perubahan sistem latihan dan program latihan membuat atlet harus menyesuaikan ulang selama masa pandemi. Peran orang tua dan lingkungan sangat berpengaruh dengan kondisi mental dari atlet.

Berdasarkan temuan lapangan, ternyata banyak atlet yang mengeluh bosan dengan latihan yang dilakukan selama saat dirumah. Hal ini disebabkan tidak adanya *try out* rutin dan event tahunan yang diadakan oleh Dinas Kepemudaan dan Olahraga selama masa pandemi. Keadaan ini menyebabkan berbagai permasalahan pada diri atlet terutama terkait dengan semangat berlatih. Kegiatan rutin yang biasanya diadakan dapat menjadi ajang untuk para atlet berkembang, melatih skil dan mempertahankan prestasi yang mereka miliki selama pandemi ini banyak yang ditiadakan. Atlet tidak dapat mengukur secara periodik kemampuan yang mereka miliki selama

pandemi. Selama pandemi berlangsung hampir semua atlet mengalami penurunan dalam teknik *speed/langkah*, tendangan dan pukulan. Teknik dan taktik selama pandemi menurun secara drastis. Pelatih berupaya memberikan dukungan atau motivasi secara mental dan memosisikan sebagai teman sekaligus sebagai pelatih untuk menerima segala keluhan dan kesulitan yang dihadapi oleh atlet selama pandemic. Pelatih selalu memberikan motivasi kepada atlet untuk tetap berlatih agar prestasi dan performanya tidak menurun. Dinas Kepemudaan dan Olahraga juga membenarkan jika selama pandemi atlet mengalami penurunan performa secara drastis dalam latihan.

Meningkatkan ketahanan fisik dan kesiapan mental perlu diterapkan saat berlatih maupun bertanding untuk menjaga kesehatan psikologi atlet selama masa pandemi covid-19. Mental juara, jiwa kepemimpinan, dan ulet adalah kunci utama supaya bisa menghadapi situasi yang sulit di manapun (Yuliana, 2021).

### **5. Potensi Sumber Daya Manusia (SDM) dan Pelatih yang Dimiliki Dalam Menunjang Program Pembinaan Prestasi**

#### **Rekrutmen Atlet**

Muhdianto (2020) dalam penelitiannya yang dilakukan sebelum pandemi dalam mempertahankan dan meningkatkan kualitas potensi atlet PPLOPD sudah dikatakan baik apabila menerapkan sistem regenerasi secara berkala dan tetap memperhatikan poin-poin penting pada atlet. Sistem regenerasi yang diterapkan Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kota Salatiga yaitu untuk menciptakan pola pembibitan yang terstruktur dan terencana agar nantinya atlet yang sudah mengalami penurunan masih tetap mendapatkan kesempatan yang sama dengan atlet yang sedang berada di puncak prestasi dan pada akhirnya bermuara pada pencapaian prestasi yang maksimal khususnya ditingkat daerah.

Degradasi dan promosi merupakan salah satu bentuk seleksi dalam sebuah tim, dimana penerapan sistem ini digunakan sebagai bentuk evaluasi dan kontrol terhadap peningkatan dan kemajuan setiap atlet, dengan adanya sistem promosi dan degradasi maka para atlet yang dibina akan selalu berkompetisi untuk terus meningkatkan kemampuannya baik teknik maupun fisik. Atlet yang selalu meningkat kondisi fisik dan tekniknya akan tetap promosi berada dalam tim, sedangkan atlet yang tidak meningkat kondisi fisik dan tekniknya akan terdegradasi keluar dalam tim (Ratna, James dan Sofyan, 2018).

Perekrutan atlet selama pandemi memang mengalami kendala. Terkendalanya karena kegiatan latihan selama pandemi salah satu faktor perijinan dari orang tua untuk terlibat dalam latihan dimasa pandemi. Upaya pelatih dalam memaksimalkan kegiatan latihan para atlet dengan memberikan lembar persetujuan kepada para orang tua atlet jika orang tua menyetujui maka atlet diperbolehkan untuk bergabung dalam latihan agar mudah ditemukan potensi bakat pada anak. Selain itu sosialisasi kepada orang tua tentang pentingnya latihan telah dilakukan namun, belum semua orang tua menyetujui anaknya latihan bersama secara tatap muka

#### **Rekrutmen Pelatih**

Dalam mengemban tugas pelatih dilapangan, pelatih tidak hanya memiliki peran tunggal sebagai pengajar keterampilan para atletnya, tetapi pelatih memiliki peran yang cukup banyak dimana peran ini hanya dimiliki oleh pelatih (Ratna, Jame da Sofyan, 2018). Atlet berprestasi berangkat dari pelatih yang berkompeten.

Muhdianto (2020) dalam penelitiannya sebelum masa pandemi menjelaskan bahwa pelatih PPLOPD direkrut dengan proses seleksi sesuai dengan beberapa kualifikasi yang ditentukan dan

dari bagaimana cara perekrutan pelatih oleh Dinas Kepemudaan dan Olahraga Salatiga dalam pengelolaan program PPLOPD untuk nantinya memilih pelatih yang memang sudah berkompetensi sesuai cabang olahraga yang ada didalam PPLOPD. Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kota Salatiga tidak hanya sekedar mencari pelatih yang sudah bersertifikat saja, namun juga memfasilitasi dengan upaya memberikan pelatihan bagi pelatih pada setiap cabang olahraga dalam program PPLOPD untuk memudahkan pelatih dalam menunjang pembuatan program latihan serta dapat memonitoring setiap hasil dan kemajuan yang sudah dicapai atlet.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti menyimpulkan:

1. Dampak yang disebabkan selama pandemi yaitu perubahan program latihan yang membuat atlet untuk penyesuaian ulang dengan program yang diberikan oleh pelatih.
2. Masa pandemi berpengaruh terhadap kepengurusan organisasi pencak silat karena metode yang berbeda yaitu dilakukan secara daring.
3. Dampak terhadap sarana dan prasarana yaitu pengurus dan pelatih lebih memperhatikan protokol kesehatan saat berlatih. Pada saat latihan atlet dan pelatih selalu menjaga jarak sehingga untuk koreksi gerakan kurang maksimal. Sterilisasi peralatan dan ruangan latihan yang terkadang menyita waktu latihan.
4. Berlatih secara mandiri dirumah membuat atlet merasa bosan sehingga menyebabkan kondisi fisik atlet mengalami penurunan. Upaya yang dilakukan oleh pelatih dan pengurus untuk mempertahankan prestasi atlet yaitu tetap memberikan program latihan kepada atlet selama *Work From Home* (WFH) dan memberikan motivasi kepada atlet.
5. Terdapat perbedaan rekrutmen atlet pencak silat di PPLOPD selama pandemi dan sebelum pandemi yaitu sebelum pandemi rekrutmen atlet tanpa menggunakan surat ijin dari orang tua sedangkan selama pandemi rekrutmen atlet harus menggunakan surat ijin dari orang tua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aji, T. (2013). Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013. Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013. <https://doi.org/10.15294/miki.v3i1.2661>
- Amali, Z., Sumaryanto, S., Ali, M. A., & Anggita, G. M. et al (2021). Tarsil as an educational value in indonesian sports system. *Cakrawala Pendidikan*, 40(3), 786. <https://doi.org/10.21831/cp.v40i3.44510>
- Bhinatara, M. B. (2018). Analisis Implementasi Peminaan Prestasi Pencak Silat di Kabupaten Kudus. *Photosynthetica*, 2(1), 1-13.
- Candra, A. R. D., & Rumini. (2014). Journal of Physical Education , Sport , Health and Recreations. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*.
- Edwinda, A. (2020). *Analisis Pembinaan Prestasi Atlet Blind Judo Indonesia*.
- Gunawan, Ardi, Said Junaidi, Sugiarto. (2019). *Evaluasi Pelaksanaan Komite Olahraga Nasional Indonesia Provinsi Jawa Tengah Dalam Pembinaan Prestasi Olahraga Tahun 2014-2017*. <file:///C:/Users/7/Downloads/Ardi%20Gunawan%2039510-Article%20Text-100229-1-10-20200710.pdf>

- Hadi, R. (2011). Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet. *Peran Pelatih Dalam Membentuk Karakter Atlet*, 1(1). <https://doi.org/10.15294/miki.v1i1.1141>
- Jamalong, A. (2014). Dini Melalui Pusat Pembinaan Dan Latihan Pelajar ( PPLP) Dan Pusat Pembinaan Dan Latihan Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 2(3), 157.
- Marjanto, D. K., & Widjaja, I. (2020). *Perkembangan Pencak Silatdi Jawa Tengah Dan Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Melfa Br Nababan, Rahma Dewi, I. A. (2018). Analisis Pola Pembinaan Dan Pengembangan Olahraga Rekreasi Di Federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia Sumatera Utara Tahun 2017. *Jurnal Pedagogik Olahraga*.
- Muhdianto, N. H. (2020). Upaya Peningkatan Prestaasi Melalui Pusat Pendidikandan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (Pplopd) Di Kota Salatiga.
- Rohendi, A. (2020). Kebutuhan Sport Science pada Bidang Olahraga Prestasi. *Research Physical Education and Sports*, 2(1), 32.
- Sari, Dian Ratna, James Tangkudung, A. Sofyan Hanif. (2018). Evaluasi Program Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Bolavoli Pasir Putri Dki Jakarta. Jakarta : Universitas Negeri Jakarta
- Setiyawan. (2019). Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah PENJAS*. <http://202.91.10.29/index.php/JIP/article/view/543/527>
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta CV
- Sya'diah, Halimatu. (2021). Dampak Covid-19 Dalam Latihan Atlet Karate Kata Dan Kumite Pusat Latihan Daerah Jawa Timur Beserta Solusinya.Suabaya : Fakultas Ilmu Olahraga , Universitas Negeri Surabaya\
- Vella, S. A., Oades, L. G., & Crowe, T. P. (2013). A pilot test of transformational leadership training for sports coaches: Impact on the developmental experiences of adolescent athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8 (3), 513-530. doi: 10.1260/1747- 9541.8.3.513
- Wibowo, K., & Hidayatullah, M. F. (2017). Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. *Jurnal Media Ilmu Keolahraagaan Indonesia*, 7, 10
- Wijayati, Erni. (2015). *Evaluasi Program Pembinaan Olahraga Sepaktakraw Pengurus Persatuan Sepaktakraw Indonesia Kabupaten Jepara*. Semarang: Prodi Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang
- Yuliana.(2021). Menjaga kesehatan psikologi atlet selama masa pandemi covid-19 Maintaining the psychological health of the athlete during the covid19 pandemi.Bali :Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana