



Survei Minat Masyarakat Untuk Melakukan Aktivitas Olahraga Di Desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan Pada Masa Pandemi Covid-19

Survey of public interest in sports activities in Talang Padang Village, Pino Raya District, South Bengkulu Regency during the covid-19 pandemic

Ajef Rahmadan Putra¹, Yarmani², Oddie Barnanda Rizky³
^{1,2,3}*Prodi Penjas, FKIP, Universitas Bengkulu, Kota Bengkulu, 38223, Indonesia*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini adalah penelitian survey yang bersifat kuantitatif, Subyek penelitian yaitu masyarakat desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya, kemudian pengambilan data penelitian dengan teknik kuesioner/angket. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif persentase (DP). Hasil penelitian yang diperoleh dari 90 responden dengan 3 indikator minat yaitu faktor dorongan dari dalam individu, faktor motif sosial, dan faktor emosional menunjukkan persentase sangat tinggi dengan rincian sangat setuju sebesar 81,03%, setuju sebesar 16,34%, dan tidak setuju sebesar 2,63%. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa minat masyarakat desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya untuk melakukan Aktivitas Olahraga pada masa pandemi Covid-19 tergolong sangat tinggi.

Kata Kunci : Minat, Aktivitas Olahraga, dan Covid-19

Survey of public interest in sports activities in Talang Padang Village, Pino Raya District, South Bengkulu Regency during the covid-19 pandemic

ABSTRACT

This study aims to determine public interest in sports activities in Talang Padang village, Pino Raya district during the Covid-19 pandemic. This research is a quantitative survey research. The research subjects are the people of Talang Padang village, Pino Raya district, then the research data is collected using a questionnaire/questionnaire technique. The data analysis method used is percentage descriptive analysis (DP). The results obtained from 90 respondents with 3 indicators of interest, namely encouragement from within the individual, social motive factors, and emotional factors showed a very high percentage with details strongly agreeing at 81.03%, agreeing at 16.34%, and disagreeing at 2.63%. Thus, it can be concluded that the interest of the people of Talang Padang Village, Pino Raya District to carry out sports activities during the Covid-19 pandemic is very high.

Keywords: Interests, Sports Activities, and Covid-19

PENDAHULUAN

Aktivitas fisik merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot-otot rangka dan membutuhkan energy, aktivitas fisik seperti berlari, berjalan, bermain, angkat beban dan berbagai latihan fisik lainnya merupakan salah satu upaya preventif berbagai jenis penyakit. Gaya hidup, khususnya aktivitas fisik merupakan upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan dan meningkatkan usia harapan hidup (Kardi dkk., 2020). Olahraga rekreasi memiliki peran penting dalam kesehatan khususnya pada masa pandemi covid 19 di Indonesia, hal ini berdasarkan Pasal 19 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Olahraga rekreasi dilakukan sebagai bagian proses pemulihan kembali kesehatan dan kebugaran. Olahraga rekreasi sebagaimana dimaksud pada ayat tersebut bertujuan memperoleh kesehatan, kebugaran jasmani, dan kegembiraan.

Kebutuhan akan sarana olahraga di desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan terus meningkat seiring dengan berkembangnya pertumbuhan penduduk dan perkembangan zaman, dari observasi awal yang dilakukan oleh peneliti dilapangan banyak ditemui masyarakat melakukan aktifitas olahraga khususnya pada sore hari, dan mayoritas masyarakat yang melakukan olahraga adalah pemuda desa serta yang paling diminati adalah olahraga futsal dan bola voli, data yang peneliti dapat dari perangkat desa setempat warga dapat berolahraga dengan sarana olahraga yang cukup memadai terdapat lapangan futsal, bola voli yang bisa di manfaatkan untuk melakukan aktivitas olahraga di desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan pino raya bengkulu selatan. Hal tersebut berdasarkan Pasal 19 ayat 4 dan ayat 5 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat berkewajiban menggali, mengembangkan, dan memajukan olahraga rekreasi. Setiap orang yang menyelenggarakan olahraga rekreasi tertentu yang mengandung risiko terhadap kelestarian lingkungan, keterpeliharaan sarana, serta keselamatan dan kesehatan wajib menaati ketentuan dan prosedur yang ditetapkan sesuai dengan jenis olahraga; dan menyediakan instruktur atau pemandu yang mempunyai pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan jenis olahraga.

Info yang di dapat dari perangkat desa setempat terdapat lapangan yang tersedia di desa yang selalu digunakan masyarakat untuk berolahraga setiap sorenya, sebelum terjadinya pandemi covid 19 masyarakat desa talang padang

cukup antusias dan banyak melakukan kegiatan olahraga secara bersama-sama di lapangan olahraga yang disediakan oleh pihak desa, namun dari pengamatan dan informasi yang didapatkan oleh peneliti adanya penurunan minat masyarakat di desa talang padang pada saat pandemi, dikarenakan pemerintah melakukan Pembatasan Sosial Bersekala Besar (PSBB). Namun seharusnya pada saat pandemi covid 19 intensitas olahraga harusnya lebih di tingkatkan lagi agar terhindar dari penyebaran virus corona.

Hal ini kerap kali dapat membuat kurangnya gerak atau bahkan salah gerak pada manusia, kurangnya gerak ini semakin diperparah seiring dengan berkembangnya gadget yang membuat manusia bermalas-malasan dan asik sendiri dengan fitur-fitur yang memanjakan mata penggunaanya, sehingga mereka enggan untuk bergerak (Nopiyanto & Raibowo, 2020).

Apabila kebiasaan tersebut dibiarkan berlangsung dalam jangka waktu lama maka akan berdampak negatif pada tubuh, tubuh akan menjadi semakin lemah dikarenakan daya tahan tubuh menurun karena kurangnya gerak. Untuk menghindari hal tersebut kita harus menjaga Pola perilaku hidup bersih dan sehat dapat dimulai dengan melakukan olahraga teratur dan menjaga asupan gizi untuk menjaga dan meningkatkan sistem imun tubuh dalam menghadapi covid 19 (Nopiyanto dkk., 2020)

Untuk meningkatkan minat dalam melakukan aktivitas olahraga, terlebih dahulu masyarakat perlu mengetahui pengertian kesehatan tubuh agar masyarakat sadar akan pentingnya kesehatan tubuh melalui aktivitas olahraga. Olahraga itu sendiri merupakan aktivitas fisik atau serangkaian gerak raga yang dilakukan secara sistematis, teratur, terencana, dan berlanjut sehingga mencapai tujuan tertentu. Seperti halnya makan, olahraga juga merupakan suatu kebutuhan hidup yang sifatnya periodik, artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan yang tidak dapat ditinggalkan.

Menurut Mutohir, dkk. (2011:2) Olahraga yang kita lihat sekarang atau yang kita praktikkan bersama-sama bukan sekedar ajang untuk memperoleh medali, bukan ajang untuk adu otot, dan juga bukan semata-mata untuk meraih prestasi namun lebih dalam dari itu yakni sebagai sarana untuk meningkatkan dan mengembangkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi, kualitas hidup yang makin baik, seperti peningkatan kesehatan fisik, mental, sosial dan emosional.

Manusia sebagai makhluk sosial dalam kesehariannya akan dihadapkan dengan tanggung jawab dan kewajiban untuk mempertahankan kehidupannya sendiri, kehidupan orang lain, maupun lingkungannya. Oleh karena itu, pengembangan aspek jasmaniah khususnya aspek kebugaran sangat penting untuk menunjang kehidupan individu maupun sosial.

Maka terdapat beberapa aspek permasalahan yang memungkinkan untuk diteliti pada penelitian ini diantaranya : masih kurangnya pemahaman masyarakat akan pentingnya olahraga pada masa covid 19 ini untuk melawan penyebaran covid-19, adanya rasa takut masyarakat untuk berinteraksi diluar rumah pada masa pandemi covid-19 terutama dalam melaksanakan kegiatan olahraga, masyarakat lebih memilih berdiam diri dirumah untuk melawan penyebaran covid-19 dibanding melakukan kegiatan olahraga, masih terbatas aktifitas masyarakat dimasa pandemi covid-19, Pembatasan Sosial Bersekala Besar (PSBB) yang diterapkan oleh pemerintah menyebabkan kegiatan olahraga sehari-hari masyarakat berkurang, Larangan orang tua kepada anak-anaknya untuk keluar rumah dimasa pandemi covid-19 sehingga minat masyarakat khususnya anak-anak untuk melakukan kegiatan olahraga sehari-hari menjadi berkurang dan kegiatan bermain game lebih diminat dimasa pandemi covid-19 dibandingkan melakukan kegiatan olahraga.

Tidak dapat dipungkiri bahwasanya sebagian manusia akan semakin disibukkan dengan rutinitas harian kerja masing-masing individu, sehingga waktu untuk melakukan olahraga, menjaga kebugaran tubuh akan tersita bahkan hampir tidak ada waktu untuk melakukan olahraga. Berolahraga adalah salah satu cara yang paling sederhana yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh sembari mengimbangi rutinitas pekerjaan yang sering dilakukan masyarakat saat ini dan istirahat yang cukup untuk menjaga kesehatan dan mengurangi penyebaran covid 19 (Nopiyanto dkk., 2021).

Dari uraian-uraian di atas peneliti memilih judul “Survey masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan pada masa pandemi covid-19 (corona).”

METODE

Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dibahas sebelumnya, maka metode yang digunakan dalam penelitian “Survey masyarakat

untuk melakukan aktivitas olahraga di desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan pada masa pandemi covid-19 (corona)” yaitu Dalam penelitian ini menggunakan metode survei yaitu penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok (Masri Singarimbun, 2010:03). Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersikap deskriptif presentase. Tempat Penelitian ini dilakukan di Desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan Kec. Pino Raya Kab. Bengkulu Selatan Waktu Penelitian Pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian pada tanggal 3 Juli sampai 3 Agustus 2021. Adapun sampel yang akan di ambil dalam penelitian ini adalah 90 orang dengan menggunakan rumus penentuan sampel diatas yaitu 40% dari 225 (populasi yang ada) . Dengan perhitungannya sebagai berikut : $40 \times 225 : 100 = 90$.

Teknik pengumpulan data merupakan teknik atau cara yang dilakukan untuk pengumpulan data. Teknik menunjuk suatu cara sehingga dapat diperlihatkan penggunaannya melalui angket, wawancara, dan dokumentasi.

Untuk melakukan pengujian terhadap instrument penelitian atau kuesioner penelitian, maka dilakukan pengujian validitas data dan pengujian reliabilitas. Uji validitas data dan reliabilitas pada penelitian ini dilakukan terhadap instrumen Survey masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan pada masa pandemi covid-19 (corona).

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian, sebab dengan adanya analisis data, maka hipotesis yang diterapkan bisa diuji kebenarannya untuk selanjutnya dapat diambil satu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Sedangkan perhitungan dalam angket menggunakan analisis deskriptif presentase.

Teknik analisis data adalah cara melaksanakan analisis terhadap data, dengan tujuan mengolah data tersebut menjadi informasi, sehingga karakteristik dan sifat-sifat datanya mudah dipahami dan mampu menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan kegiatan penelitian (Martono, 2016). Untuk mendukung hasil penelitian, data penelitian yang diperoleh akan dianalisis dengan alat statistik melalui bantuan software SPSS Statistic Version 22.0

Secara garis besar, pekerjaan analisis data meliputi 3 langkah yaitu persiapan, tabulasi, dan penerapan data sesuai dengan pendekatan penelitian

(Suharsimi,2006:238).

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat masyarakat desa di desa Talang Padang Pino Raya Bengkulu Selatan untuk melakukan aktifitas olahraga di masa pandemi covid-19 berdasarkan indikator dorongan dari dalam individu, motif sosial, dan faktor emosional. Dan olahraga apa yang sering masyarakat desa Talang Padang lakukan setiap harinya.

Dorongan Dari Dalam Individu

Tabel 4.4
Tabel Distribusi Frekuensi Jawaban Responden
Faktor Dorongan Dari Dalam Individu

Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
P1	79	8	3	0
P2	77	11	2	0
P3	74	14	2	0
P5	59	27	4	0
P4	78	12	0	0
P5	59	27	4	0
P6	79	8	3	0
P7	59	27	4	0
P8	79	8	3	0
P9	71	17	2	0
P10	74	13	3	0
Rata-rata	72.9	14.5	2.6	0

Berdasarkan tabel 4.4 di atas menunjukkan bahwa atas minat masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga di desa Talang Padang kecamatan Pino Raya kabupaten Bengkulu Selatan berdasarkan faktor dorongan dari dalam individu berada pada kategori “sangat setuju” sebesar 72.9% , “setuju” sebesar 14.5% , “tidak setuju” sebesar 2,6% ,dan “sangat tidak setuju” sebesar 0% ,. Berdasarkan nilai presentase diatas dapat di simpulkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga berdasarkan faktor dorongan dari dalam individu berada pada kategori “sangat tinggi” dilihat dari persentase jawaban responden.

Motif Sosial

Tabel 4.5
Tabel Distribusi Frekuensi Jawaban Responden

Faktor Motif Sosial				
Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
p11	79	8	3	0
p12	67	19	4	0
p13	75	12	3	0
p14	71	18	1	0
p15	67	19	4	0
p16	77	11	2	0
p17	74	14	2	0
p18	78	12	0	0
p19	59	27	4	0
p20	78	8	3	0
Rata-rata	72.5	14.8	2.6	0

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa atas minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga di desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu selatan berdasarkan faktor motif sosial berada pada kategori “sangat setuju” sebesar 72.5% , “setuju” sebesar 14.8% , “tidak setuju” sebesar 2.6% ,dan “sangat tidak setuju” sebesar 0% ,. Berdasarkan nilai presentase diatas dapat di simpulkan bahwa minat masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga berdasarkan idikator dorongan dari dalam individu berada pada kategori “sangat tinggi” dilihat dari persentase jawaban responden.

Faktor Emosional

Tabel 4.6

**Tabel Distribusi Frekuensi Jawaban Responden
Faktor Emosional**

Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
p21	71	17	2	0
p22	75	12	3	0
p23	71	18	1	0
p24	77	11	2	0
p25	77	11	2	0
p26	74	14	2	0
p27	78	12	0	0
p28	59	27	4	0
p29	79	8	3	0
p30	71	17	2	0
Rata-rata	73.6	14.4	1.9	0

Berdasarkan tabel 4.6 dan di atas menunjukkan bahwa atas minat masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga di desa Talang Padang

kecamatan Pino Raya kabupaten Bengkulu Selatan berdasarkan faktor emosional berada pada kategori “sangat setuju” sebesar 73.6% , “setuju” sebesar 14.4% , “tidak setuju” sebesar 1.9% ,dan “sangat tidak setuju” sebesar 0% ,. Berdasarkan nilai presentase diatas dapat di simpulkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga berdasarkan indikator emosional dalam individu berada pada kategori “sangat tinggi” dilihat dari persentase jawaban responden

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat masyarakat desa Talang Padang kecamatan pino raya untuk melakukan aktifitas olahraga di masa pandemi covid-19 berdasarkan indikator dorongan dari dalam individu, motif sosial, dan faktor emosional. Dan olahraga apa yang sering masyarakat desa Talang Padang lakukan setiap harinya.

Minat masyarakat melakukan aktifitas olahraga di masa pandemi covid-19 sangat tinggi. Hal tersebut dibuktikan dari presentase jawaban responden yang menjawab “sangat setuju”, sangatlah tinggi yaitu sebesar 81,03%. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang peneliti lakukan dari 3 komponen indikator sebagai berikut

1. Faktor Dorongan dari dalam Individu

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga di desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan berdasarkan faktor dorongan dari dalam individu banyak yang menjawab sangat setuju dan berdasarkan persentase kategori “sangat setuju” sebesar 72.9%, “setuju” sebesar 14.5% , “tidak setuju” sebesar 2,6% ,dan “sangat tidak setuju” sebesar 0% . Berdasarkan nilai presentase diatas dapat di simpulkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga berdasarkan faktor dorongan dari dalam individu berada pada kategori “sangat tinggi” dilihat dari persentase jawaban responden.

2. Faktor Motif Sosial

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga di desa Talang Padang kecamatan Pino Raya kabupaten Bengkulu Selatan berdasarkan faktor motif sosial banyak yang menjawab sangat setuju dan berdasarkan persentase kategori “sangat

setuju” sebesar 72.5% , “setuju” sebesar 14.8%, “tidak setuju” sebesar 2.6% ,dan “sangat tidak setuju” sebesar 0%. Berdasarkan nilai presentase diatas dapat di simpulkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga berdasarkan idikator motif sosial dalam individu berada pada kategori “sangat tinggi” dilihat dari persentase jawaban responden.

3. Faktor Emosional

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa atas minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga di desa Talang Padang kecamatan pino raya kabupaten Bengkulu selatan berdasarkan faktor emosional banyak yang menjawab sangat setuju dan berdasarkan persentase kategori “sangat setuju” sebesar 73.6% , “setuju” sebesar 14.4% , “tidak setuju” sebesar 1.9% ,dan “sangat tidak setuju” sebesar 0%. Berdasarkan nilai presentase diatas dapat di simpulkan bahwa minat Masyarakat dalam melakukan aktifitas olahraga berdasarkan idikator Emosional berada pada kategori “sangat tinggi” dilihat dari persentase jawaban responden.

Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari perangkat desa setempat peneliti mendapati lapangan-lapangan yang tersedia di desa selalu digunakan masyarakat untuk berolahraga setiap harinya, hal ini juga turut mendasari tingginya minat masyarakat desa Talang Padang dalam melakukan aktivitas olahraga setiap harinya. Ditambah saat adanya pandemi corona seperti pada saat ini intensitas olahraga seharusnya lebih di tingkatkan lagi agar terhindar dari penyebaran virus corona. Dari hasil survey yang telah peneliti lakukan dan juga info dari perangkat desa setempat olahraga-olahraga yang sering dilakukan warga desa adalah futsal dan bola volly, hampir setiap hari lapangan tersebut selalu digunakan oleh warga desa untuk melakukan aktivitas olahraga.

Manusia sebagai makhluk sosial dalam kesehariannya akan dihadapkan dengan tanggung jawab dan kewajiban untuk mempertahankan kehidupannya sendiri, kehidupan orang lain, maupun lingkungannya. Oleh karena itu, pengembangan aspek jasmaniah khususnya aspek kebugaran sangat penting untuk menunjang kehidupan individu maupun sosial.

Menurut Cholik Toho Mutohir,dkk. (2011:2) Olahraga yang kita lihat sekarang atau yang kita praktikkan bersama-sama bukan sekedar ajang untuk memperoleh medali, bukan ajang untuk adu otot, dan juga bukan semata-mata

untuk meraih prestasi namun lebih dalam dari itu yakni sebagai sarana untuk meningkatkan dan mengembangkan sumber daya manusia yang lebih baik lagi, kualitas hidup yang makin baik, seperti peningkatan kesehatan fisik, mental, sosial dan emosional.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa minat masyarakat desa Talang Padang Kecamatan Pino Raya untuk melakukan aktifitas olahraga pada masa pandemi covid-19 berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 81,03 % dari 90 responden yang menjawab sangat setuju, dan yang menjawab setuju dengan persentase sebesar 16,33% dari 90 responden, sedangkan yang menjawab tidak setuju sebesar 2.64% dari 90 responden.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diperoleh dari 90 orang masyarakat desa talang padang dapat disimpulkan berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, bahwa minat Masyarakat untuk melakukan aktifitas olahraga di desa

Talang Padang Kecamatan Pino Raya kabupaten Bengkulu Selatan pada masa pandemi Covid-19 menunjukkan persentase “sangat tinggi” sebesar 81,03% dari 90 responden. Hal tersebut dilihat dari hasil analisis data dari tiga indikator yaitu faktor dorongan dari dalam individu, faktor motif sosial, faktor emosional dengan rincian “sangat setuju” sebesar 81,03%, “setuju” sebesar 16,34%, “tidak setuju” sebesar 2,63% dan “sangat tidak setuju” sebesar 0%.

Dengan aktivitas olahraga yang sering masyarakat lakukan dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dan juga info dari perangkat desa setempat olahraga-olahraga yang sering dilakukan warga desa adalah futsal dan bola voli, hampir setiap hari lapangan tersebut selalu digunakan oleh warga desa untuk melakukan aktivitas olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah Al Fadzilah, S. Martono (2016). Pengaruh Ketidakamanan Kerja, Komitmen Organisasional dan Kepercayaan Organisasional Terhadap Keinginan Berpindah. *Management Analysis Journal*, Vol.5, Nomer 1, Februari 2016 ISSN 2252-6552.

Dwi Heri Swandi (2018). “Survey motivasi masyarakat kota Binjai dalam melakukan aktivitas olahraga di lapangan merdeka kota Binjai.

- Fox, E.L., Bowers, R.W & Foss, M.L. (1993). Bases Of Fitness. Fifth Edition. Dubuque, Iowa Brown & Benchmark Publishers.
- Gleeson, M. (2007). Immune function in sport and exercise, *Journal of Applied Physiology* Published 1 August 2007 Vol. 103 no. 2, 693-699 DOI: 10.1152/jap-plphysiol.00008.
- Ghozali, Imam. 2012. Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS. Yogyakarta: Universitas Diponegoro.
- Kardi, I. S., Nasri, N., Ibrahim, I., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Penerapan Aktivitas Fungsional Rekreasi Pada Masa New Normal Untuk Menjaga Kesehatan Lanjut Usia. *Jurnal Empati (Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti)*, 1(1), 62-70.
- 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.
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., Prabowo, A., Saputro, D. P., & Dongoran, F. (2021). Sosialisasi Hidup Bersih dan Sehat Kepada Anak-anak di Kelurahan Mangunharjo Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurpikat (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 34-43.
- Ruan Q, Yang K, Wang W, Jiang L, Song J. Clinical predictors of mortality due to COVID-19 based on an analysis of data of 150 patients from Wuhan, China. *Intensive Care Med.* (2020)doi:10.1007/s00134-020-05991-x.
- Vicha Sonia (2015). "survei minat masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga di Gor tri lomba juang Semarang".