



**DAMPAK PANDEMI PADA PERILAKU BERGERAK DAN BERMAIN
ANAK MAUPUN REMAJA DI KECAMATAN DEMAK
KABUPATEN DEMAK**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka Penyelesaian Studi Strata I
untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh :
Ahmad Khafid
NPM. 17230088

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL DAN
KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
2022**

LEMBAR PENYELESAIAN PEMBIMBINGAN

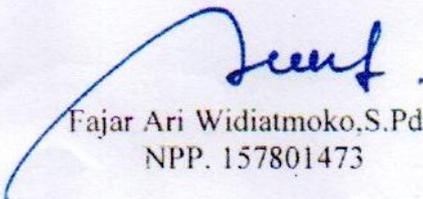
Kami selaku pembimbing skripsi 1 dan 11 dari mahasiswa Universitas PGRI Semarang

Nama : Ahmad Khafid
NPM : 17230088
Fakultas/Prodi : FPIPSKR/PJKR
Judul Skripsi : Dampak Wabah Virus-19 Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain Anak Maupun Remaja Di Kecamatan Demak Kabupaten Demak

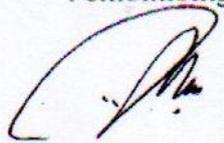
Dengan ini menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah selesai dan siap untuk diujikan

Semarang, 25-01-2022

Pembimbing I


Fajar Ari Widiatmoko, S.Pd., M.Pd
NPP. 157801473

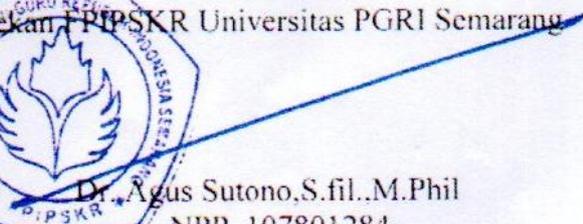
Pembimbing II


Dani Slamet Pratama, S.Pd., M.Pd
NPP. 179101530



Mengetahui,

Dekan FPIPSKR Universitas PGRI Semarang


Dr. Agus Sutono, S.fil., M.Phil
NPP. 107801284

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "DAMPAK PANDEMI PADA PERILAKU BERGERAK DAN BERMAIN ANAK MAUPUN REMAJA DI KECAMATAN DEMAK KABUPATEN DEMAK".

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi dan disahkan oleh panitia Ujian Skripsi FPIPSKR Universitas PGRI Semarang :

Pada hari : Jum'at

Tanggal : 11 Maret 2022

Panitia Ujian

Ketua,

Dr. Agus Sutono, S.Fil., M.Phil
NPP. 107801284



Sekretaris,

Galih Dwi Pradipta, S.Pd.,M.Or
NPP. 149001426

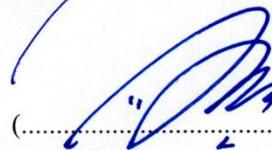
Penguji

Tanda Tangan

1. Fajar Ari Widiatmoko, S.Pd., M.Pd
NPP. 157801473

(.....)

2. Dani Slamet Pratama, S.Pd., M.Pd
NPP. 179101530

(.....)

3. Muh. Isna Nurdin W, S.Pd., M.Kes.
NPP. 179101532

(.....)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“BERNIATLAH DALAM HAL KEBAIKAN KARENA NIAT KITA AKAN TERCATAT DAN TERCERMIN DENGAN TINDAKAN KITA”

Persembahan:

Skripsi dengan judul “Dampak Pandemi pada Perilaku Bergerak dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak”. penulis persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua penulis banyak memberikan dukungan berupa arahan dan motivasi serta semangat kepada penulis untuk menyelesaikan tugas akhir kuliah.
2. Kepada saudara saya yang banyak memberikan inspirasi serta menjadi pendorong kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh sahabat penulis semuanya seperjuangan dalam bangku akademik perkuliahan di Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Dan Keolahragaan (FPIPSKR) Universitas PGRI Semarang.

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Ahmad Khafid

NPM : 17230088

Fakultas/Progdi : FIPSKR/PJKR

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang,



Ahmad Khafid
NPM : 17230088

ABSTRAK

Ahmad khafid “Dampak Pandemi pada Perilaku Bergerak dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak”. Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang 2022.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis perilaku gerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak Pendekatan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah survey dengan menggunakan angket yang diberikan kepada sejumlah sampel penelitian. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket, uji intrumen terdiri dari uji validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan data persentase.”

Hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa dampak wabah virus covid-19 pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak yang masuk kategori sangat tinggi sebesar 13%, kategori tinggi sebesar 17%, kategori cukup sebesar 26%, kategori rendah sebesar 32%, dan kategori sangat rendah sebesar 12%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak pada kategori rendah hal tersebut merupakan dampak dari wabah virus covid-19.

Kata Kunci : *bergerak, bermain, pandemi*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufiq dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak Dan bermain Anak Maupun Remaja Di Kecamatan Demak Kabupaten Demak”

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini tidak lepas dari peran serta berbagai pihak yang mendukung dan membantu selesainya penulisan skripsi. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih atas bantuan dan perannya pada penyelesaian penulisan skripsi ini.

1. Rektor Universitas PGRI Semarang, Dr. Muhdi, S.H., M.Hum., yang telah memberi kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Universitas PGRI Semarang.
2. Dekan FPIPSKR Universitas PGRI Semarang, Dr. Agus Sutono, S.Fil., M.Phil, yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Program studi Universitas PGRI Semarang dan sekaligus menjadi pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan secara profesional hingga selesainya penulisan skripsi ini.
4. Pembimbing I Fajar Ari Widiatmoko, S.Pd., M.Pd, yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang berarti hingga selesainya skripsi ini.
5. Pembimbing II Dani Slamet Pratama, S.Pd., M.Pd yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang berarti hingga selesainya skripsi ini.
6. Bapak Ibu Dewan penguji yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mempertanggungjawabkan hasil penulisan skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan hingga selesai penulisan penulisan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap dan berdoa semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi pembaca skripsi ini.

Semarang, Penulis

Ahmad Khafid

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBARAN PENGESAHAN	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	6
F. Sistematika Penulisan Skripsi.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	8
B. Landasan Teori	11
1. Pandemi Covid-19	11
2. Gerak Fisik Motorik	16
3. Bermain	21
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel penelitian.....	28
C. Tehnik Pengumpulan Data	30
D. Instrumen Penelitian.....	30

E. Uji Instrumen.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan.....	48
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Populasi Penelitian	28
Tabel 3.2	Hasil Uji Validitas	33
Tabel 3.3	Hasil Uji Reliabilitas	34
Tabel 4.1	Statistik Deskriptif Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak.....	36
Tabel 4.2	Deskripsi Hasil Penelitian Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak.....	37
Tabel 4.3	Statistik Deskriptif Indikator Perilaku Bergerak dan Bermain Pada Kondisi Normal.....	39
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Perilaku Bergerak dan Bermain Pada Kondisi Normal.....	39
Tabel 4.5	Statistik Deskriptif Indikator Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Pandemi dan Pembatasan Terkait.....	41
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Pandemi dan Pembatasan Terkait.....	41
Tabel 4.7	Statistik Deskriptif Indikator Dibandingkan Secara Kuantitas dan Kuwalitas Aktifitas Sebelum dan Sesudah Pandemi dan Pembatasan Terkait	43
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Indikator Perbedaan Secara Kuantitas dan Kuwalitas Aktifitas sebelum dan Sesudah Pandemi dan Pembatasan Terkait	44
Tabel 4.9	Statistik Deskriptif Pada Indikator Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Prokes	45
Tabel 4.10	Distribusi Frekuensi Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Prokes	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Diagram Dampak pandemi Pada Perilaku Bergerak dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak ..	37
Gambar 4.2	Diagram Perilaku Bergerak dan Bermain Pada Kondisi Normal.....	40
Gambar 4.3	Diagram Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Pandemi dan Pembatasan Terkait	42
Gambar 4.4	Diagram dibandingkan Secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas sebelum dan Sesudah Pandemi dan pembatasan terkait.	44
Gambar 4.5	Diagram Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Proses.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner uji coba Dampak wabah virus covid-19 pada perilaku Bergerak dan bermain anak maupun remaja Di kecamatan demak kabupaten demak	59
Lampiran 2	Output Uji Validitas	62
Lampiran 3	Output Uji reliabilitas	66
Lampiran 4	Kuesioner Penelitian Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain Anak Maupun Remaja Di Kecamatan Demak Kabupaten Demak.....	68
Lampiran 5	Tabulasi Penelitian	71
Lampiran 6	Output Statistik Deskriptif Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain Anak Maupun Remaja Di Kecamatan Demak	76
Lampiran 7	Output Statistik Deskriptif Indikator Perilaku Bergerak Dan Bermain Pada Kondisi Normal	78
Lampiran 8	Output Statistik Deskriptif Indikator Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain.....	79
Lampiran 9	Output Statistik Deskriptif Indikator kuantitas dan kualitas aktifitas	80
Lampiran 10	Output Statistik Deskriptif Indikator Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Prokes Karena Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19	81
Lampiran 11	Foto Kegiatan Penelitian	82
Lampiran 12	Surat Keterangan penelitian	85
Lampiran 13	Daftar Riwayat Hidup.....	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah salah satu mata pelajaran di sekolah, Berbagai cabang olahraga sangat membutuhkan keterampilan motorik yang baik sehingga seorang atlet bisa dengan mudah melakukan gerakan yang efektif dan tepat guna. Keterampilan motorik seseorang berbeda-beda dalam hal ini dapat terlihat pada saat peserta didik melakukan aktivitas fisik yang diajarkan oleh guru pada saat pembelajaran pendidikan jasmani. Guru memiliki peranan sangat penting dalam mempersiapkan metode pembelajaran karena dengan memiliki keterampilan motorik yang bagus peserta didik dapat dengan mudah menguasai materi yang disampaikan oleh guru dan juga menjadikan pribadi yang mandiri serta percaya diri.

Tetapi sejak diberlakukannya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk memutus rantai penyebaran Covid-19 mengharuskan guru, melaksanakan WFH (*work from home*) dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik. Kondisi kegiatan pengajaran yang tiba-tiba berubah drastis ini menjadi tantangan bagi guru khususnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK), agar sasaran dan tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat tercapai. Meskipun melalui surat edaran Mendikbud no 4 Tahun 2020 terkait panduan pembelajaran dirumah selama masa pandemic

mengharuskan guru untuk tidak membebani peserta didik melalui tuntutan capaian kurikulum sebagai syarat kenaikan kelas (Riyanto, 2016: 22).

Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah mata pelajaran yang sangat penting untuk dipelajari siswa dimasa sekarang ini, karena dengan pengetahuan mengenai kesehatan dan praktek olahraga siswa dapat membentengi diri salah satunya dengan meningkatkan daya tahan tubuh (imunitas) untuk mencegah corona virus. Dengan olahraga teratur menjadi salah satu cara untuk menjaga kesehatan. Akan tetapi disisi lain olah raga yang membutuhkan gerakan dan permainan juga menjadi bagian yang harus diantisipasi terkait dengan adanya protokol kesehatan dimana jaga jarak adalah hal penting untuk menghindari tertularnya dari COVID-19. Ini artinya olah raga untuk meningkatkan kesehatan sekaligus imun tubuh sehingga dapat memperkuat kekebalan tubuh dari COVID-19, akan tetapi pada arah pandang yang lain pergerakan tubuh dan bermain yang menjadi ciri khas mata pelajaran olah raga membutuhkan interaksi dengan teman sehingga khawatir akan terpapar COVID-19.

Tetapi jika guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak dapat beradaptasi dengan cepat dalam menindak lanjuti rintangan tersebut, prestasi akademik siswa sudah pasti akan terpengaruh bahkan kekhawatiran para ahli pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan ancaman 'kekurangan gerak' yang dapat menimbulkan masalah kebugaran dan berbagai macam penyakit pun akan mendera anak-anak kita karan sistim imun yang lemah.

Karena konten dan mata pelajaran yang diajarkan di sekolah pada masa pandemi, dapat dikategorikan dalam dua kelompok. Kelompok pertama adalah kelompok mata pelajaran yang didominasi oleh teori dan sedikit praktik, sementara kelompok kedua didominasi oleh praktik dengan sedikit teori. Kedua kelompok ini sangat berbeda dalam penerapan pembelajaran online. Pendidikan Olahraga merupakan disiplin ilmu yang masuk pada kategori kedua, dengan dominasi praktik pada aktivitas fisik. Dalam kurikulum 2013 (K13) pendidikan olahraga di jenjang pendidikan dasar menyatu dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (PJOK). Sejalan dengan itu maka hakikat pendidikan jasmani mencakup semua unsur kebugaran, keterampilan gerakan fisik, kesehatan, permainan, olahraga, tari dan rekreasi (Qomarrullah 2014).

Hakikat pembelajaran PJOK yang syarat dengan gerakan fisik, pembelajarannya dilakukan di ruang terbuka atau di lapangan. Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan (Supriyadi 2018). Dengan berbagai keterbatasan pada akses internet, dan kemampuan operasional pada fitur-fitur online, pendidikan jasmani dengan sendirinya menemui berbagai hambatan dan kendala di masa pandemi covid-19.

Hasil observasi prapenelitian di kecamatan Demak bahwa masyarakat banyak mengurangi aktifitas keluar rumah, mereka melaksanakan aktifitas luar rumah hanya seperlunya saja. Pada remaja dan anak-anak yang biasanya aktif melakukan kegiatan di luar rumah menjadi berkurang berbagai kegiatan

kepemudaan yang bersifat mendatangkan kerumunan masa juga tidak diadakan sejak adanya pandemi COVID-19. Bahwa data prapenelitian menjelaskan bahwa sejak adanya pembelajaran daring yang dilakukan di rumah kegiatan anak-anak sekolah jarang yang keluar rumah, mereka mengurangi aktifitas bermain bersama teman-teman yang lain.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang persepsi tentang dampak wabah virus COVID-19 pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di wilayah kecamatan Demak dengan mengambil beberapa kelurahan di kecamatan Demak, maka terbentuklah judul penelitian “DAMPAK PANDEMI PADA PERILAKU BERGERAK DAN BERMAIN ANAK MAUPUN REMAJA DI KECAMATAN DEMAK KABUPATEN DEMAK.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu:

1. Sejak adanya pandemi aktifitas remaja menjadi berkurang yang kemungkinan disebabkan adanya perasaan takut akan terpapar virus COVID-19.
2. Aktifitas bermain anak-anak juga terganggu karena adanya aturan protokol kesehatan dan selain itu adanya kekhawatiran akan tertular.
3. Masyarakat secara bersama-sama menjaga diri dengan tidak berkerumun dan mengurangi aktifitas di luar rumah.

4. Demikian, halnya pemerintah Desa juga banyak memberikan himbauan untuk senantiasa mengurangi semua kegiatan yang bertemu dengan orang banyak.
5. Semua aturan protokol kesehatan yang diberlakukan oleh pemerintah menjadikan ruang gerak pemuda dan remaja menjadi terganggu.
6. Sejak adanya pandemi COVID-19 perilaku gerak anak dan remaja menurun 53% berdasarkan (Dinsos P2PA Demak)

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana perilaku gerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis perilaku gerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai hambatan guru PJOK dalam meningkatkan keterampilan motorik peserta didik pada masa pandemi.

- b. Penelitian ini dapat menjadi pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada.
2. Manfaat Praktis
- a. Bagi guru Memberikan motivasi bagi guru pendidikan jasmani pada saat mengajar untuk bisa lebih aktif, kreatif, dan inovatif sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.
 - b. Bagi sekolah Agar lebih memperhatikan hal-hal terkait dengan keterampilan mengajar guru pendidikan jasmani.
 - c. Bagi peneliti Dapat digunakan untuk bekal dalam menjalani kehidupan bermasyarakat.
 - d. Bagi peneliti lain hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sehingga dapat menambah kepustakaan yang berguna bagi mahasiswa, peserta didik, dan pihak lain yang membutuhkan.

F. Sistematika Penulisan Skripsi

Keseluruhan isi dari laporan penelitian ini agar mudah dipahami akan disajikan dalam bentuk sistematika penulisan skripsi sebagai berikut:

- a. Bagian Awal

Bagian awal memuat beberapa sub judul diantaranya adalah halaman judul, halaman sampul, persetujuan pembimbing, halaman pengesahan, moto dan persembahan, abstrak, daftar isi, daftar tabel dan daftar lampiran.

- b. Bagian Isi

Bagian isi memuat lima bab diantaranya adalah bab satu pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan skripsi. Pada bab dua meliputi kajian teori, pada bab tiga meliputi metode penelitian dan pada bab empat memuat hasil penelitian serta pembahasan dan bab lima adalah kesimpulan.

c. Bagian Akhir

Bagian akhir pada laporan hasil penelitian ini adalah daftar pustaka, lampiran dan biografi penulis.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan tema dengan penelitian ini sebagai bahan komparasi dalam analisis dan pembahasan. Beberapa penelitian tersebut adalah:

1. Zuly Daima Ulfa. (2020) Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Belajar, Interaksi Sosial dan Kesehatan bagi Mahasiswa FKIP Universitas Palangka Raya. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)* Volume 5 Nomor 2 tahun 2020 halaman 124 – 138. Hasil penelitian bahwa dampak pandemi covid-19 bagi mahasiswa dalam kegiatan perkuliahan adalah penyesuaian perkuliahan online, karena beberapa daerah terkendala sinyal internet. Komunikasi sosial di dunia maya meningkat, sebagai akibat tidak bisa tatap muka secara langsung. Mahasiswa menjadi lebih memperhatikan perilaku kesehatan, yang banyak diterapkan adalah mencuci tangan. Pandemi covid-19 memberikan dampak terhadap perilaku belajar, sosial dan kesehatan, namun dari kendala-kendala yang dialami, mahasiswa menjadi lebih adaptif yaitu mengenali teknologi yang dapat mendukung capaian belajar, meningkatnya interaksi sosial melalui komunikasi online serta peningkatan penerapan pola hidup sehat. Simpulan penelitian adalah pandemi memberikan dampak negatif yaitu mahasiswa kesulitan belajar

secara teknis akibat perkuliahan online, namun banyak pula dampak positif yaitu meningkatnya keterampilan terkait penggunaan teknologi, komunikasi sosial dan perilaku kesehatan.

2. Herlina. (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* Volume 8, Nomor 1 Januari – Juni 2020 ISSN 2581-0383. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada subject terbatas di SDN Sumari, artikel ini mengkaji potensi pembelajaran PJOK di masa pandemi covid-19. Menggunakan metode penelitian kualitatif, melalui teknik pengumpulan data yakni wawancara, pengamatan dan penelusuran pustaka daring dengan analisis data kualitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK memiliki potensi untuk dikembangkan di tengah masa pandemi covid-19 melalui model pembelajaran jarak jauh dengan pendekatan kolaboratif.
3. Maftukin Hudah. (2020) Analisis Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Masa Pandemi Covid19 di Tinjau Dari Penggunaan Media Aplikasi Pembelajaran Dan Usia Guru. *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*. Vol.3, No.2, Desember 2020, Hal. 93-102 e-ISSN 2614-8781. Hasil penelitian presentase 20.0% sedangkan usia 40 Tahun ke atas 23.0%. Beberapa aplikasi yang dapat dimanfaatkan untuk pembelajaran daring, antara lain: whatsapp, facebook, telegram, google classroom, dan google formulir. Berdasarkan paparan di atas maka

dapat disimpulkan bahwa guru di Kabupaten Demak dalam proses pembelajaran daring selama covid-19 berdasarkan penggunaan aplikasi media dan usia terdapat pada guru sekolah dasar penggunaan aplikasi Whatsapp Guru SD uisa 20-40 tahun presentase 35.0% sedangkan usia 40 Tahun ke atas 39.0%. Aplikasi whatsapp di anggap paling mudah untuk proses pembelajaran yang langsung bisa di akses dan mudah.

4. Wahyu Aji Fatma Dewi (2020) dengan judul “Dampak COVID-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar”. Penelitian ini menggunakan penelitian kepustakaan. Pengumpulan data diperoleh dari berita dan artikel-artikel pada jurnal *online*. Peneliti melakukan penelusuran artikel dengan menggunakan kata kunci “Dampak COVID-19” dan “Pembelajaran Daring”. Dari 10 sumber yang didapatkan, kemudian dipilih yang paling relevan dan diperoleh 3 artikel dan 6 berita yang dipilih. Teknik penelitian dilakukan dengan dokumentasi. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dampak COVID-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di sekolah dasar dapat terlaksanakan dengan cukup baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil data 3 artikel dan 6 berita yang menunjukan bahwa dampak COVID-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di SD dapat terlaksana dengan cukup baik apabila adanya kerjasama antara guru, siswa dan orang tua dalam belajar di rumah.

B. Landasan Teori

1. Virus Covid-19

Virus Corona adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk di antaranya adalah kelelawar dan unta. Sebelum terjadinya wabah COVID-19, ada 6 jenis Virus Corona yang dapat menginfeksi manusia, yaitu alpha virus corona 229E, alpha virus corona NL63, beta virus corona OC43, beta virus corona HKU, *Severe Acute Respiratory Illness*. Virus Corona (SARS-CoV), dan *Middle East Respiratory Syndrome Virus Corona* (MERS-CoV).¹⁴ Virus Corona yang menjadi etologi COVID-19 termasuk dalam genus beta virus corona.

Hasil analisis flogenetik menunjukkan bahwa virus ini masuk dalam subgenus yang sama dengan corona virus yang menyebabkan wabah *Severe Acute Respiratory Illness* (SARS) pada 2002-2004 silam, yaitu *Sarbecovirus*. Atas dasar ini, *Internatonal Commitee on Taxonomy of Viruses* mengajukan nama SARS-CoV-2. Struktur genom virus ini memiliki pola seperti virus corona pada umumnya. Sekuens SARSCoV-2 memiliki kemiripan dengan virus corona yang diisolasi pada kelelawar, sehingga muncul hipotesis bahwa SARS-CoV-2 berasal dari kelelawar yang kemudian bermutasi dan menginfeksi manusia. Mamalia dan burung diduga sebagai reservoir perantara. Pada kasus COVID-19, trenggiling diduga sebagai reservoir perantara. Virus Corona pada trenggiling adalah yang mirip genomnya dengan virus corona kelelawar (90,5%) dan SARS-CoV-2 (91%).¹⁸ Genom SARS-CoV-2 sendiri memiliki homologi 89% terhadap virus corona kelelawar ZXC21 dan 82% terhadap SARS-CoV.¹⁹ Hasil pemodelan melalui

komputer menunjukkan bahwa SARS-CoV-2 memiliki struktur tiga dimensi pada protein spike domain receptor-binding yang hampir identik dengan SARS-CoV. Pada SARS-CoV, protein ini memiliki afinitas yang kuat terhadap angiotensinconvertng-enzyme 2 (ACE2). Pada SARS-CoV-2, data in vitro mendukung kemungkinan virus mampu masuk kedalam sel menggunakan reseptor ACE2. Studi tersebut juga menemukan bahwa SARSCoV-2 tidak menggunakan reseptor virus corona lainnya seperti Aminopeptidase N (APN) dan Dipeptidyl peptidase-4. (Susilo, 2020: 46)

Semenjak hadirnya wabah Covid-19 yang sangat mendadak di Indonesia, maka dunia pendidikan Indonesia perlu mengikuti alur yang sekiranya dapat menolong kondisi sekolah dalam keadaan darurat. Sistem pembelajaran di sekolah saat ini menggunakan media daring. Anak-anak sekolah dituntut belajar dirumah secara mandiri. Hal ini pastinya akan memberi dampak pada dunia pendidikan dan perkembangan anak.

Pandemi adalah wabah penyakit yang menyebar sangat cepat kepada orang-orang dan terjadi hampir di seluruh daerah di dunia, mencakup jangkauan yang sangat luas, serta melintasi batas internasional (Masrul, 2020). Corona virus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan Sindrom Pernafasan Akut Berat/ *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). Coronavirus jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian luar

biasa muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019, kemudian diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-COV2), dan menyebabkan penyakit Coronavirus Disease-2019 (COVID-19).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2020a) beberapa tanda dan gejala terinfeksi virus Covid-19 yaitu:

- 1) Demam 38°C
- 2) Batuk kering
- 3) Sesak napas

Jika ada orang yang dalam 14 hari sebelum muncul gejala tersebut pernah melakukan perjalanan ke negara terjangkit, atau pernah merawat/kontak erat dengan penderita Covid-19, maka terhadap orang tersebut wajib melakukan pemeriksaan laboratorium lebih lanjut untuk memastikan diagnosisnya.

Virus Corona atau Human Coronavirus setidaknya telah menyebabkan tiga wabah besar penyakit di dunia selama dua dekade terakhir, tingginya resiko yang di hadapi dari cara penyebaran virus Corona menghasilkan angka kejadian dan kematian yang terus bertambah. Cara penularan virus Corona yang terbilang mudah menyebar juga menimbulkan kekhawatiran. Di dalam protokol kesehatan Covid-19 disebutkan bahwa cara penularan Covid-19 yaitu dengan tetesan cairan (*droplet*) yang keluar saat berbicara, batuk atau bersin dan kontak pribadi seperti bersentuhan atau berjabat tangan. Selain itu penyebaran virus juga dapat terjadi saat menyentuh benda atau permukaan yang terkontaminasi virus kemudian menyentuh mulut, hidung, atau mata

sebelum mencuci tangan. Bahkan virus Corona diperkirakan menyebar melalui kontak dekat dari orang ke orang meski pada Orang Tanpa Gejala (OTG). (Wahyuni & Ridha, 2020)

Kasus yang paling banyak diinformasikan sebagai pemicu penyebaran infeksi virus SARS-CoV-2 adalah terjadinya kontak antar bagian tubuh manusia atau mereka yang pernah berinteraksi dengan seseorang yang telah terinfeksi dengan jarak sekitar satu meter. Ilmuan Cina telah menemukan jejak virus Corona pada tinja atau feses sejumlah pasien yang terinfeksi. Temuan itu bisa mengindikasikan cara penularan Covid-19. Padahal sebelumnya otoritas kesehatan mengira cara utama penyebaran virus ini adalah melalui transmisi dan kontak pernapasan, termasuk menyentuh wajah setelah menyentuh benda yang terinfeksi virus. (Winarno, 2020).

Menurut buku milik Kamil, dkk (2020) banyak negara di dunia, kasus dan bahkan wabah Covid-19 telah terjadi. WHO (*World Health Organization*) dan melalui Kementerian Kesehatan memberikan arahan untuk melakukan beberapa langkah pencegahan agar dapat mengurangi risiko terinfeksi atau menyebarkan Covid19.

- 1) Seringlah mencuci tangan dengan air bersih mengalir dan sabun, atau cairan antiseptik berbahan dasar alkohol dapat membunuh virus di tangan.
- 2) Jaga jarak setidaknya 1 meter dengan orang yang batuk-batuk atau bersinbersin. Ketika batuk atau bersin, orang mengeluarkan percikan dari hidung atau mulutnya dan percikan ini dapat membawa virus. Jika terlalu

dekat, seseorang dapat menghirup percikan ini dan juga virus Covid-19 jika orang yang batuk itu terjangkit penyakit ini.

- 3) Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut. Tangan menyentuh berbagai permukaan benda dan virus penyakit ini dapat tertempel di tangan. Tangan yang terkontaminasi dapat membawa virus ini ke mata, hidung atau mulut, yang dapat menjadi titik masuk virus ini ke tubuh sehingga seseorang menjadi sakit.
- 4) Tetaplah tinggal di rumah jika merasa kurang sehat. Jika demam, batuk dan kesulitan bernapas, segeralah cari pertolongan medis.
- 5) Selalu memakai masker ketika terpaksa keluar rumah agar penularan virus Covid-19 bisa dicegah saat berpergian diluar rumah.

Tak dapat dipungkiri, kabar virus Corona baru atau Covid-19 masuk ke Indonesia rupanya telah menciptakan kepanikan di tengah masyarakat. Akibat hal ini, banyak masyarakat yang mulai mencari perlindungan guna mencegah penularan virus Corona (Gunawan & Yulita, 2020). Adapun cara pencegahan Covid-19 yang dilakukan adalah:

- 1) Lebih rajin mencuci tangan. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan, cuci tangan adalah langkah awal yang efektif mencegah segala macam penyakit, seperti infeksi saluran pencernaan dan penyakit pernafasan.
- 2) Sadar akan kebersihan lingkungan. Lingkungan yang bersih menjadi salah satu tolak ukur akan pengembangan suatu penyakit. Masyarakat Indonesia diminta agar tetap menjaga kesehatan diri sendiri dan keluarga dengan

terus berperilaku hidup bersih dan sehat seiring dengan kasus virus Corona.

- 3) Mengubah pola makan sehat. Menurut WHO (*World Health Organization*), ada beberapa cara pencegahan virus Corona melalui makanan. Contohnya dengan menghindari konsumsi makanan cepat saji dan lebih sering memasak di rumah.
- 4) Rajin olahraga. Tak dapat dipungkiri, semenjak virus Corona masuk Indonesia banyak orang yang rutin melakukan olahraga. Hal ini guna meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah dari berbagai serangan penyakit.
- 5) Berdoa. Tak sedikit orang yang mengunggah kalimat doa selama merebaknya virus Corona. Meski belum ada penelitian yang menyatakan bahwa doa dapat mencegah virus Corona.

2. Gerak Fisik Motorik

Perkembangan psikomotorik atau disingkat sebagai perkembangan motorik adalah perkembangan mengontrol gerakan-gerakan tubuh melalui kegiatan-kegiatan yang terkoordinasikan antara susunan syaraf pusat, syaraf dan otot (Poerwanti, 2000:35). Perkembangan gerak fisik yang normal (tidak cacat) merupakan salah satu faktor penentu kelancaran proses belajar, baik bidang pengetahuan, maupun keterampilan. Perkembangan motorik ini sangat mendasar untuk belajar keterampilan. Oleh karena itu, kematangan perkembangan gerak motorik sangat menunjang keberhasilan belajar peserta didik. Kecakapan motorik atau kemampuan psiko-motorik merupakan

kemampuan untuk melakukan koordinasi gerakan syaraf motorik yang dilakukan oleh syaraf pusat untuk melakukan kegiatan Rahyubi (2012:52).

Perkembangan gerak fisik motorik yaitu perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan syaraf, otot, otak, dan spinal (Hurlock, 2013:35). Untuk memfasilitasi perkembangan motorik atau keterampilan motorik, diperlukan guru atau pembimbing khusus agar kemampuan motoriknya berkembang secara maksimal. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan gerak motorik merupakan gerak yang dilakukan secara terkoordinasi antara susunan syaraf pusat, syaraf dan otot untuk melakukan suatu kegiatan keterampilan.

Perkembangan kemampuan gerak fisik motorik meliputi motorik kasar Hurlock (2013:35). Motorik kasar merupakan gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antar anggota tubuh, dengan menggunakan otot-otot besar, sebagian atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Contohnya kemampuan duduk, menendang, naik turun tangga, berlari, dan sebagainya (Setiawati, 2013:26).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa gerak motorik terbagi menjadi motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar merupakan gerak yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antara anggota tubuh, dengan menggunakan otot-otot besar, sebagian atau seluruh anggota tubuh. Contohnya kemampuan menendang dan berlari.

Kemampuan gerak motorik seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman melakukan gerakan yang dikuasainya. Kemampuan-

kemampuan yang terdapat dalam kemampuan fisik yang dapat dirangkum menjadi lima komponen, yaitu kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan dan koordinasi. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan gerak motorik menurut Muthohir dan Gusril (2014: 50), adalah:

1) Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dipunyai oleh anak sejak usia dini. Apabila anak tidak mempunyai kekuatan tentu dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong.

2) Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas kerja yang kompleks, dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan sistem syaraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik.

3) Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Dalam melakukan lari 4 detik, semakin jauh jarak yang ditempuh semakin tinggi kecepatan.

4) Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat, keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

5) Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melakukan lari zig-zag, semakin cepat waktu yang ditempuh maka semakin tinggi kelincahannya.

Menurut Bumpa yang dikutip oleh Irianto (2012: 66), ada lima biomotorik dalam gerak dasar, yaitu:

- 1) Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- 2) Daya tahan adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu lama.
- 3) Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat.
- 4) Kelentukan adalah kemampuan persendiaan untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.

- 5) Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Keterampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani. Adapun unsur-unsur dalam kebugaran jasmani. Menurut Lutan (2011: 63-72) adalah sebagai berikut:

- 1) Kekuatan otot adalah kemampuan tubuh untuk mengerahkan daya maksimal terhadap objek di luar tubuh. Dalam pengertian lain, kekuatan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal.
- 2) Daya tahan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan daya terhadap objek di luar tubuh selama beberapa kali. Daya tahan otot terbentuk melalui beban yang relatif lebih ringan. Namun, pelaksanaan tugasnya dilakukan berulang kali dalam satu kesempatan.
- 3) Fleksibilitas adalah gambaran mengenai luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendiaan dalam tubuh kita. Seperti melakukan gerakan memelintirkan tubuh, membungkuk, berputar, dan mengulur.
- 4) Koordinasi adalah perpaduan berirama dari sistem syaraf dan gerak dalam sebuah pelaksanaan tugas secara harmonis dari beberapa anggota tubuh.
- 5) Kecepatan adalah kemampuan untuk menggerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu secepat mungkin.
- 6) Agilitas adalah kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah arah secepat mungkin.
- 7) Power adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal secepat mungkin.

- 8) Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dalam kaitannya dengan daya tarik bumi baik dalam situasi diam (statis) dan bergerak (dinamis).

3. Bermain

Dunia anak adalah dunia bermain, sebagian besar waktunya digunakan untuk aktivitas bermain. Menurut Musbikin (2015: 86) bermain adalah “suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Ada orang tua yang berpendapat bahwa terlalu banyak bermain akan membuat anak menjadi malas bekerja dan bodoh. Anggapan ini kurang bijaksana. Beberapa ahli psikologi mengatakan bahwa permainan sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan jiwa anak”.

Pendapat selanjutnya menurut Muliawan (2014: 17) arti kata bermain sama istilah dengan istilah main, yaitu menunjuk pada aktivitas seseorang yang melakukan suatu jenis permainan. Selanjutnya Hurlock (2018: 320) bermain (*play*) adalah “setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain dilakukan secara suka rela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban”. Menurut Dworetzky dalam Moeslichhatoen (2014: 24) bermain adalah “kegiatan yang memberikan kepuasan bagi diri sendiri. Melalui melalui bermain anak memperoleh pembatasan dan memahami kehidupan. Selanjutnya Menurut Dwijawiyata (2013: 7) ada beberapa pendapat mengenai bermain ,yaitu:

- 1) Bermain berarti bergerak sambil bersenang-senang;
- 2) Bermain berarti melakukan hal yang diinginkan, yang melibatkan perasaan senang maupun tegang, namun dilakukan hanya pada waktu dan tempat tertentu, sambil menyadari bahwa tindakan tersebut berbeda dengan kehidupan biasa.
- 3) Bermain berarti belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan, menggunakan benda-benda disekitarnya, dan dilakukan bersama dengan orang-orang di sekelilingnya.

Menurut Moeslichatoen (dalam Simatupang, 2015), bermain merupakan suatu aktivitas yang menyenangkan bagi semua orang. Bermain akan memuaskan tuntutan perkembangan motorik, kognitif, bahasa, sosial, nilai-nilai dan sikap hidup.

Bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa pertimbangan hasil akhir. Bermain dilakukan secara

sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban. Piaget menjelaskan bahwa bermain terdiri atas tanggapan yang diulang sekedar untuk kesenangan fungsional. Menurut Bettelheim, kegiatan bermain adalah kegiatan yang tidak memiliki peraturan kecuali yang ditetapkan pemain sendiri dan ada hasil akhir yang dimaksudkan dalam realitas luar. (Hurlock, 2018; 320)

Sedangkan Graham (dalam Simatupang, 2015) mendefinisikan bermain sebagai tingkah laku motivasi intrinsik yang dipilih secara bebas,

berorientasi pada proses yang disenangi. bermain merupakan wadah bagi anak untuk merasakan berbagai pengalaman seperti emosi, senang, sedih, bergairah, kecewa, bangga, marah dan sebagainya. Anak akan merasa senang bila bermain, dan banyak hal yang didapat anak selain pengalaman.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan aktivitas atau kegiatan yang menyenangkan bagi anak dan memberikan kepuasan tersendiri bagi anak. Dengan bermain anak dapat belajar memahami kehidupan dan orang-orang disekitarnya.

Bermain adalah sarana untuk megubah potensial di dalam dirinya menjadi berbagai kemampuan dan kecakapan serta bermain juga menjadi sarana penyalur energi yang sangat baik bagi anak. Muslichatoen dalam Hartati (2015: 85-86) mengemukakan kriteria bermain yaitu:

- 1) Motivasi instristik yaitu tingkah laku bermain di motivasi di dalam diri anak,
- 2) Tingkah laku yang menyenangkan,
- 3) Bersifat pura-pura,
- 4) Bermain diutamakan dari pada tujuan,
- 5) Bermain prilaku yang lentur.

Pendapat lainnya menurut Sujiono (2014: 146) mengemukakan karakteristik bermain sebagai berikut:

- 1) Bermain muncul dari dalam diri anak
- 2) Bermain harus bebas dari aturan yang mengikat, kegiatan untuk dinikmati
- 3) Bermain adalah aktivitas nyata atau sesungguhnya

- 4) Bermain harus difokuskan pada proses daripada hasil
- 5) Bermain harus didominasi oleh pemain
- 6) Bermain harus melibatkan peran aktif dari pemain

Permainan dan bermain bagi anak mempunyai beberapa fungsi dalam proses tumbuh kembang anak. Fungsi bermain bagi anak menurut Mutiah (2010: 113) adalah untuk mengembangkan otot-otot dan energi yang ada pada anak. Menurut Upton (2012: 132) bahwa fungsi bermain adalah untuk kesejahteraan psikologis, perkembangan kognitif, perkembangan sosial dan emosional, serta perkembangan fisik. Selanjutnya menurut Suyanto (2015: 124) fungsi bermain adalah mengembangkan kemampuan motorik, kemampuan kognitif, kemampuan afektif, kemampuan bahasa, dan kemampuan sosial. Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa fungsi bermain bagi anak adalah untuk mengembangkan otot-otot anak dan dapat mengembangkan aspek perkembangan yang lainnya.

Bermain memiliki manfaat yang banyak bagi anak, termasuk aspek aspek perkembangan anak didalamnya. Menurut Suryana (2013: 141-142) ada beberapa manfaat bermain, yaitu:

- 1) Dapat memperkuat dan mengembangkan otot dan koordinasinya melalui gerak, melatih motorik halus, motorik kasar, dan keseimbangan, karena ketika bermain fisik anak juga belajar memahami bagaimana kerja tubuhnya;
- 2) Dapat mengembangkan keterampilan emosinya, rasa percaya diri pada orang lain, kemandirian dan keberanian untuk berinisiatif, karena saat

- bermain anak sering bermain purapura menjadi orang lain, binatang, atau karakter orang lain. anak juga belajar melihat dari sisi orang lain (empati);
- 3) dapat mengembangkan kemampuan intelektualnya, karena melalui bermain anak seringkali melakukan eksplorasi terhadap segala sesuatu yang ada dilingkungan sekitarnya sebagai wujud dari rasa keingintahuannya;
 - 4) dapat mengembangkan kemandiriannya dan menjadi dirinya sendiri, karena melalui bermain anak selalu bertanya, meneliti lingkungan, belajar mengambil keputusan, berlatih peran sosial sehingga anak menyadari kemampuan dan kelebihanannya”

Bermain merupakan pengalaman belajar yang sangat berguna bagi anak, beberapa manfaat bermain antara lain (Tedjasaputra, 2001 :30-45);

- 1) Untuk perkembangan aspek fisik, kegiatan yang melibatkan gerakan tubuh akan membuat tubuh anak menjadi sehat. Otot tubuh menjadi kuat dan anggota tubuh mendapat kesempatan untuk digerakkan. Anak dapat menyalurkan tenaga yang berlebihan sehingga anak tidak merasa gelisah bosan dan tertekan,
- 2) Untuk perkembangan aspek motorik kasar dan motorik halus. Tubuh anak mulai semakin fleksibel, lengan dan kaki semakin panjang dan kuat sehingga dapat melakukan motorik asar seperti berlari, melompat, memanjat, berguling, berputar. Ketika jari semakin ramping dan panjang, akan terbiasa dengan kegiatan yang membutuhkan deksteritas manual, Anak usia 3 bulan mulai belajar meraih mainan yang ada

didekatnya, hal ini anak belajar mengkoordinasikan gerakan mata dengan tangan, secara tidak langsung anak belajar melakukan gerakan-gerakan motorik halus.

- 3) Untuk perkembangan aspek sosial. Darisini akan belajar tentang system nilai, kebiasaan-kebiasaan dan standar moral masyarakatnya,
- 4) Untuk perkembangan aspek emosi atau kepribadian. Anak dapat melepaskan ketegangan yang dialami sekaligus memenuhi kebutuhan dan dorongan dari dalam diri, dapat membantu pembentukan konsep diri yang positif, percaya diri dan harga diri karena mempunyai kompetensi tertentu,
- 5) Untuk perkembangan aspek kognisi. Melalui bermain anak mempelajari konsep dasar sebagai landasan untuk belajar menu lis, bahasa, matematika dan ilmupengetahuan lain,
- 6) Untuk mengasah ketajaman penginderaan. Anak menjadi aktif, kritis, kreatif dan bukan sebagai anak yang acuh, pasif dan tidak peka terhadap lingkungannya,
- 7) Untuk mengembangkan keterampilan olahraga dan menari. Perkembangan fisik dan keterampilan motorik kasar maupun halus sangat penting sebagai dasar untuk mengembangkan keterampilan dalam bidang lahraga dan menari.

Bermain bagi anak mempunyai beberapa fungsi dalam proses tumbuh kembang anak. Fungsi bermain terhadap sensoris motoris anak penting untuk

mengembangkan otot-ototnya dan energi yang ada. Aktivitas sensoris motoris merupakan komponen paling besar pada permainan.

Vygotsky menyatakan bahwa bermain akan mempengaruhi perkembangan anak melalui tiga cara, yakni a) melalui bermain akan menciptakan suatu kemampuan yang aktual dimana hal ini disebut dengan *Zone of Proximal Development* (ZPD). Dengan ZPD ini kemampuan yang awalnya berupa potensi akan terealisasi dalam perilakunya b) bermain memfasilitasi separasi (pemisahan) pikiran dari objek dan aksi. Pemisahan antara makna dan objeknya merupakan persiapan untuk berpikir abstrak. c) bermain akan mengembangkan penguasaan diri, anak akan bertindak dalam skenario, dan tidak dapat sembarangan. (Mutiah, 2015: 146)

Berdasarkan pendapat di atas peneliti menyimpulkan bahwa bermain memiliki berbagai manfaat bagi anak, yaitu anak dapat melakukan berbagai hal yang ia inginkan dan menyenangkan, anak dapat belajar tentang berbagai hal yang ada disekitarnya dengan cara berinteraksi dengan orang lain, dan yang utama dengan bermain aspek perkembangan anak dapat berkembang dengan optimal.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Metode penelitian kuantitatif, sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2016: 8) yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2016: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulan. Menurut Arikunto (2015: 108) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini seluruh warga masyarakat di kecamatan Demak. Adapun berdasarkan data *Monografi* Kecamatan Demak populasi dari jumlah penduduk se kecamatan Demak sebagai berikut:

Tabel 3.1 Populas Penelitian

NO	DESA/KELURAHAN	2021
1	Kalikondang	6.213
2	Donorejo	3.167
3	Katonsari	6.404
4	Mangunjiwan	8.047
5	Karangmlati	3.921
6	Kalicilik	3.416
7	Singorejo	1.527
8	Betokan	4.740
9	Bintoro	19.353
10	Kadilangu	3.304
11	B o l o	3.697
12	Bango	6.068
13	Cabean	7.246
14	Tempuran	3.177
15	Turirejo	5.831
16	R a j i	3.487
17	Kedondong	4.375
18	S e d o	2.661
19	Mulyorejo	3.691
	Jumlah	100.325

Sumber : *Monografi Kecamatan Demak*

Sampel adalah sebagian atau populasi yang diteliti (Arikunto, 2015: 109), sedangkan menurut Sugiyono (2016: 81) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sample dalam penelitian hanya beberapa Desa saja diantaranya adalah Desa Bintoro, Betokan, Kadilangu. Ketiga desa tersebut kemudian diambil sampel lagi menggunakan rumus slovin, dengan rumus:

$n = \text{Error! Reference source not found.}$

Keterangan :

n = Ukuran sampel / jumlah responden

N = Ukuran populasi

e = Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel

Karena populasi dalam penelitian ini memiliki jumlah yang besar, maka Nilai $e = 0,1$. jadi perhitunganya sebagai berikut :

$$n = \frac{27397}{1 + 27397 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{27397}{1 + 27397 (0,01)}$$

$$n = \frac{27397}{274,97}$$

$$n = 99,6 \approx 100 \text{ (dibulatkan)}$$

Jadi, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengambil 100 responden dari warga di tiga desa di Kecamatan Demak yaitu Desa Bintoro, Betokan dan Kadilangu.

C. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah survey dengan menggunakan angket yang diberikan kepada sejumlah sampel penelitian. Pendekatan survey ini dimaksudkan untuk mengetahui dampak Pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak.

D. Instrumen Penelitian

1. Angket

Instrumen dalam penelitian ini adalah angket. Angket adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain bersedia memberikan respons (responden) sesuai dengan permintaan pengguna (Ridwan, 2013: 71). Tujuan dari angket ini adalah memperoleh data mengenai dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak

Kabupaten Demak. Penelitian ini menggunakan angket yaitu angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberikan tanda checklist (\checkmark). Jumlah butir soal dalam angket adalah 30 (tiga puluh). Setiap butir memiliki 4 (empat) alternatif jawaban yang masing-masing memiliki skor dengan alternatif jawaban selalu dengan skor 4, jawaban sering dengan skor 3, jawaban kadang-kadang dengan skor 2 dan jawaban tidak pernah dengan skor 1.

E. Uji Instrumen

Sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari angket yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Menurut Arikunto (2015: 92), bahwa tujuan diadakannya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen penelitian dan mengetahui validitas dan realibilitas instrumen. Langkah-langkah uji validitas dan reliabilitas sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Menurut Arikunto (2006: 96) menjelaskan bahwa uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen". Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi Product Moment (Arikunto, 2016: 46). Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga product moment pada tabel pada taraf signifikansi 0,05. Bila $r_{xy} > r_t$ maka item tersebut dinyatakan valid.

Untuk menghitung validitas item soal digunakan rumus korelasi yang digunakan adalah rumus korelasi *product moment* dari Pearson (Suharsimi Arikunto: 2006: 146)

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan,

- r_{xy} = Koefisien korelasi
 N = Jumlah subjek
 $\sum x$ = Skor nomor tertentu
 $\sum y$ = Skor total

Kemudian hasil r_{xy} yang didapat dari penghitungan dibandingkan dengan harga tabel r *product moment*. Harga r_{tabel} dihitung dengan taraf signifikan 5% dan n sesuai dengan jumlah peserta didik. Jika $r_{xy} \geq r_{tabel}$, maka dapat dinyatakan butir soal tersebut valid.

Adapun hasil uji validitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas

Correlations					
item_1	Pearson Correlation	.574**	item_11	Pearson Correlation	.462*
	Sig. (2-tailed)	.001		Sig. (2-tailed)	.010
	N	30		N	30
item_2	Pearson Correlation	.427*	item_12	Pearson Correlation	.440*
	Sig. (2-tailed)	.019		Sig. (2-tailed)	.015
	N	30		N	30
item_3	Pearson Correlation	.502**	item_13	Pearson Correlation	.443*
	Sig. (2-tailed)	.005		Sig. (2-tailed)	.014
	N	30		N	30
item_4	Pearson Correlation	.291	item_14	Pearson Correlation	.439*
	Sig. (2-tailed)	.119		Sig. (2-tailed)	.015
	N	30		N	30
item_5	Pearson Correlation	.483**	item_15	Pearson Correlation	.525**
	Sig. (2-tailed)	.007		Sig. (2-tailed)	.003
	N	30		N	30
item_6	Pearson Correlation	.465**	item_16	Pearson Correlation	.404*
	Sig. (2-tailed)	.010		Sig. (2-tailed)	.027
	N	30		N	30
item_7	Pearson Correlation	.478**	item_17	Pearson Correlation	.490**

	Sig. (2-tailed)	.008		Sig. (2-tailed)	.006
	N	30		N	30
item_8	Pearson Correlation	.480**	item_18	Pearson Correlation	.493**
	Sig. (2-tailed)	.007		Sig. (2-tailed)	.006
	N	30		N	30
item_9	Pearson Correlation	.623**	item_19	Pearson Correlation	.484**
	Sig. (2-tailed)	.000		Sig. (2-tailed)	.007
	N	30		N	30
item_10	Pearson Correlation	.553**	item_20	Pearson Correlation	.540**
	Sig. (2-tailed)	.002		Sig. (2-tailed)	.002
	N	30		N	30

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan hasil uji validitas diatas diketahui bahwa dari 20 soal yang telah diisi oleh 30 responden terdapat 19 pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,361) dan 1 pertanyaan dinyatakan tidak valid karena memiliki $r_{hitung} < r_{tabel}$ (0,291 < 0,361) yaitu pada soal nomor 4. Sehingga pada penelitian ini soal pertanyaan yang dapat digunakan berjumlah 19 soal.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2016: 41). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach (Arikunto, 2016: 47). Reliabilitas sebagai tes dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik korelasi KR-20 (Sugiyono:2013-398) dengan rumusnya sebagai berikut:

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan

$$\begin{aligned}
 k &= \text{Mean kuadrat antara subjek} \\
 \sum s_i^2 &= \text{Mean kuadrat kesalahan} \\
 s_t^2 &= \text{Varian total}
 \end{aligned}$$

Kemudian hasil r_i yang didapat dari perhitungan dibandingkan dengan harga tabel r *product moment*. Harga r_{tabel} dihitung dengan taraf signifikan 5 % dan n sesuai dengan jumlah butir soal. Jika $r_i \geq r_{\text{tabel}}$, maka dapat dinyatakan bahwa butir soal tersebut reliabel.

Adapun hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.816	20

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diketahui bahwa nilai cronbach's alpha yang diperoleh sebesar $0,816 > 0,6$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa instrument pada penelitian ini dinyatakan reliabel/konsisten.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan data persentase yang digunakan untuk mengkaji variabel pada penelitian ini yaitu dampak Pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak. Rumus persentase yang digunakan sesuai dengan rumus Anas Sudijono (2011: 43) sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari

N = *Number of Cases* (Jumlah frekuensi/banyaknya Individu)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Umum

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Sampel penelitian adalah responden ada 100 dari warga di tiga desa di Kecamatan Demak yaitu Desa Bintoro, Betokan dan Kadilangu. Pengambilan data menggunakan angket atau kuesioner yang dimaksudkan untuk mengetahui dampak Pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak. kuesioner terdiri dari 19 item pertanyaan yang meliputi empat indikator diantaranya adalah 1) Perilaku Bergerak dan Bermain pada kondisi normal. 2) Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain. 3) kuantitas dan kualitas aktifitas. 3) Perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes karena rasa takut dan cemas adanya pandemi. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dikategorikan menjadi dua kelompok yaitu pria dan wanita. Adapun hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

	Frequency	Percent
Wanita	85	85.0
Pria	15	15.0
Total	100	100.0

Berdasarkan Tabel 4.1. dapat diketahui bahwa dari 100 responden yang berjenis kelamin pria ada 85 orang (85%) dan responden yang berjenis kelamin wanita ada 15 orang (15%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas

ibu ibu yang peduli terhadap terhadap perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak pada masa pandemi.

Responden berdasarkan umur dalam penelitian ini dikategorikan menjadi lima kelompok yaitu kelompok umur 7 - 12 tahun, umur 13 - 17 tahun, umur 18 - 25 tahun, umur 26 - 30 tahun dan kelompok umur ≥ 31 tahun. Berdasarkan kuisisioner yang dikumpulkan dari 100 responden diperoleh data tentang umur responden penelitian ditunjukkan pada tabel berikut.

Tabel 4.2
Karakter Responden Berdasarkan Umur

	Frequency	Percent
7 – 12tahun	25	25.0
13 – 17 tahun	56	56.0
18 – 25 tahun	12	12.0
26 – 30 tahun	7	7.0
≥ 31 tahun	0	0.0
Total	100	100.0

Berdasarkan Tabel 4.1. dapat diketahui bahwa dari 100 responden pada kelompok umur 7 - 12 tahun terdapat 25 orang (25%), pada kelompok umur 13 - 17 tahun terdapat 56 orang (56%), pada kelompok umur 18 - 25 tahun terdapat 12 orang (12%), pada kelompok umur 26 – 30 tahun terdapat 7 orang (7%) dan pada kelompok usia ≥ 31 tahun terdapat 0 orang (0%).

B. Hasil Penelitian

Hasil penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak. Penelitian ini diukur dengan 100 responden dan 19 pertanyaan, rentang skor 1-4. Hasil statistic deskriptif berbantu program SPSS 24.0 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.1.
 Statistik Deskriptif Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain
 Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak

Statistics		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		48.30
Median		48.00
Mode		47
Std. Deviation		2.351
Minimum		43
Maximum		53

Hasil analisis data statistik penelitian secara keseluruhan diperoleh dengan nilai maximum 53; nilai minimum 43; rata-rata (*mean*) = 48,3; median = 48; mode = 47; standart deviasi = 2,351.

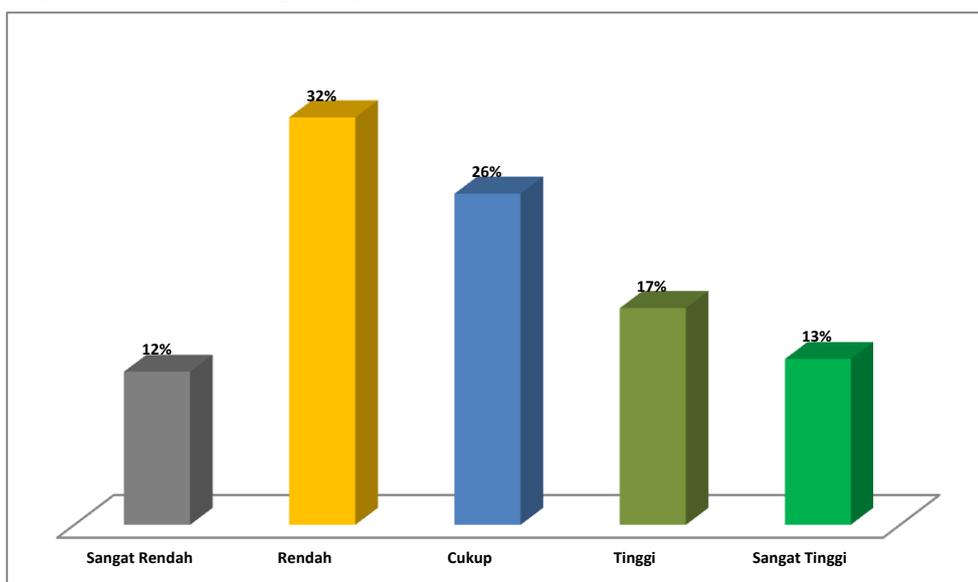
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak dapat dikategorikan dalam 5 (lima) kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah dan sangat rendah berdasarkan aturan *sturges* dengan rincian sebagai berikut:

Skor maksimal = 53
 Skor minimal = 43
 Range = 10
 Interval kelas = $10 : 5 = 2$

Tabel 4.2.
Distribusi Frekuensi Dampak Pandemi Pada Perilaku Bergerak dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak.

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
43 -45	Sangat Rendah	12	12%
46 - 47	Rendah	32	32%
48 - 49	Cukup	26	26%
50 - 51	Tinggi	17	17%
52 - 53	Sangat Tinggi	13	13%
Jumlah		100	100%

Hasil Penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar4.1.
Diagram Dampak pandemi Pada Perilaku Bergerak dan Bermain Anak Maupun Remaja di Kecamatan Demak.

Berdasarkan diagram di atas bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak yang masuk kategori sangat tinggi sebesar 13%, kategori tinggi sebesar 17%, kategori cukup sebesar 26%, kategori rendah sebesar 32%, dan kategori sangat rendah sebesar 12%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun

remaja di Kecamatan Demak pada kategori rendah hal tersebut merupakan dampak dari pandemi dimana setiap aktifitas terutama di luar rumah yang dibatasi.

Dalam penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak ini didasarkan pada empat indikator yaitu perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal, Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain, kuantitas dan kualitas aktifitas dan Perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes karena rasa takut dan cemas adanya pandemi COVID-19. Masing-masing dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Perilaku Bergerak dan Bermain Pada Kondisi Normal

Hasil penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal dalam penelitian ini diukur dengan 4 pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil statistic deskriptif berbantu program SPSS 24.0 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.3.
Statistic Deskriptif Indikator Perilaku Bergerak dan Bermain
Pada Kondisi Normal.

Statistics		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		14.22
Median		14.00
Mode		15
Std. Deviation		1.360
Minimum		10
Maximum		16

Hasil analisis data statistik penelitian diperoleh dengan nilai maximum 16; nilai minimum 10; rata-rata (*mean*) = 14,22; median = 14; mode = 15;

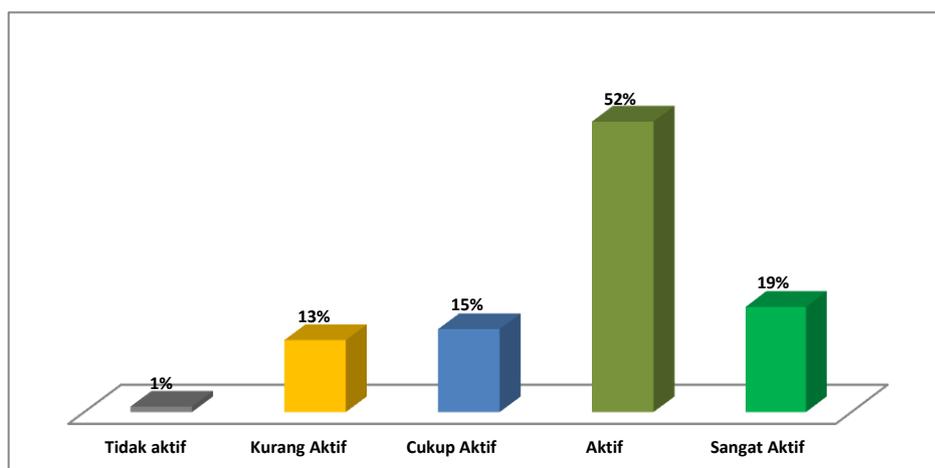
standart deviasi = 1,360. Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil penelitian pada indicator perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal dapat dikategorikan dalam 5 (lima) kategori yaitu sangat aktif, aktif, cukup aktif, kurang aktif dan tidak aktif berdasarkan aturan *sturges* dengan rincian sebagai berikut:

Skor maksimal = 16
 Skor minimal = 10
 Range = 6
 Interval kelas = $6 : 5 = 1,2$

Tabel 4.4.
 Distribusi Frekuensi Perilaku Bergerak dan Bermain Pada Kondisi Normal

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
10 – 11,2	Tidak Aktif	1	1%
11,3 – 12,5	Kurang Aktif	13	13%
12,6 – 13,8	Cukup Aktif	15	15%
13,9 – 15,1	Aktif	52	52%
15,2 - 16	Sangat TinggiAktif	19	19%
Jumlah		100	100%

Hasil Penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal, apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar4.2.
 Diagram Perilaku Bergerak dan Bermain Pada Kondisi Normal

Berdasarkan diagram di atas bahwa perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal yang masuk kategori sangat aktif sebesar 19%, kategori aktif sebesar 52%, kategori cukup aktif sebesar 15%, kategori kurang aktif sebesar 13%, dan kategori tidak aktif sebesar 1%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja pada kondisi normal di Kecamatan Demak pada kategori aktif.

2. Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Pandemi dan Pembatasan Terkait

Hasil penelitian dampak wabah virus covid-19 pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain dalam penelitian ini diukur dengan 5 pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil statistic deskriptif berbantu program SPSS 24.0 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.5.
Statistik Deskriptif Indikator Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Wabah COVID-19 dan Pembatasan Terkait

Statistics		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		7.25
Median		7.00
Mode		7
Std. Deviation		.947
Minimum		6
Maximum		11

Hasil analisis data statistik penelitian diperoleh dengan nilai maximum 11; nilai minimum 6; rata-rata (*mean*) = 7,25; median = 7; mode = 7; standart deviasi = 0,947. Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil

penelitian pada indikator perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain dapat dikategorikan dalam 5 (lima) kategori yaitu sangat aktif, aktif, cukup aktif, kurang aktif dan tidak aktif berdasarkan aturan *sturges* dengan rincian sebagai berikut:

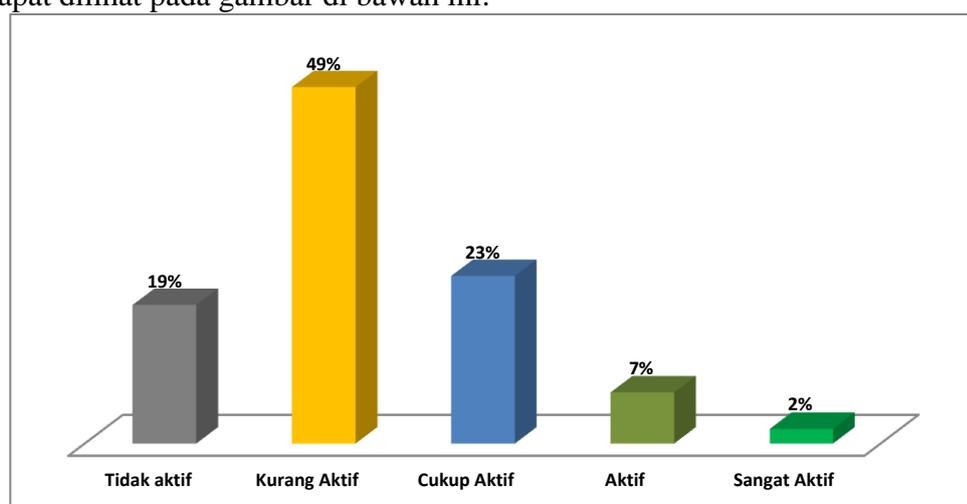
Skor maksimal = 11
 Skor minimal = 6
 Range = 5
 Interval kelas = $5 : 5 = 1$

Tabel 4.6.

Distribusi Frekuensi Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Pandemi dan Pembatasan Terkait

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
6	Tidak Aktif	19	19%
7	Kurang Aktif	49	49%
8	Cukup Aktif	23	23%
9	Aktif	7	7%
10-11	Sangat TinggiAktif	2	2%
Jumlah		100	100%

Hasil Penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar4.3.

Diagram Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain Dibandingkan Sebelum Pandemi dan Pembatasan Terkait

Berdasarkan diagram di atas bahwa gerakan dan perilaku bermain yang masuk kategori tidak aktif sebesar 19%, kategori kurang aktif sebesar 49%, kategori cukup aktif sebesar 23%, kategori aktif sebesar 7%, dan kategori sangat aktif sebesar 2%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa dampak akibat covid-19 gerakan dan perilaku bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak yang sekarang mengalami perubahan yaitu menjadi kurang aktif.

3. Dibandingkan secara kuantitas dan kualitas sebelum pandemi dan pembatasan terkait

Hasil penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan dibandingkan secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas sebelum dan Sesudah wabah COVID-19 dan pembatasan terkait dalam penelitian ini diukur dengan 5 pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil statistic deskriptif berbantu program SPSS 24.0 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.7.
Statistik Deskriptif Indikator Dibandingkan Secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas Sebelum dan Sesudah pandemi dan Pembatasan Terkait

Statistics		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		8.81
Median		9.00
Mode		8
Std. Deviation		1.339
Minimum		6
Maximum		14

Hasil analisis data statistik penelitian diperoleh dengan nilai maximum 14; nilai minimum 6; rata-rata (*mean*) = 8,81; median = 9; mode = 8; standart deviasi = 1,339.

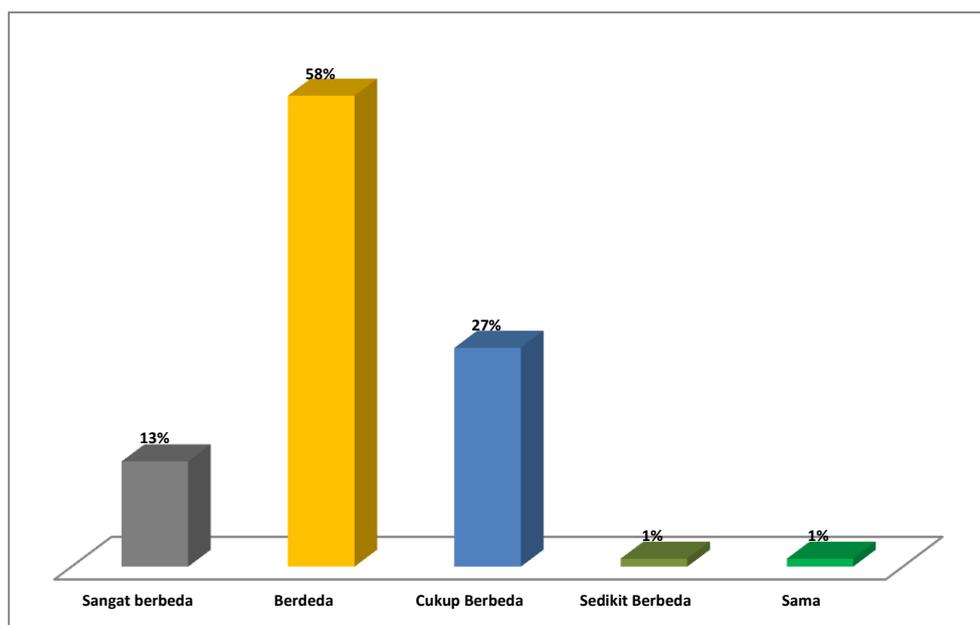
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil penelitian pada indikator perbedaan secara kuantitas dan kualitas aktifitas sebelum dan sesudah wabah covid-19 dapat dikategorikan dalam 5 (lima) kategori yaitu sangat berbeda, berbeda, cukup berbeda, sedikit berbeda dan sama berdasarkan aturan *sturges* dengan rincian sebagai berikut:

Skor maksimal = 14
 Skor minimal = 6
 Range = 8
 Interval kelas = $8 : 5 = 1,6 \approx 2$ (dibulatkan)

Tabel 4.8.
 Distribusi Frekuensi Indikator Perbedaan Secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas sebelum dan Sesudah pandemi dan Pembatasan Terkait

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
6 – 7	Sangat Berbeda	13	13%
8 – 9	Berbeda	58	58%
10 – 11	Cukup Berbeda	27	27%
12 – 13	Sedikit Berbeda	1	1%
14	Sama	1	1%
Jumlah		100	100%

Hasil Penelitian dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak dibandingkan Secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas sebelum dan Sesudah wabah pandemi dan pembatasan terkait apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar4.4.

Diagram dibandingkan Secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas sebelum dan Sesudah pandemi dan pembatasan terkait.

Berdasarkan diagram di atas bahwa dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak dibandingkan secara kuantitas dan kualitas aktifitas sebelum dan sesudah pandemi dan pembatasan terkait yang masuk kategori sangat berbeda sebesar 13%, kategori berbeda sebesar 58%, kategori cukup berbeda sebesar 27%, kategori sedikit berbeda sebesar 1%, dan kategori sama sebesar 1%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku gerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak setelah adanya pandemi covid-19 secara kuantitas maupun kualitas aktivitas berbeda dengan sebelum pandemic covid-19.

4. Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Prokes

Hasil penelitian dampak wabah virus covid-19 pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan rasa takut dan cemas adanya pandemi covid-19 dengan menunjukkan perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes dalam penelitian ini diukur dengan 5 pernyataan dengan rentang skor 1-4. Hasil statistic deskriptif berbantu program SPSS 24.0 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.9
 Statistik Deskriptif Pada Indikator Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Prokes.

Statistics		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		18.02
Median		18.00
Mode		19
Std. Deviation		1.231
Minimum		15
Maximum		20

Hasil analisis data statistik penelitian diperoleh dengan nilai maximum 20; nilai minimum 15; rata-rata (*mean*) = 18,02; median = 18; mode = 19; standart deviasi = 1,231.

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil penelitian pada indicator rasa takut dan cemas adanya pandemi covid-19 dengan menunjukkan perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes dapat dikategorikan dalam 5 (lima) kategori yaitu sangat takut dan cemas, Takut dan

cemas, cukup takut dan cemas, kurang takut dan cemas serta tidak takut dan cemas, berdasarkan aturan *sturges* dengan rincian sebagai berikut:

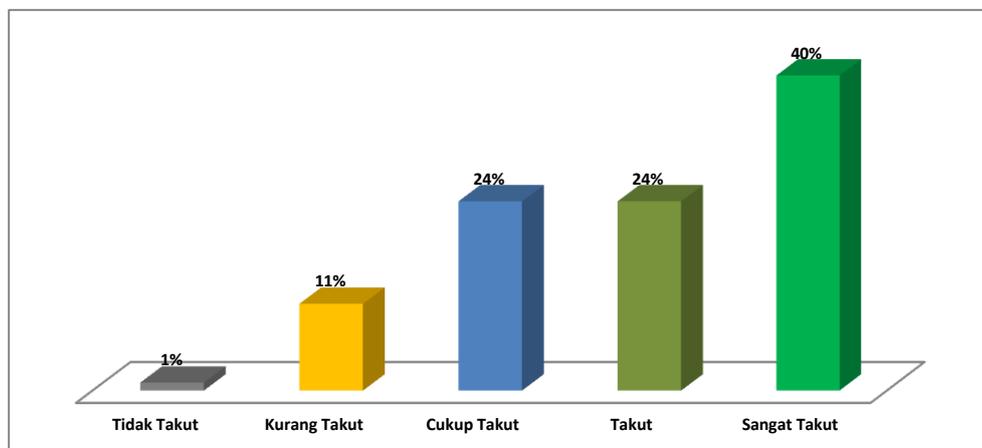
Skor maksimal = 20
 Skor minimal = 15
 Range = 5
 Interval kelas = $5 : 5 = 1$

Tabel 4.10.

Distribusi Frekuensi Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Proses.

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
15	Tidak Takut	1	1%
16	Kurang Takut	11	11%
17	Cukup Takut	24	24%
18	Takut	24	24%
19 -20	Sangat Takut	40	40%
Jumlah		100	100%

Hasil Penelitian dampak wabah virus covid-19 pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan rasa takut dan cemas adanya pandemi covid-19 dengan menunjukkan perilaku gerak dan bermain menggunakan proses apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar4.5.

Diagram Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19 Dengan Menunjukkan Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Proses.

Diagram di atas memperlihatkan bahwa dampak pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak berdasarkan rasa takut dan cemas adanya pandemi covid-19 dengan menunjukkan perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes yang masuk kategori sangat takut sebesar 40%, kategori takut sebesar 24%, kategori cukup takut sebesar 24%, kategori kurang sebesar 11%, dan kategori tidak takut sebesar 1%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa responden sangat takut dan cemas dengan adanya wabah covid dengan menunjukkan perilaku taat pada prokes saat bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak Pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak. Instrumen penelitian Penelitian ini berupa angket yang diisi oleh 100 responden dengan rentang skor 1-4.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dampak Pandemi pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak yang masuk kategori sangat tinggi sebesar 13%, kategori tinggi sebesar 17%, kategori cukup sebesar 26%, kategori rendah sebesar 32%, dan kategori sangat rendah sebesar 12%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak

pada kategori rendah hal tersebut merupakan dampak dari wabah virus covid-19 dimana setiap aktifitas terutama di luar rumah yang dibatasi.

Perubahan yang luar biasa dalam kehidupan masyarakat terjadi sejak masa pandemi virus berbahaya covid 19. Adanya Covid-19 yang memindahkan urusan pendidikan ke rumah membuat keluarga teragap-gagap beradaptasi. Fenomena ini juga berimbas pada kehidupan keseharian setiap keluarga. Kekhawatiran akan berkembangnya virus dan penularan antar pribadi menyebabkan dicanangkannya program social distance secara nasional (Davina, 2020; Romi, 2020; Taher, 2020; Yahya, 2020).

Tidak hanya orangtua, anak-anak pun juga merasa tak senang dengan belajar dari program *stay at home*. Hal ini berdasarkan survei dari Forum Anak Nasional pada akhir Maret 2020 yang melibatkan ratusan anak di seluruh Indonesia. Survei tersebut menemukan bahwa sebagian besar anak sepakat bahwa gerakan di rumah saja sangat penting dilakukan di tengah pandemi Covid-19. Akan tetapi, hampir 60 persen anak merasa tidak terlalu senang saat harus menjalani segala kegiatan yaitu bergerak dan bermain dari rumah. Hal ini seperti diungkapkan Pakar Psikolog Anak dan Keluarga Anna Surti Ariani, *the Asian parent* Indonesia (2020), muncul berbagai bentuk masalah perilaku anak semenjak diberlakukannya mengurangi aktivitas di luar rumah, diantaranya, anak cepat merasa bosan. Selama *stay at home* remaja maupun anak tentu saja mengalami perubahan perilaku bergerak maupun bermain yang semula di sekolah dan bersosial dengan teman sebaya, menjadi sendiri ditemani oleh orang tua ataupun keluarga terdekat.

Hasil penelitian pada indikator perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal menunjukkan bahwa yang masuk kategori sangat aktif sebesar 19%, kategori aktif sebesar 52%, kategori cukup aktif sebesar 15%, kategori kurang aktif sebesar 13%, dan kategori tidak aktif sebesar 1%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja pada kondisi normal di Kecamatan Demak pada kategori aktif.

Bermain bagi anak merupakan suatu aktivitas yang sangat menyenangkan, Melalui aktivitas bermain dapat merangsang aspek perkembangan anak yaitu kognitif, fisik motorik, bahasa, sosial emosional, agama moral dan seni (Novianti, dkk, 2015) anak-anak membutuhkan waktu bermain dengan bebas. Lewat bermain, anak mempunyai kesempatan untuk mengasah kompetensinya sekaligus memperoleh keterampilan baru lainnya dalam suasana yang santai dan menyenangkan (Kusuma, 2018:96). Hal ini relevan dengan hasil peneltian bahwa pada indikator perilaku bergerak dan bermain pada kondisi normal termasuk pada kategori aktif karena sebelum pandemi orang tua terbiasa menawarkan pilihan aktivitas bermain di luar rumah, seperti mengunjungi pusat hiburan, taman bermain dan lainnya.

Hasil penelitian pada indikator perubahan dalam perilaku bergerak dan bermain menunjukkan bahwa yang masuk kategori tidak aktif sebesar 19%, kategori kurang aktif sebesar 49%, kategori cukup aktif sebesar 23%, kategori aktif sebesar 77%, dan kategori sangat aktif sebesar 2%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa dampak akibat covid-19 gerakan dan perilaku

bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak yang sekarang mengalami perubahan yaitu menjadi kurang aktif.

Pandemi covid-19 menimbulkan beberapa perubahan pada perilaku anak ataupun remaja. Hal ini disebabkan karena terbatasnya aktifitas anak maupun remaja dalam lingkup bergerak dan bermain yang merupakan kegiatan yang biasa dilakukan sebelum pandemic. Adapun perubahan perilaku menurut Fajrin (2020:30) yaitu: 1) *Stay at home lifestyle*. Sejak pandemi muncul gaya hidup baru dimana segala aktivitasnya dari rumah, mulai dari bekerja, belajar, bermain, sampai beribadah. 2) *Go virtual*. Dengan adanya pandemi Covid-19, masyarakat menghindari terjadinya kontak fisik dan beralih untuk melakukan berbagai aktivitasnya secara virtual atau online. Anak maupun remaja lebih cenderung bermain dengan menggunakan gadget menyebabkan perilaku bergerak dan bermain menjadi pasif, karena bermain gadget cukup duduk diam tidak memerlukan pergerakan yang lebih.

Hasil penelitian pada indikator perbedaan secara kuantitas dan kualitas aktifitas sebelum dan sesudah pandemi menunjukkan bahwa yang masuk kategori sangat berbeda sebesar 13%, kategori berbeda sebesar 58%, kategori cukup berbeda sebesar 27%, kategori sedikit berbeda sebesar 1%, dan kategori sama sebesar 1%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku gerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak dibandingkan Secara Kuantitas dan Kualitas Aktifitas sebelum dan Sesudah wabah COVID-19 dan pembatasan terkait mengalami perbedaan

Masa pandemi akibat virus Covid-19 tidak hanya berdampak bagi orang dewasa, namun juga anak-anak dan remaja. Masa remaja dan anak-anak yang seharusnya dijalani dengan sejuta kegiatan (Murdijati, 2016:82) namun karena adanya Covid-19 maka segala aktivitas menjadi terbatas. Dihentikannya sekolah, dibatalkannya berbagai acara, hilang kesempatan untuk bermain bersama teman sebaya membuat hampir seluruh remaja tak hanya di Indonesia tapi juga dunia kehilangan masa-masa emasnya, Hal ini memperjelas bahwa terjadi perbedaan perilaku bergerak dan bermain sebelum dan saat pandemic covid-19.

Hasil penelitian pada indikator rasa takut dan cemas adanya pandemi covid-19 dengan menunjukkan perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes menunjukkan bahwa yang masuk kategori sangat takut dan cemas sebesar 40%, kategori takut dan cemas sebesar 24%, kategori cukup takut dan cemas sebesar 24%, kategori kurang takut dan cemas sebesar 11%, dan kategori tidak takut dan cemas sebesar 1%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa responden sangat takut dan cemas dengan adanya wabah covid dengan menunjukkan perilaku taat pada prokes saat bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak.

Situasi pandemi covid-19 telah membuat perubahan besar dalam kehidupan saat ini. Banyaknya informasi penyebaran virus dan jumlah pasien positif dan yang meninggal dunia menyebabkan tingkat kecemasan masyarakat bertambah (Aufar & Raharjo, 2020). Menurut Hulu & Pardede (2016) kecemasan merupakan respon psikologis dan fisiologis individu

terhadap suatu kondisi yang tidak menyenangkan, atau reaksi atas situasi yang dianggap mengancam. Akibat perubahan hidup yang drastis ini tak dapat dipungkiri timbul rasa takut, cemas, dan khawatir. Untuk menyikapi keadaan tersebut dilakukan dengan menunjukkan perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa dampak wabah virus covid-19 pada perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak Kabupaten Demak yang masuk kategori sangat tinggi sebesar 13%, kategori tinggi sebesar 17%, kategori cukup sebesar 26%, kategori rendah sebesar 32%, dan kategori sangat rendah sebesar 12%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa perilaku bergerak dan bermain anak maupun remaja di Kecamatan Demak pada kategori rendah hal tersebut merupakan dampak dari pandemi dimana setiap aktifitas terutama di luar rumah yang dibatasi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan, antara lain:

1. Bagi Sekolah: Diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi tambahan mengenai penelitian pembelajaran PJOK terkait dampak pandemi COVID-19 terhadap perilaku bergerak dan bermain pada anak dan remaja.
2. Bagi Guru: Diharapkan guru dapat lebih kreatif dan inovatif dalam memberikan pembelajaran PJOK terlebih pada saat pandemic seperti ini

dimana harus mengedepankan prosedur kesehatan dengan mematuhi protocol kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya: Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya serta dapat dikembangkan agar menjadi penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto.Suharsimi. 2015. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka. Cipta
- Aufar, A.F., Raharjo, S.T. (2020). Kegiatan Relaksasi Sebagai Coping Stress di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik* Vol. 2 No. 2, ISSN 2656- 1786
- Davina, D. 2020. Tak Terapkan Lockdown Pemerintah Kampanyekan Social Distancing, Apa Bedanya? Kompas TV. Retrieved from <https://www.kompas.tv/article/71830/tak-terapkan-lockdownpemerintah-kampanyekan-socialdistancing-apa-bedanya>
- Dewi, Wahyu Aji Fatma. 2020. “Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar.” *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 2 (1): 55–61. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.89>.
- Dwijawiyata, 2013. *Mari Bermain permainan Kelompok Untuk Anak*. Yogyakarta: Kanisius.
- Fajrin, D. H. (2020). Faktor pemicu kecemasan siswa dalam melakukan pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.932>
- Gunawan, Cakti Indra & Yulita. 2020. Anomali Covid-19 : Dampak Positif Virus Corona Untuk Dunia. <https://books.google.co.id/books?id=CWzuDwAAQBAJ>
- Hartati, Sofia. 2015. *Perkembangan Belajar Pada Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas.
- Herlina. 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* Volume 8, Nomor 1 Januari – Juni 2020 ISSN 2581-0383
- Hulu, E. K., & Pardede, J. A. (2016). Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif di Rumah Sakit Sari Mutiara Medan. *Jurnal Keperawatan*, 2(1).
- Hurlock, E. B. 2013. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga

- Hurlock, E.B. 2018. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga.
- Irianto, Djoko Pekik. (2012). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Kemenkes RI. (2020a). Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Belum Optimal. Retrieved November 2, 2020, from <https://www.kemkes.go.id/article/view/20062200002/kepatuhan-masyarakatterhadap-protokol-kesehatan-belum-optimal.html>
- Kusuma, M F. (2018). Pengaruh Permainan Tradisional benthengan Terhadap Interaksi Sosial Anak Asuh di Panti Yatim Hajah Maryam Kalibeber Wonosobo. *Jurnal Program Studi Psikologi* . FKIP. Universitas Sebelas Maret
- Lutan, Rusli.(2011). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta. Depdiknas
- Maftukin Hudah. Analisis Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Masa Pandemi Covid19 di Tinjau Dari Penggunaan Media Aplikasi Pembelajaran Dan Usia Guru. *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*. Vol.3, No.2, Desember 2020, Hal. 93-102 e-ISSN 2614-8781.
- Masrul, Abdillah, L. A., & Tasnim. 2020. Pandemi COVID-19: Persoalan dan Refleksi di Indonesia. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Moeslichatoen R. 2014. *Metode Pengajaran Di Taman Kanak – Kanak*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya
- Muliawan, Jasa Ungguh. 2014. *Tips Jitu Memilih Mainan Positif & Kreatif Untuk Anak Anda*. Jogjakarta: DIVA Press.
- Murdijati, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran daring di tengah wabah covid19. *BIODIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 6(2), 214–224
- Musbikin, Imam. 2015. *Buku Pintar Paud (Dalam Perspektif Islami)*. Yogyakarta: Laksana.
- Mutiah Diana . 2015. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Mutohir, Toho. Cholik dan Gusril. 2014. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: Depdiknas.
- Novianti, Ni Gusti Ayu Kadek Fitri., dkk. (2015). Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar AnakKelompok B2 Semester II TK Widya Santhi. *E-journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha*.

- Poerwanti, Endang dan Nur Widodo. 2015. *Perkembangan Peserta Didik*. Malang: UMM.
- Qomarrullah, Rif'iy. 2014. "Model Aktivitas Belajar Gerak Berbasis Permainan Sebagai Materi Ajar Pendidikan Jasmani (Penelitian Pengembangan Pada Siswa Kelas I Sekolah Dasar)." *Indonesian Journal of Sports Science* 1 (1): 76–88.
- Rahyubi, Heri. 2012. *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media
- Ridwan. 2013. *Rumus dan Data dalam Aplikasi Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Riyanto, I.A, dkk. 2016. Pengembangan Model Pembelajaran Keterampilan Motorik Berbasis Permainan Untuk Anak Sekolah Dasar Usia 9-10 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, Volume 6. Nomor 1.
- Romi, D. 2020. Pemerintah Terapkan Social Distancing Ketimbang Lockdown. Sumeks.Co. Retrieved from <https://sumeks.co/pemerintahterapkan-social-distancingketimbang-lockdown/>
- Setiawati, Lusi. 2013. Upaya Mengembangkan Ketrampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B Melalui Aktivitas Permainan Tradisional Engklek di TK ABA Patehan. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Simatupang, 2015. Permainan Tradisoanal sebagai Media Stimulasi Aspek Perkembangan Anak Usia Dini TK Tunas Rimba Semarang. *Jurnal Penelitian PAUDIA* Vol. 1
- Sugiyono 2016. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sujiono, Yuliani Nurani dan Sujiono, Bambang. 2014. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: PT Indeks.
- Supriyadi, Muhammad. 2018. "Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Sekolah Dasar." *Jurnal Gelanggang Olahraga* 1 (2): 6–11.
- Suryana, Dadan. 2013. *Dasar – Dasar Pendidikan TK*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

- Susilo, Adityo, 2020 dkk. Tinjauan Literatur Terkini Virus Korona Disease 2019: Review of Current Literatures. Jakarta Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia : Universitas Indonesia.
- Suyanto, 2015. *Konsep Dasar Anak Usia Dini* : Jakarta : Depdiknas.
- Taher, A. P. 2020. Pemerintah Ubah Istilah Social Distancing Jadi Physical Distancing. Tirto.Id. Retrieved from <https://tirto.id/pemerintah-ubahistilah-social-distancing-jadiphysical-distancing-eG8j>
- Tedjasaputra, 2011, *Bermain, Mainan, dan Permainan*, Jakarta, PT. Grasindo.
- The Asian parent Indonesia. 2020. Swakarantina Berisiko Timbulkan Konflik dalam sosial, Ini Cara Mengatasinya! Retrieved May 28, 2020, from <https://id.theasianparent.com/da>
- Upton, Penney. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Wahyuni & Ridha. 2020. “Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan.” *Kabar Priangan*, 2020. <https://kabar-priangan.com/dampak-pandemi-covid-19-terhadap-dunia-pendidikan/>.
- Winarno, F.G. 2020. COVID- 19 pelajaran berharga dari sebuah pandemi (Suprianto & R. Pradana (eds.)). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. www.gpu.id.
- Yahya, A. N. 2020. Pemerintah Ubah Istilah Social Distancing Jadi Physical Distancing. Kompas.Com. Retrieved from <https://nasional.kompas.com/read /2020/03/23/14332461/pemerintahubah-istilah-social-distancing-jadiphysical-distancing>.
- Zuly Daima Ulfa. Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Belajar, Interaksi Sosial dan Kesehatan bagi Mahasiswa FKIP Universitas Palangka Raya. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)* | Volume 5 | Nomor 2 | 2020 | 124 – 138

Lampiran 1

KUESIONER UJI COBA DAMPAK PANDEMI PADA PERILAKU BERGERAK DAN BERMAIN ANAK MAUPUN REMAJA DI KECAMATAN DEMAK KABUPATEN DEMAK

A. Screening tentang covid 19

1. Orang dirumah, atau keluarga ada yang terkena / terpapar covid apa tidak

Terpapar Covid-19	
Tidak Terpapar Covid-19	

Beri Tanda Centang

2. Apakah isoman dirumah/ karantina

Isoman dirumah	
Karantina ditempat khusus	

Beri Tanda Centang

B. Alamat

1. Pendidikan :
2. Status :
3. Data anak :
4. Usia :
5. Jenis kelamin :

C. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pernyataan dengan baik dan teliti sebelum Saudara menjawab.
2. Jawablah pernyataan dibawah ini dengan sebenar – benarnya.
3. Pilihlah salah satu jawaban yang Saudara anggap paling sesuai dengan pendapat Saudara seperti yang telah digambarkan pada pernyataan yang tersedia.

A. Lembar Kuesioner

Perilaku Bergerak dan Bermain pada kondisi normal.

1. Dalam seminggu terakhir, berapa jam total dan menit per hari apakah anak menonton TV, gunakan komputer, menggunakan media sosial dan bermain video game?
 - a. 2 Jam
 - b. 3 Jam
 - c. 4 Jam
 - d. 5 Jam
2. Dalam seminggu terakhir, berapa hari anak melakukan aktivitas kegiatan fisik?
 - a. 2 Jam
 - b. 3 Jam
 - c. 4 Jam
 - d. 5 Jam
3. Dalam seminggu terakhir, berapa hari anak melakukan kunjungan bermain di rumah teman?

- a. 2 Jam
 - b. 3 Jam
 - c. 4 Jam
 - d. 5 Jam
4. Berapa jam dalam seminggu adik jajan di luar rumah?
- a. 8 Jam
 - b. 9 Jam
 - c. 10 Jam
 - d. 11 Jam
5. Dalam seminggu terakhir, berapa jam anak biasanya menghabiskan waktu tidur dalam periode 24 jam (termasuk tidur siang tetapi tidak termasuk waktu yang dihabiskan untuk istirahat)?
- a. 5 Jam
 - b. 8 Jam
 - c. 10 Jam
 - d. 24 Jam
- a. Sehari dua kali
 - b. Sehari satu kali
 - c. Seminggu dua kali
 - d. Seminggu satu kali
9. Anak menonton TV dan tidak melakukan aktifitas fisik di dalam rumah?
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
10. Saya membantu orang tua saya melakukan pekerjaan rumah (pembersihan, pekerjaan pekarangan)?
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah

Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain Dibandingkan sebelum Pandemi dan pembatasan terkait:

6. Apakah anak suka berjalan atau bersepeda di lingkungan sekitar rumah?
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
7. Apakah anak sering melakukan aktivitas fisik atau olahraga di luar?
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
8. Anak sedang melakukan aktivitas fisik atau olahraga dalam?
- Dibandingkan secara kuantitas dan kualitas sebelum pandemi dan pembatasan terkait:**
11. Apakah anak melakukan aktivitas atau hobi di dalam rumah lebih banyak setelah adanya pandemi ini?
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
12. Apakah ada aktivitas atau hobi di dalam waktu luang di luar rumah dilakukan lebih banyak selama pandemi ini?
- a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
13. Apakah anak suka lebih banyak membaca novel atau buku

pelajaran dirumah selama pandemi ini?

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-Kadang
- d. Tidak Pernah

14. Anak jauh lebih banyak bermain dirumah saudara dari pada sebelum pandemi?

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-Kadang
- d. Tidak Pernah

15. Apakah anak selama dirumah lebih banyak menggunakan sumber daya online/aplikasi untuk mendukung gerakan yang sehat?

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-Kadang
- d. Tidak Pernah

Perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes karena rasa takut dan cemas adanya pandemi COVID-19

16. Anak merasa takut dengan adanya pandemi dan takut jika terkena virus COVID-19?

- a. Sangat takut
- b. Takut
- c. Biasa saja
- d. Tidak takut

17. Anak patuh pada protokol kesehatan memakai masker dan mencuci tangan serta menjaga jarak?

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-Kadang
- d. Tidak Pernah

18. Anak setelah bermain dengan teman di luar kemudian melakukan bersih badan dan cuci tangan?

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-Kadang
- d. Tidak Pernah

19. Anak tahu akan bahasa virus corona COVID-19 sehingga aktifitas PPKM diberlakukan?

- a. Sangat mengerti
- b. Mengerti
- c. Kurang mengerti
- d. Tidak mengerti

20. Apakah Anak selalu memakai masker disaat bermain di luar rumah?

- a. Selalu
- b. Sering
- c. Kadang-Kadang
- d. Tidak Pernah

=====SELAMAT MENGERJAKAN=====

item_14	Pearson Correlation	.192	.401	.133	-.225	.036	.108	.126	-.087	-.038	.091	-.101	.158	.467	1	.529	.117
	Sig. (2-tailed)	.310	.028	.483	.232	.849	.570	.506	.646	.840	.634	.597	.403	.009		.003	.539
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
item_15	Pearson Correlation	.067	.271	.059	-.185	-.025	.266	.049	.000	.204	.293	-.068	.289	.744	.529	1	.354
	Sig. (2-tailed)	.726	.147	.758	.328	.895	.156	.796	1.000	.279	.116	.720	.121	.000	.003		.055
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
item_16	Pearson Correlation	.307	.381	.053	.038	.046	.166	.125	.059	.133	.150	.201	.091	.216	.117	.354	1
	Sig. (2-tailed)	.098	.038	.779	.841	.810	.380	.509	.755	.482	.429	.287	.631	.252	.539	.055	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
item_17	Pearson Correlation	.247	.306	.422	-.213	.202	.539	.385	-.048	.124	-.132	-.013	-.056	.093	.515	.197	.254
	Sig. (2-tailed)	.189	.100	.020	.258	.285	.002	.036	.800	.515	.488	.944	.767	.625	.004	.296	.175
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
item_18	Pearson Correlation	.186	.280	.449	-.195	.071	.327	.056	-.034	.108	.198	.055	.135	.270	.367	.434	.027
	Sig. (2-tailed)	.324	.134	.013	.302	.708	.078	.767	.860	.572	.294	.771	.477	.149	.046	.017	.886
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
item_19	Pearson Correlation	.451	.144	.373	-.071	.426	.225	.105	.035	.094	.116	.256	.224	.179	.136	.143	.038
	Sig. (2-tailed)	.012	.449	.042	.708	.019	.231	.582	.856	.621	.540	.173	.234	.344	.475	.452	.844
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
item_20	Pearson Correlation	.081	-.067	.453	.041	.223	.415	.323	.289	.354	.094	.473	.156	.217	.055	.191	.026
	Sig. (2-tailed)	.671	.726	.012	.828	.236	.022	.082	.121	.055	.602	.008	.409	.250	.772	.311	.891
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Skor_Tot al	Pearson Correlation	.574	.427	.502	.291	.483	.465	.478	.480	.623	.553	.462	.440	.443	.439	.525	.404
	Sig. (2-tailed)	.001	.019	.005	.119	.007	.010	.008	.007	.000	.002	.010	.015	.014	.015	.003	.027
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

Correlations

		item_17	item_18	item_19	item_20	Skor_Total
item_1	Pearson Correlation	.247	.186	.451	.081	.574
	Sig. (2-tailed)	.189	.324	.012	.671	.001
	N	30	30	30	30	30
item_2	Pearson Correlation	.306	.280	.144	-.067	.427
	Sig. (2-tailed)	.100	.134	.449	.726	.019
	N	30	30	30	30	30
item_3	Pearson Correlation	.422	.449	.373	.453	.502
	Sig. (2-tailed)	.020	.013	.042	.012	.005
	N	30	30	30	30	30

item_4	Pearson Correlation	-.213	-.195	-.071	.041	.291
	Sig. (2-tailed)	.258	.302	.708	.828	.119
	N	30	30	30	30	30
item_5	Pearson Correlation	.202	.071	.426*	.223	.483**
	Sig. (2-tailed)	.285	.708	.019	.236	.007
	N	30	30	30	30	30
item_6	Pearson Correlation	.539**	.327	.225	.415*	.465**
	Sig. (2-tailed)	.002	.078	.231	.022	.010
	N	30	30	30	30	30
item_7	Pearson Correlation	.385*	.056	.105	.323	.478**
	Sig. (2-tailed)	.036	.767	.582	.082	.008
	N	30	30	30	30	30
item_8	Pearson Correlation	-.048	-.034	.035	.289	.480**
	Sig. (2-tailed)	.800	.860	.856	.121	.007
	N	30	30	30	30	30
item_9	Pearson Correlation	.124	.108	.094	.354	.623**
	Sig. (2-tailed)	.515	.572	.621	.055	.000
	N	30	30	30	30	30
item_10	Pearson Correlation	-.132	.198	.116	.099	.553**
	Sig. (2-tailed)	.488	.294	.540	.602	.002
	N	30	30	30	30	30
item_11	Pearson Correlation	-.013	.055	.256	.473**	.462*
	Sig. (2-tailed)	.944	.771	.173	.008	.010
	N	30	30	30	30	30
item_12	Pearson Correlation	-.056	.135	.224	.156	.440*
	Sig. (2-tailed)	.767	.477	.234	.409	.015
	N	30	30	30	30	30
item_13	Pearson Correlation	.093	.270	.179	.217	.443*
	Sig. (2-tailed)	.625	.149	.344	.250	.014
	N	30	30	30	30	30
item_14	Pearson Correlation	.515**	.367*	.136	.055	.439*
	Sig. (2-tailed)	.004	.046	.475	.772	.015
	N	30	30	30	30	30
item_15	Pearson Correlation	.197	.434*	.143	.191	.525**
	Sig. (2-tailed)	.296	.017	.452	.311	.003
	N	30	30	30	30	30
item_16	Pearson Correlation	.254	.027	.038	.026	.404*
	Sig. (2-tailed)	.175	.886	.844	.891	.027
	N	30	30	30	30	30
item_17	Pearson Correlation	1	.449*	.209	.308	.490**
	Sig. (2-tailed)		.013	.268	.098	.006
	N	30	30	30	30	30
item_18	Pearson Correlation	.449*	1	.240	.306	.493**
	Sig. (2-tailed)	.013		.200	.100	.006
	N	30	30	30	30	30
item_19	Pearson Correlation	.209	.240	1	.284	.484**
	Sig. (2-tailed)	.268	.200		.128	.007
	N	30	30	30	30	30
item_20	Pearson Correlation	.308	.306	.284	1	.540**
	Sig. (2-tailed)	.098	.100	.128		.002
	N	30	30	30	30	30
Skor_Tot al	Pearson Correlation	.490**	.493**	.484**	.540**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	.006	.007	.002	
	N	30	30	30	30	30

Lampiran 3

Output Uji reliabilitas

RELIABILITY

```

/VARIABLES=item_1 item_2 item_3 item_4 item_5 item_6 item_7 item_8 item_9
item_10 item_11 item_12
item_13 item_14 item_15 item_16 item_17 item_18 item_19 item_20
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA
/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

		Notes	
Output Created			17-NOV-2021 10:22:26
Comments			
Input	Active Dataset	DataSet1	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File		30
	Matrix Input		
Missing Value Handling	Definition of Missing Cases Used	User-defined missing values are treated as missing.	
		Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.	
Syntax		RELIABILITY /VARIABLES=item_1 item_2 item_3 item_4 item_5 item_6 item_7 item_8 item_9 item_10 item_11 item_12 item_13 item_14 item_15 item_16 item_17 item_18 item_19 item_20 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA /SUMMARY=TOTAL.	
Resources	Processor Time		00:00:00.00
	Elapsed Time		00:00:00.00

Scale: ALL VARIABLES Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.816	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	64.47	63.568	.496	.802

item_2	64.30	66.769	.353	.810
item_3	64.60	65.076	.422	.806
item_4	64.40	67.628	.181	.819
item_5	64.20	66.579	.420	.807
item_6	64.27	66.340	.394	.808
item_7	64.33	65.816	.403	.807
item_8	64.50	64.328	.381	.808
item_9	64.27	65.375	.575	.802
item_10	64.50	63.914	.473	.803
item_11	64.67	64.437	.357	.810
item_12	64.63	65.137	.340	.811
item_13	64.50	65.155	.344	.810
item_14	64.60	64.938	.333	.811
item_15	64.73	63.237	.425	.806
item_16	64.70	66.010	.307	.812
item_17	64.70	64.217	.392	.808
item_18	64.67	65.333	.414	.807
item_19	64.57	64.323	.386	.808
item_20	64.50	64.397	.462	.804

Lampiran 4

**KUESIONER PENELITIAN
DAMPAK PANDEMI PADA PERILAKU
BERGERAK DAN BERMAIN ANAK MAUPUN REMAJA
DI KECAMATAN DEMAK KABUPATEN DEMAK**

A. Screening tentang covid 19

1. Orang dirumah, atau keluarga ada yang terkena / terpapar covid apa tidak

Terpapar Covid-19	
Tidak Terpapar Covid-19	

Beri Tanda Centang

2. Apakah isoman dirumah/ karantina

Isoman dirumah	
Karantina ditempat khusus	

Beri Tanda Centang

B. Alamat

1. Pendidikan :
2. Status :
3. Data anak :
4. Usia :
5. Jenis kelamin :

C. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pernyataan dengan baik dan teliti sebelum Saudara menjawab.
2. Jawablah pernyataan dibawah ini dengan sebenar – benarnya.
3. Pilihlah salah satu jawaban yang Saudara anggap paling sesuai dengan pendapat Saudara seperti yang telah digambarkan pada pernyataan yang tersedia.

D. Lembar Kuesioner**Perilaku Bergerak dan Bermain pada kondisi normal.**

1. Dalam seminggu terakhir, berapa jam total dan menit per hari apakah anak menonton TV, gunakan komputer, menggunakan media sosial dan bermain video game?
 - a. 2 Jam
 - b. 3 Jam
 - c. 4 Jam
 - d. 5 Jam
2. Dalam seminggu terakhir, berapa hari anak melakukan aktivitas kegiatan fisik?
 - a. 2 Jam
 - b. 3 Jam
 - c. 4 Jam

- d. 5 Jam
- 3. Dalam seminggu terakhir, berapa hari anak melakukan kunjungan bermain di rumah teman?
 - a. 2 Jam
 - b. 3 Jam
 - c. 4 Jam
 - d. 5 Jam
- 4. Dalam seminggu terakhir, berapa jam anak biasanya menghabiskan waktu tidur dalam periode 24 jam (termasuk tidur siang tetapi tidak termasuk waktu yang dihabiskan untuk istirahat)?
 - a. 5 Jam
 - b. 8 Jam
 - c. 10 Jam
 - d. 24 Jam
- 7. Anak sedang melakukan aktivitas fisik atau olahraga dalam?
 - a. Sehari dua kali
 - b. Sehari satu kali
 - c. Seminggu dua kali
 - d. Seminggu satu kali
- 8. Anak menonton TV dan tidak melakukan aktifitas fisik di dalam rumah?
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
- 9. Saya membantu orang tua saya melakukan pekerjaan rumah (pembersihan, pekerjaan pekarangan)?
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah

Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain Dibandingkan sebelum Pandemi dan pembatasan terkait:

- 5. Apakah anak suka berjalan atau bersepeda di lingkungan sekitar rumah?
 - e. Selalu
 - f. Sering
 - g. Kadang-Kadang
 - h. Tidak Pernah
- 6. Apakah anak sering melakukan aktivitas fisik atau olahraga di luar?
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
- 10. Apakah anak melakukan aktivitas atau hobi di dalam rumah lebih banyak setelah adanya adanya pandemi ini?
 - a. Selalu
 - b. Sering
 - c. Kadang-Kadang
 - d. Tidak Pernah
- 11. Apakah ada aktivitas atau hobi di dalam waktu luang di luar rumah dilakukan lebih banyak selama pandemi ini?
 - a. Selalu
 - b. Sering

- c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah
12. Apakah anak suka lebih banyak membaca novel atau buku pelajaran dirumah selama pandemi ini?
a. Selalu
b. Sering
c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah
13. Anak jauh lebih banyak bermain dirumah saudara dari pada sebelum pandemi?
a. Selalu
b. Sering
c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah
14. Apakah anak selama dirumah lebih banyak menggunakan sumber daya online/aplikasi untuk mendukung gerakan yang sehat?
a. Selalu
b. Sering
c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah
- Perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes karena rasa takut dan cemas adanya pandemi COVID-19**
15. Anak merasa takut dengan adanya pandemi dan takut jika terkena virus COVID-19?
a. Sangat takut
b. Takut
- c. Biasa saja
d. Tidak takut
16. Anak patuh pada protokol kesehatan memakai masker dan mencuci tangan serta menjaga jarak?
a. Selalu
b. Sering
c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah
17. Anak setelah bermain dengan teman di luar kemudian melakukan bersih badan dan cuci tangan?
a. Selalu
b. Sering
c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah
18. Anak tahu akan bahasa virus corona COVID-19 sehingga aktifitas PPKM diberlakukan?
a. Sangat mengerti
b. Mengerti
c. Kurang mengerti
d. Tidak mengerti
19. Apakah Anak selalu memakai masker disaat bermain di luar rumah?
a. Selalu
b. Sering
c. Kadang-Kadang
d. Tidak Pernah

=====SELAMAT MENGERJAKAN=====

Lampiran 5

Tabulasi Penelitian

Resp	Indikator																							Skor
	Perilaku Bergerak dan Bermain pada kondisi normal					Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain						kuantitas dan kualitas aktifitas						Perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes karena rasa takut dan cemas adanya pandemi COVID-19						
	1	2	3	4	Skor	5	6	7	8	9	Skor	10	11	12	13	14	Skor	15	16	17	18	19	Skor	
1	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	1	2	1	8	4	4	4	3	3	18	49
2	3	3	4	4	14	1	1	1	3	1	7	2	3	1	2	1	9	3	3	4	4	3	17	47
3	4	3	4	3	14	1	1	1	4	1	8	1	3	1	2	1	8	4	4	3	4	4	19	49
4	4	4	3	3	14	1	1	1	2	1	6	1	3	1	2	1	8	4	3	3	4	4	18	46
5	3	3	3	4	13	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	1	7	3	4	4	4	3	18	45
6	4	4	4	3	15	1	1	1	2	2	7	1	3	2	1	1	8	3	4	3	3	3	16	46
7	3	3	3	4	13	1	1	1	3	1	7	1	4	1	1	1	8	4	4	3	3	4	18	46
8	4	4	4	4	16	2	1	1	2	1	7	1	3	1	2	1	8	3	3	4	4	3	17	48
9	3	2	4	4	13	2	1	1	2	2	8	2	4	1	3	1	11	3	3	4	4	4	18	50
10	4	4	4	2	14	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	1	7	4	3	3	4	3	17	45
11	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	2	8	3	4	3	4	3	17	48
12	4	4	4	4	16	1	2	1	3	2	9	2	3	1	2	1	9	4	3	4	4	4	19	53
13	4	4	3	4	15	1	1	1	3	1	7	2	3	1	1	1	8	4	3	3	4	3	17	47
14	3	2	3	4	12	1	1	1	2	2	7	3	3	1	1	2	10	4	4	3	4	3	18	47
15	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	1	7	3	4	4	4	3	18	48
16	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	2	1	1	8	3	4	3	4	3	17	48
17	4	4	4	2	14	2	1	2	2	1	8	1	2	1	1	1	6	4	4	3	4	4	19	47
18	4	4	4	4	16	2	1	1	2	1	7	1	4	1	1	2	9	4	3	4	3	4	18	50

19	3	2	3	4	12	1	1	2	2	2	8	2	4	3	2	3	14	3	2	4	3	4	16	50
20	4	4	4	4	16	1	1	1	2	2	7	1	4	1	3	1	10	4	4	4	4	3	19	52
21	3	4	4	3	14	1	2	2	3	1	9	1	3	1	1	1	7	4	4	3	4	4	19	49
22	3	4	4	2	13	1	1	1	2	2	7	1	3	1	1	2	8	3	4	4	4	4	19	47
23	4	4	4	4	16	1	1	1	4	1	8	1	4	1	1	1	8	4	2	4	3	2	15	47
24	3	3	2	4	12	1	1	1	3	1	7	2	3	1	1	1	8	4	3	4	4	4	19	46
25	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	1	7	3	4	4	4	3	18	48
26	4	4	2	4	14	2	2	2	3	1	10	1	4	2	3	1	11	4	4	3	4	2	17	52
27	4	4	3	4	15	1	1	1	2	1	6	1	3	1	2	1	8	4	3	4	4	4	19	48
28	3	3	4	3	13	1	1	1	2	1	6	1	2	1	2	1	7	4	2	4	4	3	17	43
29	4	4	4	4	16	1	1	1	2	1	6	1	4	1	1	2	9	4	3	4	2	4	17	48
30	2	4	4	4	14	1	1	1	2	1	6	1	3	1	1	2	8	3	4	4	3	4	18	46
31	4	4	4	3	15	1	2	1	3	1	8	1	3	1	2	1	8	4	4	4	2	4	18	49
32	4	3	2	3	12	1	1	1	2	1	6	1	3	1	2	2	9	4	3	4	3	4	18	45
33	4	4	3	4	15	1	1	1	3	2	8	1	3	2	1	1	8	4	2	4	2	4	16	47
34	4	4	3	2	13	1	1	1	2	1	6	1	3	2	1	1	8	3	4	4	4	3	18	45
35	3	2	4	4	13	2	1	1	3	4	11	2	3	2	1	1	9	4	4	4	4	4	20	53
36	4	2	4	4	14	1	1	1	3	2	8	1	3	1	1	2	8	4	4	3	4	4	19	49
37	4	4	3	4	15	1	1	1	3	1	7	1	4	1	1	3	10	4	4	4	4	4	20	52
38	3	4	4	4	15	1	2	1	2	1	7	1	3	2	2	1	9	3	2	4	4	4	17	48
39	3	4	3	2	12	2	1	1	3	1	8	1	3	2	1	1	8	4	3	4	4	4	19	47
40	4	2	4	2	12	2	1	1	3	1	8	1	3	1	2	1	8	4	4	2	4	3	17	45
41	4	3	4	4	15	1	1	1	4	1	8	1	3	1	2	1	8	4	4	3	4	2	17	48
42	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	2	3	1	3	1	10	3	4	4	4	4	19	52
43	4	4	4		12	1	1	1	3	1	7	1	3	1	3	1	9	4	4	4	4	3	19	47
44	3	4	4	4	15	1	1	1	4	1	8	1	3	1	1	1	7	4	4	4	3	2	17	47

45	4	2	2	4	12	1	1	1	3	1	7	1	2	2	1	1	7	3	4	3	4	4	18	44
46	4	4	4	2	14	1	1	1	4	1	8	1	4	2	2	1	10	4	4	2	4	3	17	49
47	3	4	4	4	15	1	1	1	3	1	7	1	3	1	2	1	8	3	4	4	4	2	17	47
48	3	3	4	2	12	1	1	1	2	1	6	2	3	1	1	1	8	4	3	4	4	3	18	44
49	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	2	2	1	1	1	7	4	4	4	3	4	19	49
50	4	4	2	4	14	1	1	1	2	1	6	2	4	1	2	2	11	4	4	4	4	4	20	51
51	4	4	3	4	15	1	1	1	3	1	7	1	4	2	3	1	11	3	4	3	4	4	18	51
52	4	4	3	2	13	1	1	1	3	1	7	1	4	2	1	1	9	3	4	4	2	4	17	46
53	3	4	4	3	14	1	1	1	4	2	9	1	4	3	1	1	10	4	4	4	3	4	19	52
54	3	4	4	4	15	1	1	1	3	2	8	1	3	1	1	2	8	4	3	2	4	3	16	47
55	4	4	3	4	15	1	1	2	2	1	7	2	3	3	1	2	11	4	4	3	4	4	19	52
56	3	3	2	2	10	1	1	1	3	1	7	3	4	1	1	1	10	3	4	4	4	4	19	46
57	3	4	4	4	15	1	1	1	3	1	7	1	3	3	2	1	10	4	3	4	4	4	19	51
58	4	4	3	4	15	1	1	1	2	1	6	2	3	2	2	1	10	4	2	4	3	3	16	47
59	3	2	3	4	12	1	1	1	3	1	7	2	3	2	1	1	9	4	4	4	2	3	17	45
60	3	4	2	3	12	1	1	1	4	1	8	1	3	2	3	1	10	3	4	4	3	4	18	48
61	4	4	2	4	14	1	2	1	2	1	7	3	3	1	2	3	12	4	4	4	4	4	20	53
62	4	3	4	4	15	2	1	1	3	1	8	1	4	1	1	1	8	3	4	4	4	4	19	50
63	3	3	3	4	13	1	1	1	3	1	7	1	3	2	3	1	10	4	3	4	4	3	18	48
64	4	4	3	4	15	1	1	1	3	1	7	1	3	2	1	1	8	4	4	2	4	2	16	46
65	4	4	3	2	13	1	1	1	2	2	7	1	4	3	1	1	10	4	4	3	4	4	19	49
66	4	4	4	4	16	2	1	1	2	1	7	1	4	2	1	3	11	4	4	4	2	4	18	52
67	3	3	4	2	12	1	1	2	3	2	9	1	3	1	1	2	8	4	3	4	4	4	19	48
68	4	4	3	3	14	1	1	1	4	1	8	3	3	2	1	2	11	4	2	4	4	3	17	50
69	3	3	4	4	14	1	2	1	4	1	9	1	3	2	1	3	10	3	4	3	2	4	16	49
70	4	2	3	4	13	1	1	1	3	1	7	1	4	1	1	3	10	4	4	2	4	4	18	48

71	3	4	3	4	14	1	1	1	4	1	8	2	2	1	2	2	9	4	3	4	4	4	19	50
72	4	3	4	3	14	1	1	1	3	1	7	2	3	1	1	1	8	4	2	4	3	4	17	46
73	3	4	4	4	15	1	1	1	2	1	6	1	4	1	1	1	8	4	4	4	4	4	20	49
74	4	4	4	4	16	1	1	2	2	1	7	3	4	1	2	1	11	3	4	4	4	4	19	53
75	4	2	4	3	13	1	1	1	3	1	7	1	3	2	2	1	9	4	4	4	4	4	20	49
76	3	4	3	4	14	2	1	1	3	1	8	1	3	2	2	2	10	3	4	4	4	3	18	50
77	4	4	4	3	15	1	1	1	2	1	6	1	3	1	2	1	8	4	4	3	3	2	16	45
78	4	4	4	4	16	1	1	1	2	2	7	2	3	1	1	1	8	4	4	4	4	4	20	51
79	3	4	4	3	14	1	1	1	3	1	7	2	3	1	1	2	9	4	4	3	2	4	17	47
80	4	2	4	3	13	1	1	1	4	1	8	2	4	1	1	1	9	3	2	4	4	3	16	46
81	4	4	3	4	15	1	1	1	2	1	6	1	4	2	1	2	10	4	4	3	4	4	19	50
82	3	4	4	4	15	1	1	1	3	1	7	1	3	1	2	2	9	4	4	4	4	2	18	49
83	4	4	2	3	13	1	1	1	3	1	7	1	3	1	3	1	9	4	4	4	4	4	20	49
84	3	2	4	3	12	1	1	1	3	2	8	1	3	1	2	1	8	4	3	2	4	4	17	45
85	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	1	7	4	4	4	4	4	20	50
86	3	4	4	4	15	1	1	1	2	1	6	1	4	2	1	3	11	4	4	4	3	3	18	50
87	4	2	4	4	14	2	1	1	4	1	9	2	3	1	1	2	9	3	4	4	4	4	19	51
88	4	4	3	2	13	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	2	8	4	3	4	4	2	17	45
89	3	4	4	4	15	1	1	1	2	1	6	1	3	1	2	1	8	4	4	4	4	2	18	47
90	4	4	4	3	15	1	1	2	4	1	9	1	4	2	1	1	9	4	4	4	4	3	19	52
91	4	4	4	4	16	1	1	1	3	1	7	1	3	2	1	2	9	4	4	3	4	4	19	51
92	3	4	4	4	15	2	1	1	2	2	8	1	3	2	1	3	10	3	4	4	4	4	19	52
93	4	4	4	2	14	1	1	1	2	1	6	1	3	1	1	2	8	4	4	4	4	4	20	48
94	4	4	2	4	14	1	1	2	2	1	7	1	3	1	1	1	7	4	4	3	4	4	19	47
95	4	4	4	3	15	2	1	1	3	1	8	2	4	1	1	2	10	4	4	2	4	3	17	50
96	4	4	4	4	16	1	1	1	2	1	6	1	3	1	1	1	7	4	3	4	4	4	19	48

97	3	4	4	4	15	1	1	1	3	1	7	1	3	1	2	1	8	3	4	3	3	4	17	47
98	4	2	4	4	14	1	1	1	2	1	6	2	3	1	1	2	9	4	4	4	4	4	20	49
99	4	4	3	4	15	1	1	1	3	1	7	1	3	1	1	3	9	3	4	2	4	3	16	47
100	4	3	4	4	15	1	1	1	2	1	6	2	3	2	1	1	9	3	4	4	3	2	16	46

Lampiran 6

Output Statistik Deskriptif Dampak Wabah Virus Covid-19 Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain Anak Maupun Remaja Di Kecamatan Demak

FREQUENCIES VARIABLES=X
/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE
/ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

		Notes	
Output Created			12-JAN-2022 16:27:24
Comments			
Input	Data	D:\OLAH DATA SPSS\UPGRIS\AHMAD KHAFIDZ\INPUT.sav	
	Active Dataset	DataSet1	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File		100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.	
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.	
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=X /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE /ORDER=ANALYSIS.	
Resources	Processor Time		00:00:00.00
	Elapsed Time		00:00:00.00

Statistics

Dampak Wabah Virus Covid-19
Pada Perilaku Bergerak Dan
Bermain Anak Maupun Remaja

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		48.30
Median		48.00
Mode		47
Std. Deviation		2.351
Minimum		43
Maximum		53

**Dampak Wabah Virus Covid-19 Pada Perilaku Bergerak Dan
Bermain Anak Maupun Remaja**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	43	1	1.0	1.0	1.0
	44	2	2.0	2.0	3.0
	45	9	9.0	9.0	12.0
	46	11	11.0	11.0	23.0
	47	18	18.0	18.0	41.0
	48	15	15.0	15.0	56.0
	49	14	14.0	14.0	70.0
	50	11	11.0	11.0	81.0
	51	6	6.0	6.0	87.0
	52	9	9.0	9.0	96.0
	53	4	4.0	4.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 7

Output Statistik Deskriptif

Indikator Perilaku Bergerak Dan Bermain Pada Kondisi Normal

FREQUENCIES VARIABLES=I_1
 /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE
 /ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

		Notes	
Output Created			17-NOV-2021 13:00:48
Comments			
Input	Active Dataset	DataSet1	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File		100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.	
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.	
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=I_1 /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE /ORDER=ANALYSIS.	
Resources	Processor Time		00:00:00.00
	Elapsed Time		00:00:00.00

Statistics

Perilaku Bergerak dan Bermain
 pada kondisi normal

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		14.22
Median		14.00
Mode		15
Std. Deviation		1.360
Minimum		10
Maximum		16

Perilaku Bergerak dan Bermain pada kondisi normal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	1	1.0	1.0	1.0
	12	13	13.0	13.0	14.0
	13	15	15.0	15.0	29.0
	14	23	23.0	23.0	52.0
	15	29	29.0	29.0	81.0
	16	19	19.0	19.0	100.0
Total		100	100.0	100.0	

Lampiran 8

Output Statistik Deskriptif

Indikator Perubahan Dalam Gerakan Dan Perilaku Bermain

FREQUENCIES VARIABLES=I_2
 /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE
 /ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

		Notes	12-JAN-2022 15:32:44
Output Created			
Comments			
Input	Data	D:\OLAH DATA SPSS\UPGRIS\AHMAD KHAFFIDZ\INPUT.sav	
	Active Dataset	DataSet1	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File		100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.	
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.	
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=I_2 /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE /ORDER=ANALYSIS.	
Resources	Processor Time		00:00:00.00
	Elapsed Time		00:00:00.00

Statistics

Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		7.25
Median		7.00
Mode		7
Std. Deviation		.947
Minimum		6
Maximum		11

Perubahan dalam gerakan dan perilaku bermain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	19	19.0	19.0	19.0
	7	49	49.0	49.0	68.0
	8	23	23.0	23.0	91.0
	9	7	7.0	7.0	98.0
	10	1	1.0	1.0	99.0
	11	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 9

Output Statistik Deskriptif Indikator kuantitas dan kualitas aktifitas

Frequencies

		Notes	
Output Created			12-JAN-2022 15:50:45
Comments			
Input	Data	D:\OLAH DATA SPSS\UPGRIS\AHMAD KHAFFIDZ\INPUT.sav	
	Active Dataset	DataSet1	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File		100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.	
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.	
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=i_3 /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE /ORDER=ANALYSIS.	
Resources	Processor Time		00:00:00.00
	Elapsed Time		00:00:00.00

Statistics

kuantitas dan kualitas aktifitas

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		8.81
Median		9.00
Mode		8
Std. Deviation		1.339
Minimum		6
Maximum		14

kuantitas dan kualitas aktifitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	1	1.0	1.0	1.0
	7	12	12.0	12.0	13.0
	8	36	36.0	36.0	49.0
	9	22	22.0	22.0	71.0
	10	18	18.0	18.0	89.0
	11	9	9.0	9.0	98.0
	12	1	1.0	1.0	99.0
	14	1	1.0	1.0	100.0
	Total		100	100.0	100.0

Lampiran 10

Output Statistik Deskriptif Indikator Perilaku Gerak Dan Bermain Menggunakan Prokes Karena Rasa Takut Dan Cemas Adanya Pandemi Covid-19

FREQUENCIES VARIABLES=i_4
/STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE
/ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

		Notes
Output Created		17-NOV-2021 13:04:30
Comments		
Input	Data	D:\OLAH DATA SPSS\AHMAD KHAFIDZ\INPUT.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=i_4 /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE/ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		18.02
Median		18.00
Mode		19
Std. Deviation		1.231
Minimum		15
Maximum		20

Perilaku gerak dan bermain menggunakan prokes karena rasa takut dan cemas adanya pandemi COVID-19

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	1	1.0	1.0
	16	11	11.0	12.0
	17	24	24.0	36.0
	18	24	24.0	60.0
	19	29	29.0	89.0
	20	11	11.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 11

Dokumentasi Kegiatan Penelitian



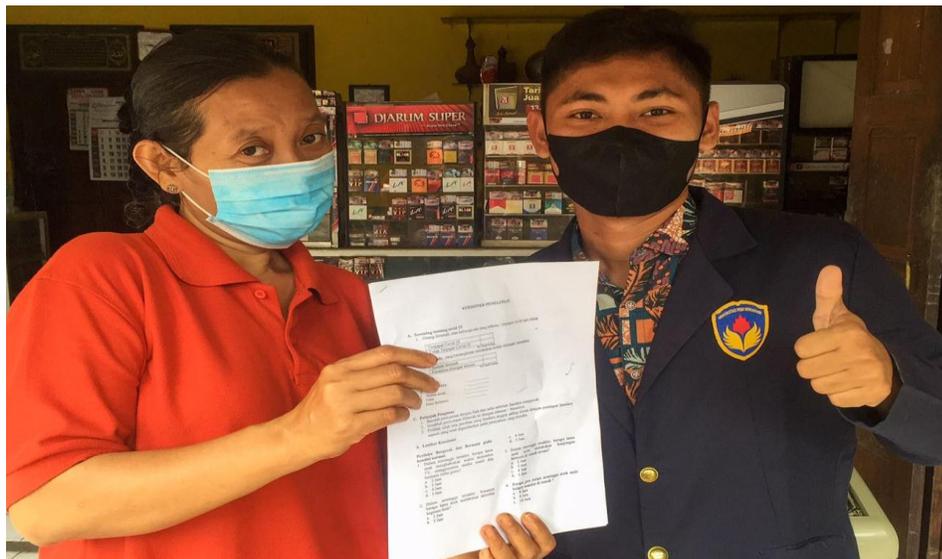
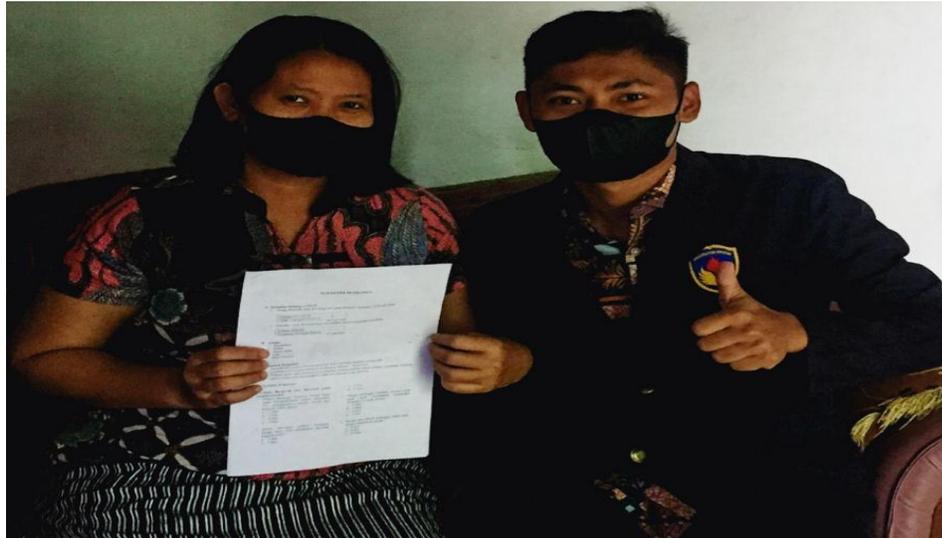
Peneliti memberikan surat ijin penelitian di Kantor Kecamatan Demak



Peneliti memberikan kuesioner penelitian

(Desa Bintoro, Betokan, Kadilangu)

Dokumentasi Peneliti Memberikan Kuesioner Kepada Responden
(Desa Bintoro, Betokan, Kadilangu)



Dokumentasi Peneliti Memberikan Kuesioner Kepada Responden

(Desa Bintoro, Betokan, Kadilangu



Lampiran 11 Surat Keterangan Penelitian

LEMBAR PENYELESAIAN PEMBIMBINGAN

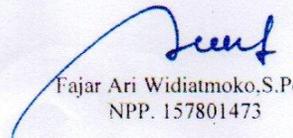
Kami selaku pembimbing skripsi I dan II dari mahasiswa Universitas PGRI Semarang

Nama : Ahmad Khafid
 NPM : 17230088
 Fakultas/Prodi : FPIPSKR/PJKR
 Judul Skripsi : Dampak Wabah Virus-19 Pada Perilaku Bergerak Dan Bermain Anak Maupun Remaja Di Kecamatan Demak Kabupaten Demak

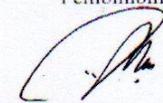
Dengan ini menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah selesai dan siap untuk diujikan

Semarang, 25-01-2022

Pembimbing I


 Fajar Ari Widiatmoko, S.Pd., M.Pd
 NPP. 157801473

Pembimbing II


 Dani Slamet Pratama, S.Pd., M.Pd
 NPP. 179101530



Mengetahui,

Dean, FPIPSKR Universitas PGRI Semarang

Dr. Agus Sutono, S.fil., M.Phil
 NPP. 107801284

Lampiran 12 Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN DEMAK
KECAMATAN DEMAK**

Jl. Sultan Patah Nomor 16 , Telpn (0291) 685011 Demak - 59511
http: //www.demakkab.go.id email : kecdemak@ demakkab.go.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 011 / 168

Berdasarkan surat dari UPGRIS Nomor : 207 /AM /FPIPSKR / VII /2021 tanggal : 15 November 2021.

Hal : Ijin Penelitian, Kami menerangkan bahwa atas nama tersebut di bawah ini :

No	Nama / NPM	Program Studi
1.	AHMAD KHAFID	UPGRIS, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah melaksanakan Penelitian di Kantor Kecamatan Demak pada tanggal 29 Desember 2021 dengan judul : " DAMPAK WABAH VIRUS COVID – 19 PADA PERILAKU BERGERAK DAN BERMAIN ANAK MAUPUN REMAJA DI KECAMATAN DEMAK KABUPATEN DEMAK."

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Demak, 14 Maret 2022

