



## **PENGABDIAN PENDIDIKAN DAN KESEHATAN TERHADAP MASYARAKAT DI MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA GUNTUR MACAN**

**IHWAN JADIDUL HAYAT**

Pendidikan Olahraga

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat  
Universitas Pendidikan Mandalika

### **Abstrak**

Dari kegiatan yang dilaksanakan siswa siswi mampu memahami Gerakan-gerakan tes kebugaran jasmani dan mampu melakukannya dirumah guna menjaga tingkat kebugaran jasmani Adapun tujuannya juga bermanfaat untuk menjaga imun tubuh agar terhindar dari virus corona-19. Kemudian pelatihan yang kami buat yaitu pelatihan bulu tangkis yang dimana di desa Guntur macan mempunyai sarana lapangan untuk bermain bulu tangkis, akan tetapi jarang sekali dipergunakan maka dari itu tujuan program kerja KKN-T kami laksanakan pelatihan dan seiring berjalan waktu ada perubahan minat yang sebelumnya kurangnya minat masyarakat dan anak2 yang menjadi penerus bangsa.

### **Kata Kunci**

Pengabdian pendidikan  
dan kesehatan,  
Masyarakat, Pandemi  
Covid-19.

### **Pendahuluan**

Desa Guntur Macan merupakan salah satu dari 12 desa yang ada di kecamatan Gununungsari Kabupaten Lombok Barat. Kondisi desa Guntur Macan memiliki kantor desa yang berada di Dusun Guntur Macan, memiliki 2 sekolah Paud yaitu Paud Bina Putra yang berada di dusun Apit Aik dan Paud Ar-Rahman yang berada di dusun Ladungan, memiliki 2 Sekolah Dasar yaitu SDN 1 Guntur Macan dan SDN 2 Guntur Macan. Sedangkan untuk jenjang SMP dan SMA/SMK Sederajat, sebagian besar bersekolah diluar desa . Desa Guntur Macan terdiri dari 7 dusun yaitu Dusun Apit Aik, Dusun Barat Kokoq, Dusun Guntur Macan, Dusun Ladungan, Dusun Poan Selatan, Dusun Poan Utara dan Dusun Pancor. Dari beberapa dusun memiliki beberapa potensi yaitu madu trigona, serbat herbal, gula aren, keripik tempe, wisata air terjun, kerajinan bambu seperti kursi dan meja. Sebagian besar pekerjaan warga Desa Guntur Macan rata-rata menjadi buruh harian lepas dan petani. Permasalahan yang dialami masyarakat sejak pandemi Covid-19 hingga saat ini yaitu kurangnya aktivitas yang membuat kekebalan tubuh atau imunitas pada masyarakat terutama pada anak-anak yang rentan terkena penyakit. Kurangnya kesadaran masyarakat pentingnya menjaga kebugaran jasmani untuk meningkatkan kekebalan tubuh , salah satu contoh untuk menjaga imunitas yaitu dengan aktivitas berolahraga. Permasalahan yang kedua yaitu kurangnya minat masyarakat terhadap permainan bulutangkis di desa Guntur Macan, karena kurangnya fasilitas untuk penonton atau pemain.

### **Metode Pengabdian**

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di sekolah SDN 1 Guntur Macan, di SDN 2 Guntur Macan dan di lapangan umum bulutangkis Guntur macan, pelatihan-pelatihan tersebut dilaksanakan satu minggu di sekolah sedangkan di lapangan kami lakukan setiap hari minggu. Kegiatan pelatihan-pelatihan tersebut bertujuan untuk menjaga kebugaran jasmani pada anak-anak dan melatih kelincahan gerak tubuh. Pelatihan bulu tangkis kami terapkan di lapangan dan di sekolah guna untuk menarik minat anak maupun masyarakat dikarenakan desa Guntur macan mempunyai lapangan yang sudah ada, tetapi lapangan tersebut jarang digunakan. Manajemen



lapangan bertujuan untuk menarik minat masyarakat dalam permainan bulu tangkis, oleh karena itu mahasiswa KKN-T merubah konsep lapangan yang dimana sebelumnya disana tidak mempunyai tempat duduk ataupun tempat tunggu bagi pemain. Setelah dikukannya perubahan ternyata ada perubahan signifikan yang dimana sebelumnya kurangnya minat masyarakat dalam melakukan permainan bulu tangkis, dan setelah adanya perubahan pada lapangan ada perubahan atau bertambahnya minat masyarakat dalam melaksanakan kegiatan permainan bulutangkis.

### **Hasil dan Pembahasan**

Partisipasi masyarakat Desa Guntur Macan menjadi kunci utama untuk melaksanakan kegiatan tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) dan pelatihan-pelatihan permainan bulutangkis bagi masyarakat. Program kerja yang kami terapkan kepada masyarakat guna untuk mengembalikan minat permainan bulutangkis dan tata cara untuk menjaga kebugaran jasmani dimasa pandemi Covid-19. Sebagian masyarakat secara sadar dan kritis mengikuti mekanisme pelatihan yang kami terapkan di masyarakat, tetapi sebagian lagi belum ikut berpartisipasi. Pelaksanaan kebijakan pemerintah sebagaimana telah diatur dalam UU No. 4 Tahun 1984 tentang wabah penyakit yang menular, mensyaratkan keterlibatan masyarakat secara aktif, seperti: masyarakat patuh terhadap imbauan agar tetap menjaga jarak, menjaga kesehatan tubuh agar terhindar dari virus atau penyakit dan imun tubuh tetap terjaga. Tanpa adanya partisipasi masyarakat, tujuan pelaksanaan dan program kerja tersebut tidak akan tercapai dengan baik. a) Kebiasaan mencuci tangan. Mencuci tangan adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari dengan menggunakan air ataupun cairan lainnya oleh manusia dengan tujuan untuk menjadi bersih Menekankan pentingnya untuk mengedukas masyarakat saat ini untuk memahami dan mencegah penyebaran Covid-19 sekaligus pencegahan stunting secara bersamaan, dengan cara penerapan pola hidup sehat. Stunting ini gagal tumbuh pada balita karena kekurangan gizi kronis dalam kurun waktu yang lama. Faktor penyebabnya salah satunya adalah pola hidup yang tidak sehat, Covid-19 adalah virus yang menyebabkan infeksi kronis saluran pernafasan. Kedua hal ini dapat kita cegah bersama dengan menerapkan pola hidup sehat. b) Pola hidup sehat. Guna menjaga kesehatan dan meningkatkan daya tahan tubuh di masa Pandemi Covid-19. Sebagai sarana yang diberikan untuk mengingat pentingnya menjaga hidup sehat dengan cara berolahraga rutin, menjaga pola hidup yang sehat dengan berolahraga dan berjemur dapat mencegah Virus Covid-19 dan meningkatkan stamina serta fisik. c) Tujuan melakukan TKJI. Tes kebugaran jasmani adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dengan tujuan mengukur sejauh mana kemampuan kebugaran jasmani nya dan mengetahui tingkat kebugaran jasmani nya. Tujuannya yaitu: (1) Hasilnya bisa digunakan sebagai acuan seseorang untuk meningkatkan kebugaran jasmani nya. (2) Berguna untuk menilai kemampuan fisik seseorang. (3) Untuk mengukur kemampuan seseorang dalam jasmani nya. (4) Untuk mengetahui sejauh mana kondisi atau perkembangan kebugaran jasmani seseorang tersebut. (5) Bahan untuk memberikan bimbingan dalam meningkatkan kebugaran jasmani.

### **Kesimpulan**

Kegiatan KKN dengan sasaran masyarakat di desa Guntur Macan sebagai bagian dari masyarakat secara umum berjalan dengan lancar sesuai dengan apa yang direncanakan dalam program KKN. Meski terdapat beberapa kendala tetapi rencana kerja dapat sepenuhnya



dijalankan sesuai dengan hal tersebut tidak merubah esensi pelaksanaan program tersebut. Adapun kesimpulan dari pelaksanaan program kerja KKN di desa Guntur Macan yaitu: (1) Program KKN dapat terlaksana dengan baik dan lancar meski ada beberapa perubahan dan tambahan yang direncanakan. (2) Program ini dapat berjalan dengan baik berkat dukungan dan kerjasama antar warga dan pihak masyarakat yang sangat membantu dan mendukung. Dengan demikian, hasil kesimpulan di atas menunjukkan bahwa secara garis besar program KKN dapat dikatakan sukses dan lancar.

### **Saran**

Berdasarkan hasil pelaksanaan program KKN yang dilaksanakan sejak 27 September sampai 20 November 2021 terdapat beberapa saran yang sekiranya membangun bagi semua pihak, antara lain: (1) Pendamping Sosial Bantuan Pangan Kecamatan (PSBPK). a) Program-program yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa sebaiknya ada pengembangan atau tindak lanjut untuk peningkatan selanjutnya. b) Hubungan yang sudah terjalin antara pihak universitas dengan pihak masyarakat hendaknya dapat lebih ditingkatkan dan dapat memberikan umpan balik satu sama lainnya . (2) Bagi mahasiswa KKN selanjutnya. a) Perlu adanya kesepahaman visi dan misi, dengan mengesampingkan egoisme diri, sehingga terciptanya suasana kerja yang kondusif. b) Mahasiswa perlu meningkatkan sosialisasi dengan anggota masyarakat. c) Mahasiswa setidaknya mampu menjadikan program KKN sebagai ajang pendewasaan diri dalam hidup bermasyarakat . d) Agar melakukan perencanaan yang baik dalam merumuskan program, selalu melakukan koordinasi dengan pihak terkait sehingga kendala dan hambatan dapat tertangani.

### **Daftar Pustaka**

- LPPM, 2021. Pedoman KKN Tematik MBKM UNDIKMA MATARAM. Mataram: UNDIKMA mataram
- Rizka, M. A., et al. (2019). Buku Saku Pedoman Program KKN Tematik “Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Pendidikan”. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. IKIP Mataram
- Rizka, M. A., et al. (2020). Buku Pedoman Program KKN Tematik “KKN TEMATIK Berbasis Karya Ilmiah”. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. IKIP Mataram