



## **Kebugaran Jasmani Untuk Anak Di Dusun Pandanan**

**Hardiyanti**

Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Fakultas Ilmu Keolahrgaan dan Kesehatan Masyarakat  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Alamat e-mail:

### **Abstrak**

Berdasarkan observasi yang telah kami lakukan di Desa mitra KKN-T pada tanggal 3 Oktober 2022 terdapat beberapa permasalahan yang kami dapatkan di bidang pendidikan, pariwisata, penanggulangan bencana, Metode yang kami lakukan adalah 1) Sosialisasi, 2) Pembagian Tim, 3) Menetapkan waktu pelaksanaan, 4) Pelaksanaan Program, 5) Monitoring dan evaluasi program. Hasil Pengabdian 1). Antusias motivasi belajar kepada anak yang diadakan di Teluk Borok dan Tepi Pantai Teluk Borok di Desa Malaka. Hal ini terlihat pada dokumentasi-dokumentasi yang sudah di laporkan baik berupa Gambar dan Video kegiatan selama KKN berlangsung.2). Hasil survei di lapangan terhadap kegiatan Taman Baca/Literasi ini bermula dari banyaknya anak yang sudah naik kelas namun terbata-bata bahkan masih tidak bisa membaca.

### **Kata Kunci**

Kebugaran Jasmani.

### **Pendahuluan**

Berdasarkan observasi yang telah kami lakukan di Desa mitra KKN-T pada tanggal 3 Oktober 2022 terdapat beberapa permasalahan yang kami dapatkan dan perlu mendapat perhatian lebih lanjut diantaranya yaitu:

1. Bidang Pendidikan: Bagaimana upaya meningkatkan kreativitas, kemampuan membaca, berhitung, dan menulis anak-anak di desa Malaka dengan pembuatan taman baca/literasi.
2. Bidang Pariwisata: Bagaimana upaya dalam meningkatkan sektor pariwisata dengan Pembuatan Plangiasi nama jalan supaya para wisatawan bisa lebih mudah menjelajah sudut-sudut wisata di desa Malaka tepatnya di dusun Pandanan
3. Bidang Penanggulangan Bencana: Dusun Pandanan kaya akan kekayaan Laut serta bukitnya, maka dari itu upaya dalam menanggulangi bencana kita tanamkan bibit pohon Mangrove di pinggir pantai serta bibit pohon mahoni di sepanjang jalan raya dusun Pandanan
4. Karena masih banyaknya anak SD yang terbata-taba dalam membaca, maka dari itu Tim KKN UNDIKMA Kelompok 43 membuat taman baca/literasi.
5. Susahnya untuk mendapatkan akses jalan menuju pedalaman dusun pandanan, maka dari itu kami Tim KKN UNDIKMA Kelompok 43 membuat Plangiasi serta turut langsung dalam pembuatan Jembatan kayu di dusun Pandanan.
6. Untuk penanggulangan bencana, Tim KKN UNDIKMA Kelompok 43 menanam bibit mangrove di pinggir pantai dan bibit mahoni di sepanjang jalan raya dusun Pandanan

### **Metode Pengabdian**

Metode pelaksanaan kegiatan KKN-T yang telah dilaksanakan dalam program “*Senam Pagil*” pada anak di Desa Malaka, tepatnya di Dusun Pandanan ini merupakan serangkaian proses kegiatan yang di lakukan secara sistematis dan terencana yang meliputi tahapan sebagai berikut:



1. Sosialisasi ke Sekolah Dasar

Tahap ini dilaksanakan minimal satu minggu sebelum pelaksanaan kegiatan. Tim Kelompok KKN Undikma melaksanakan sosialisasi program kepada desa sasaran (Sekolah Dasar) terkait sosialisasi kelompok sasaran dan menyepakati waktu pelaksanaan kegiatan KKN.

2. Menetapkan waktu pelaksanaan

Waktu pelaksanaan 1 hari dalam satu minggu (Minggu Pagi)

3. Pelaksanaan program

Tahap ini dilaksanakan kepada sasaran di halaman kantor desa dan di pantai pandanan desa Malaka.

**Hasil dan Pembahasan**

| <b>Hari/Tanggal</b> | <b>Kegiatan</b> | <b>Waktu</b>    | <b>Tempat</b>       | <b>Keterangan</b> |
|---------------------|-----------------|-----------------|---------------------|-------------------|
| 9 Oktober 2022      | Senam Pagi      | 07.30 – Selesai | Halaman kantor desa | Tercapai          |
| 16 Oktober 2022     | Senam Pagi      | 07.30 – Selesai | Halaman kantor desa | Tercapai          |
| 23 Oktober 2022     | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Halaman kantor desa | Tercapai          |
| 30 Oktober 2022     | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Halaman kantor desa | Tercapai          |
| 6 November 2022     | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Halaman kantor desa | Tercapai          |
| 13 November 2022    | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Pantai Pandanan     | Tercapai          |
| 20 November 2022    | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Pantai Pandanan     | Tercapai          |
| 27 November 2022    | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Pantai Pandanan     | Tercapai          |
| 4 November 2022     | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Pantai Pandanan     | Tercapai          |
| 11 November 2022    | Senam Pagi      | 16.00 – Selesai | Pantai Pandanan     | Tercapai          |

**Kesimpulan**

Hasil kesimpulan telah diperoleh selama berkegiatan KKN di Desa Malaka, diantaranya:

1. Antusias motivasi belajar kepada anak yang diadakan di Desa Malaka. Hal ini terlihat pada dokumentasi-dokumentasi yang sudah di laporkan baik berupa Gambar dan Video kegiatan selama KKN berlangsung.



2. Hasil survei di lapangan terhadap kegiatan Senam Pagi ini bermula dari tidak adanya kegiatan anak-anak di setiap hari libur dan mengurangi kegiatan anak-anak untuk bermain gadget atau handphone

### **Saran**

Saran-saran yang diberikan oleh Tim KKN UNDIKMA Kelompok 43 antara lain:

1. Kepada kepala dusun Pandanan selaku pemimpin di dusun untuk selalu memberikan motivasi kepada warganya agar selalu siap mengikuti pelatihan serta bimbingan belajar jika didusunnya terdapat pelatihan dan bimbingan belajar.
2. Untuk anak-anak dusun Pandanan tetap semangat dalam belajar, manfaatkan teknologi, sarana prasarana yang ada untuk menghindari dari keterbelakangan perkembangan zaman.

### **Daftar Pustaka**

LPPM. (2022). *Panduan KKN Tematik MBKM Universitas Pendidikan Mandalika*.  
Mataram: UNDIKMA  
Desa Malaka. *Profile Desa Malaka*