



Sosialisasi Pentingnya Olahraga Bagi Kesehatan Masyarakat Desa Jurang Jaler

Muhammad Firmansah

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

Abstrak

Kurangnya minat belajar umum maupun belajar berbahasa Inggris sehingga kami tertarik untuk melaksanakan kelas mengajar untuk anak sekolah dasar. Adapun solusi permasalahan yang telah kami temui ketika melakukan observasi lingkungan di Desa Jurang Jaler ini. Dari beberapa masalah yang kami temui muncullah ide atau gagasan yang nantinya bisa bermanfaat kedepannya bagi masyarakat Desa Jurang Jaler ini. Berikut beberapa rancangan atau program kerja yang sudah kami rencanakan jauh hari ketika sudah melakukan evaluasi bersama. Adapun metode pelaksanaan kegiatan adalah metode praktik yang meliputi 1) Pembuatan Jamu Herbal, 2) Turnamen futsal, 3) Kelas Mengajar. Hasil pengabdian untuk program bimbel, penulis meyakini sepenuh hati. Keikhlasan murid-murid dan juga kesabaran dari pengajar mampu membuahkan hasil yang membanggakan orang tua maupun desa setempat.

Kata Kunci

Sosialisasi, Olahraga,
Kesehatan Masyarakat.

Pendahuluan

Jumlah penduduk Desa Jurang Jaler yang sebagian besar mayoritasnya sebagai petani, serta memiliki beberapa usaha UMKM yang mulai berdiri sebagai pemasok pemasukan masyarakat kalangan bawah serta banyak lagi usaha-usaha kerajinan lainnya yang tidak bisa Penulis sebutkan satu persatu. Dari banyaknya usaha yang ada di Desa Jurang Jaler ini membuat masyarakat melalaikan akan pentingnya berolahraga atau menjaga polah hidup sehat mereka.

Selain dari kalangan masyarakat usia dewasa adapun masalah yang penulis temukan dari adik-adik yang masih bersekolah dasar yang dimana masalah yang penulis temukan yaitu kecanduan bermain smartphone, Kurangnya minat belajar umum maupun belajar berbahasa Inggris sehingga kami tertarik untuk melaksanakan kelas mengajar untuk anak sekolah dasar. Adapun solusi permasalahan yang telah kami temui ketika melakukan observasi lingkungan di Desa Jurang Jaler ini. Dari beberapa masalah yang kami temui muncullah ide atau gagasan yang nantinya bisa bermanfaat kedepannya bagi masyarakat Desa Jurang Jaler ini. Berikut beberapa rancangan atau program kerja yang sudah kami rencanakan jauh hari ketika sudah melakukan evaluasi bersama.

Kegiatan belajar mengajar adalah proses penyampaian ilmu atau transformasi ilmu yang dilakukan oleh tenaga pendidik dan peserta didik. Proses tersebut dapat dilakukan secara formal ataupun nonformal, disesuaikan dengan kondisi dan keadaan yang ada. Dengan terlaksanakannya kelas mengajar ini di harapkan adik adik ini mampu menguasai materi yang kami berikan dan mengurangi penggunaan smartphone supaya generasi ini menjadi generasi yang bisa berguna nantinya terhadap bangsa dan negara ini. Namun terlepas dari tujuan itu perlu kami lakukan suatu bentuk penyesuaian supaya gimana metode pembelajaran yang



kami buat bisa memberikan rasa kenyamanan dan ketenangan dalam proses belajar mengajar ini.

Metode Pengabdian

Adapun metode pelaksanaan kegiatan adalah metode yang menggambarkan penguasaan penyelesaian pekerjaan yang sistematis dari awal sampai akhir meliputi tahapan/urutan pekerjaan utama dan uraian/cara kerja dari masing-masing jenis kegiatan pekerjaan utama yang dapat dipertanggungjawabkan secara teknis. Berikut metode pelaksanaan kegiatan yang kami lakukan mulai dari program pertama sampai terakhir.

1. Pembuatan jamu herbal

Pada awal pelaksanaan pembuatan jamu herbal ini yang bertepatan dengan tanggal 23 Oktober 2022 dengan susunan pertama kita yaitu membuat susunan proposal untuk memberikan informasi detail tentang suatu kegiatan ketika mengajukan dana, misalnya perayaan, seminar, pelatihan, dan lainnya, kemudian proposal ini kami ajukan ke pihak penggadaian untuk meminta dana sebagai penunjang kegiatan pembuatan jamu herbal, adapun surat kehadiran yang kami buat untuk para peserta dan tamu undangan di setiap dusun di Desa Jurang Jaler sekaligus memberikan undangan kepada kepala desa untuk menghadiri pelaksanaan kegiatan pembuatan jamu herbal ini. Perlu juga di ketahui kegiatan pembuatan jamu herbal ini kami laksanakan di dusun mertak men dengan narasumbernya juga berasal dari warga mertak men itu sendiri.

Pembuatan jamu herbal ini berlangsung sekitar 5 hari dari hari pertama penyusunan proposal sampai hari terlaksananya program pembuatan jamu herbal ini, harapan kami kedepanya dengan adanya pelatihan pembuatan jamu herbal ini diharapkan masyarakat mampu membuat dan mengonsumsinya dengan rutin supaya kesehatan dan kekebalan tubuh dari penyakit bisa di minimalisir.

2. Turnamen Futsal Mandalika 2022

Pada awal pelaksanaan program kerja kami yang kedua ini yaitu turnamen futsal mandalika yang kami laksanakan pada tanggal 5 November 2022 dengan kolaborasi dengan pihak karang taruna desa Jurang Jaler dengan susunan langkah pertama yaitu penyusunan proposal sebagai langkah mencari sponsor untuk penggalangan dana turnamen futsal ini, adapun pihak-pihak yang bersedia menyumbangkan dana seperti UD. TONO MOTOR, SRC QONITA, HAFIS CELL, TANI MONAS, dan penyumbang lainnya.

Turnamen ini kami laksanakan di lapangan kantor desa jurang jaler dengan tahapan-tahapan yang kami lakukan saat menjalankan program kerja ini ialah sebagai berikut.

- a) Pembersihan lapangan yang kami lakukan selama kurang lebih 7 hari baik dari segi sampah dan rumput lapangan.
- b) Persiapan pemasangan benner sponsor yang bersedia mendanai turnamen ini.
- c) Pembentukan kepanitian penyelenggara turnamen futsal.
- d) Persiapan famlet pendaftaran turnamen dan panitian pendaftaran.
- e) Persiapan surat undangan untuk acara pembukaan yang di tuju kepada pihak pihak tertentu.
- f) Persiapan pembukaan turnamen futsal oleh beberapa pihak tinggi seperti kepala desa, sekretaris desa, ketua PSSI lombok tengah, dan beberapa orang lainnya.



- g) Persiapan segala kebutuhan sebelum pertandingan dimulai. Contoh (gawang, bola, wasit dan lainnya)
- h) Sampai persiapan hari final turnamen futsal mandalika ini seperti surat undangan penutupan untuk kepala desa dan pihak lainnya. Serta pembagian hadiah juara futsal mandalika 2022.

Pelaksanaan turnamen futsal ini berlangsung selama satu bulan lebih dari mulai pendaftaran sampai hari penutupannya. Diharapkan nantinya dengan adanya turnamen futsal ini masyarakat akan sadar akan menjaga kesehatannya melalui olahraga rutin dan jalinan Silaturahmi antar sesama dusun se Desa jurang jaler ini. Terima kasih kami ucapkan ke semua belah pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaannya terutama kepada kepala desa, ketua karang taruna dan para masyarakat jurang jaler. Terima kasih juga kami sampaikan kepada donatur yang bersedia mensponsori kegiatan program kerja kami.

3. Kelas Mengajar

Pada awal kegiatan ini kami laksanakan dengan membuat surat pemberitahuan kepada kepala dusun terkait untuk melaksanakan kegiatan kelas mengajar ini. Adapun tempat yang kami gunakan untuk kelas mengajar yaitu bertempat di taman holti di mana taman ini sering di gunakan sebagai teman bermain anak. Untuk jadwal kegiatannya kelas mengajar ini kita lakukan dalam sekali seminggu selama 3 minggu sebelum proker lainnya.

Dapat diketahui bahwa yang menjadi pemateri atau guru saat kelas mengajar ialah mahasiswa yang jurusan pendidikan seperti Prodi pendidikan bahasa Inggris, pendidikan olahraga dan pendidikan fisika. Dimana di masing-masing jurusan memiliki materinya sendiri dan membawakannya dengan baik dan bisa di pahami oleh anak-anak

Hasil dan Pembahasan

Menurut beberapa para ahli, salah satu aspek penting pada perkembangan anak yang perlu diasah dan dioptimalkan yaitu aspek bahasa (Novitasari et al., 2019). Faktor pembeda antara makhluk hidup yang satu dengan yang lain dalam berinteraksi adalah bahasa, karena dengan berinteraksi yang baik dapat menjalin keharmonisan suatu hubungan sosial dengan saling memahami satu dengan yang lain dan mampu memberikan tanda yang jelas untuk membentuk pikiran, perasaan keinginan dan perbuatan dari seseorang kepada orang lain sebagai lawan bicaranya (Alam & Lestari, 2019; Dhieni, 2005; Novitasari et al., 2019). Selanjutnya, Morrison bahasa merupakan keterampilan yang dikuasai dengan baik sebagai sumber informasi dalam era komunikasi global dewasa ini (V. Anggraini et al., 2019, p. 65). Dalam proses belajar mengajar Bimbel di Desa Sengkerang, tepatnya di Dusun Bagek Rebak 1 adapun beberapa hasil yang sudah dapat kami simpulkan dalam dua bulan terakhir yaitu, November dan juga Desember.

Pada bulan oktober, penulis mengajarkan beberapa penggunaan kata, frasa, serta kalimat dalam Bahasa Inggris. Beberapa anak-anak mampu mempresentasikan hasil belajarnya dengan cara mengulang Kembali apa yang sudah penulis ajarkan. Anak-anak memiliki antusiasme yang tinggi dalam belajar Bahasa Inggris. Dalam pengajaran materi Bahasa Inggris, beberapa anak-anak merasa jika Bahasa Inggris tersebut susah dan sulit untuk dipahami. Hal tersebut disebabkan karena di sekolah mereka sudah tidak ada Mata Pelajaran Bahasa Inggris. Tetapi antusias dari anak-anak yang ada di dusun Bageak Rebak sangat luar



biasa dalam mendapatkan ilmu yang baru. Hal itu sangat mendukung penulis dan rekan-rekan KKN Tematik Desa Sengkerang tetap bersemangat.

Alhasil anak-anak mendapatkan pengetahuan yang baru serta mendapatkan ilmu yang berguna kedepannya. Korelasi antara kemampuan linguistic dan juga kemampuan seorang anak dalam berkomunikasi agar dapat berinteraksi dengan baik dengan lingkungan tempat tinggal mereka. Karena penulis menemukan beberapa kasus yaitu ada seorang anak sangat mahir berbahasa daerah dan cepat dalam berpikir. Tetapi dalam penggunaan Bahasa Indonesia, mereka sangat lambat dalam berpikir dan penggunaan Bahasa Indonesia mereka juga tidaklah bagus dan kurang memahami jika menggunakan bahas tersebut. Hal ini sedikit membuat kami kelimpungan, tetapi lambat laun mereka mampu menggunakan Bahasa Indonesia yang benar, karena selain mengajarkan bahasa Inggris, terkadang juga kami mengajar Bahasa Indonesia yang baik dan benar.

Dalam hal memberikan motivasi bagi anak-anak Dusun Bagek Rebak, Desa Sengkerang, anak-anak mendengarkan apa yang penulis katakan. Beberapa anak bertanya hal-hal yang unik dan juga luar biasa kepada penulis. Mereka bertanya mengenai apa yang membuat mereka mampu menjadi pribadi yang sukses dan juga memiliki mental yang kuat dalam menghadapi kenyataan. Beberapa juga dari mereka mempertanyakan kemampuan belajar mereka, bertanya kepada penulis apakah kami mampu menghadapi masa depan sesuai dengan apa yang kami miliki. Lalu penulis menerangkan serta menjelaskan satu persatu dari pertanyaan mereka. Daya tangkap mereka luar biasa baiknya dan mereka juga memiliki kemampuan berpendapat dengan baik. Kelak apa yang sudah penulis dan teman-teman ajarkan menjadi ilmu yang bisa digunakan kedepannya oleh anak-anak.

Sampai dengan 24 desember 2022. Banyak hal-hal baik dan positif yang didapatkan setelah mengikuti kegiatan kkn-tematik di desa sengkerang. Beberapa hal baik tersebut dapat diaplikasikan di kehidupan setelah melaksanakan program kkn. Dalam menjalani 3 bulan kkn adapun bentuk-bentuk kegiatan sosial yang harus dikembangkan seperti, tetap menjaga lingkungan desa sengkereang agar tidak menjadi lingkungan yang kering dan tandus, tetapi setelah melaksanakan kegiatan, lingkungan di desa sJurang Jaler diharapkan mampu mengubah sedikit lingkungan serta sirkulasi udara di desa ini.

Dan juga untuk program bimbil, penulis meyakini sepenuh hati. Keikhlasan murid-murid dan juga kesabaran dari pengajar mampu membuahkan hasil yang membanggakan orang tua maupun desa setempat

Kesimpulan

Sampai dengan 24 desember 2022. Banyak hal-hal baik dan positif yang didapatkan setelah mengikuti kegiatan kkn-tematik di desa sengkerang. Beberapa hal baik tersebut dapat diaplikasikan di kehidupan setelah melaksanakan program kkn. Dalam menjalani 3 bulan kkn adapun bentuk-bentuk kegiatan sosial yang harus dikembangkan seperti, tetap menjaga lingkungan desa sengkereang agar tidak menjadi lingkungan yang kering dan tandus, tetapi setelah melaksanakan kegiatan, lingkungan di desa sJurang Jaler diharapkan mampu mengubah sedikit lingkungan serta sirkulasi udara di desa ini.

Dan juga untuk program bimbil, penulis meyakini sepenuh hati. Keikhlasan murid-murid dan juga kesabaran dari pengajar mampu membuahkan hasil yang membanggakan orang tua maupun desa setempat

Saran



Bagi mahasiswa

1. Meningkatkan kekerabatan dan sosialisasi kepada masyarakat
2. Lebih meningkatkan disiplin diri dalam kegiatan dan menjaga nama baik instansi/kampus

Bagi masyarakat

Masyarakat hendaknya mengerti bahwa kegiatan KKN tematik selama 2 bulan ini yang dilaksanakan mengacu pada pembuatan karya tulis ilmiah berbeda dengan tahun sebelumnya

Pihak LPPM

Dalam pelaksanaan KKN, perlu ada komunikasi antara pihak kampus dan mitra dan memonev mahasiswa KKN kedisiplinan mahasiswannya dan permasalahan setiap posko yang dialami selama kegiatan KKN

Daftar Pustaka

Buku panduan KKN-T KMBM 2022

LPPM, 2019. Pedoman KKN Tematik IKIP Mataram. Mataram: IKIP Mataram.

Universitas Pendidikan Mandalika. 2020. *Kumpulan Makalah Pembekalan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UNDIKMA*. Mataram: LPPM UNDIKMA