



Peningkatan Kualitas Pendidikan Jasmani sebagai Upaya Membangun Generasi Sehat di Kelurahan Pematang Gubernur dalam Kuliah Kerja Nyata Tematik

Arif Rahman Hakim ¹⁾, Andri Gunawan ²⁾, Ghalil Setiawan ³⁾, Lasdi Arman ⁴⁾, Nova Sabania ⁵⁾, Dwingki Marta Putra⁶⁾, Asnawati ⁷⁾, Martiani ⁸⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹ andriegwn98@gmail.com, ² kaylaradyarahman1205@gmail.com,
³ setiawanghalih116@gmail.com, ⁴ lasdizain29@gmail.com, ⁵ novasabania@gamil.com,
⁶ dwingki@unived.ac.id, ⁷ asnawati@unived.ac.id, ⁸ annie.phaph@unived.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received [06 Februari 2025]

Revised [07 Maret 2025]

Accepted [13 Maret 2025]

KEYWORDS

Physical Education, Innovation, Fitness Training Programme.

This is an open access article under the [CC-BY-SA license](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



ABSTRAK

Gaya hidup sehat pada anak-anak menjadi isu global, dan penelitian ini bertujuan untuk mengatasinya dengan melakukan inovasi. KKN Tematik ini berfokus pada pemberdayaan masyarakat Kelurahan Pematang Gubernur dalam meningkatkan kualitas pendidikan jasmani. Dengan melibatkan berbagai pihak, seperti sekolah, pemerintah setempat, dan komunitas, program ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas fisik siswa. Tujuan pertama adalah untuk mengevaluasi efektivitas program-program baru dalam meningkatkan aktivitas fisik, kesehatan, dan kesejahteraan anak muda. Penelitian ini akan mengidentifikasi dan menganalisis pendekatan inovatif dalam konteks sekolah dan masyarakat untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam aktivitas fisik. Penelitian ini juga akan berfokus pada pengembangan kurikulum, penggunaan teknologi dalam pembelajaran, dan kolaborasi dengan berbagai pemangku kepentingan seperti guru, orang tua, dan tokoh masyarakat. Metode penelitian yang komprehensif akan menyelidiki perubahan aktivitas fisik sebelum dan sesudah program. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana program latihan kebugaran baru di Kelurahan Pematang Gubernur dapat membantu menciptakan generasi yang sehat. Penelitian ini akan melihat berbagai ide baru yang dapat digunakan di sekolah dan lingkungan masyarakat untuk meningkatkan partisipasi dan minat siswa dalam aktivitas fisik. Selain itu, penelitian ini juga akan melihat bagaimana inovasi-inovasi ini berdampak pada kesehatan fisik, mental, dan sosial siswa.

ABSTRACT

Healthy lifestyles in children is a global issue, and this research aims to address it through innovation. This KKN Thematic programme focuses on empowering the Pematang Governor Village community to improve the quality of physical education. By involving various parties, such as schools, local government, and the community, the programme aims to create an environment that supports students' physical activity. The first objective is to evaluate the effectiveness of new programs in increasing young people's physical activity, health and well-being. The research will identify and analyze innovative approaches in school and community contexts to increase student participation in physical activity. The research will also focus on curriculum development, the use of technology in learning, and collaboration with various stakeholders such as teachers, parents, and community leaders. Comprehensive research methods will investigate changes in physical activity before and after the program. The aim of this research is to find out how a new fitness exercise program in Pematang Governor Village can help create a healthy generation. The research will look at different new ideas that can be used in schools and community settings to increase student participation and interest in physical activity. In addition, the research will also look at how these innovations impact the physical, mental and social health of students.

PENDAHULUAN

Kuliah kerja nyata adalah proses di mana siswa belajar melalui kegiatan langsung yang terjadi di masyarakat. Salah satu bentuk pengabdian mahasiswa perguruan tinggi kepada masyarakat adalah Kuliah Kerja Nyata (KKN), yang melibatkan pemberdayaan, pelatihan, bimbingan, pendampingan, dan pemahaman tentang potensi mereka, serta membantu meningkatkan kualitas hidup dan pembangunan (Raga et al., 2022). Siswa mempunyai peran strategis sebagai agen perubahan, Siswa akan mendapatkan kemampuan generatif berupa kecakapan dan keterampilan hidup. Kegiatan dilakukan dengan metode:

1. survei
2. wawancara/tanya jawab,
3. dokumentasi,
4. praktik kegiatan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan maka ditentukan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) kelompok yang akan dilaksanakan meliputi program kelompok fisik dan program kelompok non fisik.

Program kelompok fisik yaitu Pembagian Alat olahraga dan pembuatan tong sampah, sedangkan program kelompok non fisik yaitu Bimbingan Belajar. Dilihat dari program-program tersebut maka siswa berperan sebagai fasilitator, dinamisator, motivator dan koordinator. Pelaksanaan program kerja yang dimulai dari tanggal 13 Januari 2025 – 18 Januari 2025 ini relatif berjalan lancar. Dengan demikian, setelah kegiatan Kuliah Kerja Nyata berakhir diharapkan para warga Kelurahan Pematang Gubener dapat terus mengembangkan segala potensi yang ada pada dirinya dan alam sekitarnya. Setiap kegiatan yang telah berlangsung agar tetap dipertahankan untuk membekali diri di kemudian hari dan dapat bermanfaat bagi perkembangan dan kemajuan. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, pasal 1 ayat 9 menyatakan bahwa perguruan tinggi bertanggung jawab untuk menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Pada ayat 11 dijelaskan bahwa pengabdian kepada masyarakat adalah kegiatan sivitas akademika yang memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan masyarakat (Muniarty et al., 2021). Kuliah Kerja Nyata adalah jenis pengabdian yang melibatkan siswa secara langsung. Pada titik tertentu, siswa menjadi bagian dari masyarakat di lapangan. KKN tidak hanya mengintegrasikan siswa ke masyarakat. Kegiatan mahasiswa di wahana KKN lebih dari sekedar membangun papan nama jalan, geng, atau perlombaan olahraga. KKN harus memiliki pemahaman yang jelas tentang pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan (Anwas, 2011). Mahasiswa adalah kekuatan utama bangsa. Karena mereka adalah generasi terdidik, mahasiswa diharapkan dapat membawa perubahan yang jauh lebih baik bagi masyarakat secara keseluruhan. Perubahan seperti itu harus benar-benar terjadi. Telah terjadi dan bermanfaat bagi masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih dalam tentang peran siswa di masyarakat, yang terdiri dari

- 1) peran moral, di mana siswa diharapkan mampu bertanggung jawab atas segala hal yang telah mereka lakukan dalam kehidupan masyarakat;
- 2) peran sosial, dimana siswa diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap segala masalah yang terjadi dalam masyarakat; dan
- 3) peran intelektual, dimana siswa diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap segala hal yang terjadi dalam masyarakat (Kusuma et al., 2023).

Salah satu tujuan Kemerdekaan Republik Indonesia adalah Mencerdaskan Kehidupan Bangsa. Salah satu cara untuk mencapai tujuan ini adalah melalui pendidikan. melalui program pembangunan berkelanjutan yang meningkatkan kualitas hidup dari generasi ke generasi dengan mempertahankan keberlanjutan kehidupan sosial masyarakat, meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat, dan menjaga kualitas lingkungan (Mulya & Mulya, n.d.). Pendidikan Fisik adalah bagian penting dari sistem pendidikan dan memainkan peran penting dalam pembentukan dan penguatan karakter siswa. Pendidikan Korporasi mengajarkan nilai-nilai olahraga secara langsung dan mengajarkan siswa cara menjalani gaya hidup sehat. Selain itu, pendidikan jasmani menjalankan sistem pendidikan melalui aktivitas fisik dan olahraga. Negara saat ini dihadapkan pada banyak masalah, salah satunya adalah keterpurukan budaya, moral, dan karakternya. Hal ini disebabkan oleh banyaknya korupsi, pembohongan publik demi kepentingan, kurangnya sopan santun, dan menurunnya semangat perjuangan. Setelah melihat masalah-masalah ini, kita dapat sampai pada kesimpulan bahwa masalah yang paling penting bukanlah masalah kognitif, tetapi masalah karakter yang terkait dengan hati (Asiva Noor Rachmayani, 2015). Pendidikan Fisik, olahraga, dan kesehatan bagian menjadi dua bagian. Yang pertama adalah pendidikan jasmani, juga dikenal sebagai penjas, dan yang kedua adalah pendidikan olahraga yang bertujuan untuk menciptakan gaya hidup yang sehat dan bugar melalui gerakan atau permainan (Husdarta, 2011). Semua orang ingin memiliki tubuh yang sehat dan bugar tanpa gangguan kesehatan. Untuk mencapai hal ini, ada banyak cara, salah satunya adalah dengan menjalani gaya hidup sehat. Gaya hidup sehat adalah kebutuhan fisiologis yang penting bagi manusia untuk hidup, termasuk menjaga kesehatan tubuh dan mencegah penyakit (Mulya & Mulya, n.d.). Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan (PJOK) dirancang untuk meningkatkan kebugaran dan karakter peserta didik. Oleh karena itu, peran PJOK sebagai pembudayaan dan sebagai “alat” pendidikan sama pentingnya. Dengan mempertimbangkan bahwa kedua kata tersebut memiliki arti yang sama, yaitu proses transmisi dan penanaman nilai moral. Proses ini merupakan prasyarat yang memungkinkan manusia untuk tetap hidup sebagai manusia. Penggunaan ilmu pengetahuan dan teknologi, serta konsep pendidikan yang tidak jelas, memberikan kontribusi pada kualitas sumber daya manusia dalam pembangunan Indonesia, khususnya dalam hubungannya dengan program-program yang telah dilaksanakan sebelumnya. Pemerintah Indonesia harus melakukan perubahan besar dengan menjadikan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai hal yang wajib. Pemerintah Tertinggi harus berkomitmen kuat dan fokus untuk memajukan pendidikan jasmani dan olahraga di tanah air. Pemerintah dan para menteri terkait harus bekerja sama dan bekerja sama dengan baik untuk memajukan pendidikan di seluruh negara (Bangun, 2016). Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani,



perkembangan neuromuskular, perkembangan mental dan emosional, perkembangan sosial, dan perkembangan intelektual. Mahasiswa Dehasen Bengkulu memberikan dukungan kepada masyarakat dalam berbagai bidang kegiatan olahraga. Jumlah siswa yang melaksanakan kkn di kelurahan Pematang Gubener berjumlah 11, terdiri dari 8 laki-laki dan 3 perempuan. Kegiatan pelajar desa kaana terdiri dari kegiatan yang berbeda seperti kegiatan unggulan, kegiatan pokok dan kegiatan tambahan. Kegiatan kkn ini adalah memberikan dukungan masyarakat dibidang pendidikan, khususnya pada bidang olahraga, kesehatan dan hubungan masyarakat dikalangan warga. Terhadap permasalahan yang menghadapnya. Diharapkan siswa kkn mampu menemukan solusi untuk masalah yang ada di masyarakat dan mendorong pengembangan penelitian terapan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat siswa. Mahasiswa kkn harus terlibat secara langsung dalam menganalisis dan menyelesaikan masalah masyarakat. Mahasiswa dari diharapkan dapat memupuk rasa tanggung jawab dan jiwa kepemimpinan dalam menjalankan program kuliah kerja nyata (KKN), serta memupuk hubungan dan kerja sama .Setelah melakukan tugas-tugas, siswa dapat meningkatkan keterampilan kepemimpinan mereka. Hal ini dapat menyebabkan mereka menjadi lebih percaya diri, lebih berani tampil di depan orang lain, lebih baik dalam berkomunikasi, mendapatkan lebih banyak pengalaman, dan berkontribusi pada kemajuan masyarakat (Masyarakat et al., 2024).

METODE

Adapun metode yang digunakan dalam mengidentifikasi masalah adalah mulai dari proses Observasi, Sebagai langkah awal yang dilakukan setelah sampai di lokasi Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang terletak di Kelurahan Pematang Gubener kini melakukan pengamatan secara langsung (survey) melalui pemantauan secara langsung cara pengajaran di SDN 71 Kota Bengkulu guna mengetahui metode pembelajaran yang guru terapkan. Sebagai tindak lanjut dari kegiatan observasi di lapangan, maka untuk memperjelas masalah mengenai kurang nya alat maka kami mengunjungi guru Olahraga guna bersosialisasi dengan Guru untuk memperkenalkan diri serta memberi informasi mengenai keberadaan mahasiswa dengan tujuan untuk membantu Guru menemukan solusi dari permasalahan-permasalahan yang ada. Selain itu kami juga ikut andil dalam melihat keadaan masyarat setempat, dan kami memutuskan untuk memberi bak sampah kepada RT. 16 Kelurahan Pematang Gubener dan diserahkan langsung kepada ketua RT.16 Kelurahan Pematang Gubener.



Gambar 1. Diagram alur aktifitas pengabdian kepada masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Acara Pembukaan Sekaligus Pengantaran DPL Ke RT. 16 Kelurahan Pematang Gubener



Gambar 2 Pembukaan dan Kunjungan ke RT

Suasana kekeluargaan terasa begitu kental dalam acara pembukaan KKN di RT. 16 Kelurahan Pematang Gubernur. Mahasiswa dan warga berbaur dalam suasana yang akrab. Para mahasiswa memperkenalkan diri dan menyampaikan harapan mereka selama menjalani KKN. Sementara itu, warga menyambut hangat kehadiran mahasiswa dengan memberikan dukungan dan masukan yang berharga. Acara ini menjadi awal yang baik untuk membangun hubungan yang saling menguntungkan antara mahasiswa dan masyarakat.

Penanda Tangan Kerjasama Kelurahan Pematang Gubernur Dengan Universitas Dehasen Bengkulu



Gambar 3. Tanda tangan kerja sama

Dalam upaya meningkatkan kesejahteraan masyarakat Kelurahan Pematang Gubernur, sebuah langkah signifikan telah diambil. Kelurahan Pematang Gubernur resmi menjalin kerjasama dengan Universitas Dehasen Bengkulu. Kerjasama ini secara khusus ditujukan untuk mendukung pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik. Penandatanganan perjanjian kerjasama ini menjadi tonggak awal bagi kolaborasi yang erat antara sejarawan dan masyarakat, yang diharapkan dapat menghasilkan program-program KKN yang lebih terarah dan berdampak positif bagi masyarakat.

Sosialisasi ke sekolah di kelurahan pematang gubernur yaitu SDN 71 Kota Bengkulu.



Gambar 4. Sosialisasi

Dalam upaya meningkatkan minat dan pemahaman siswa terhadap pentingnya olahraga dan jasmani, mahasiswa KKN Tematik Universitas Dehasen Bengkulu melakukan sosialisasi ke SDN 71 Kota Bengkulu. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif kepada siswa mengenai manfaat olahraga bagi kesehatan fisik dan mental. Selain itu, sosialisasi ini juga diharapkan dapat mendorong siswa untuk lebih aktif dalam berpartisipasi dalam kegiatan olahraga di sekolah maupun di lingkungan sekitar.



Penyerahan Alat Olahraga Bola Voli, Bola Basket Dan Bola Futsal Di SDN 71 Kota Bengkulu Di Redaman Ketua LPPM



Gambar 5. Penyerahan Alat Olahraga

Berkat kepedulian Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM), semangat berolahraga siswa-siswi SDN 71 Kota Bengkulu semakin meningkat berkobar. Dalam sebuah acara yang meriah, LPPM menyerahkan secara langsung perlengkapan olahraga baru kepada sekolah. Bola voli, bola basket, dan bola futsal yang diberikan akan sangat bermanfaat untuk melengkapi sarana olahraga di sekolah dan mendukung kegiatan ekstrakurikuler siswa. Kehadiran LPPM dalam mendukung kegiatan di sekolah ini menunjukkan kepedulian yang tinggi terhadap pengembangan generasi muda.

Pengarahan DPL Bapak Dwinki Marta Putra, M.Pd malam hari



Gambar 6. Kunjungan DPL

Sesi pengarahan yang dipimpin oleh Bapak Dwinki Marta Putra, M.Pd., berlangsung interaktif. Beliau tidak hanya menyampaikan materi secara satu arah, tetapi juga membuka ruang bagi siswa untuk bertanya dan berdiskusi. Mahasiswa pun antusias mengajukan pertanyaan mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan pelaksanaan KKN. Interaksi yang hangat antara DPL dan pelajar menciptakan suasana yang kondusif untuk belajar dan bertukar pikiran.

Acara penutupan KKN



Gambar 7. Acara Penutupan

Pengalaman mengikuti KKN akan menjadi kenangan yang tak terlupakan bagi para mahasiswa. Acara penutupan ini menjadi momen untuk saling berbagi cerita dan kesan selama KKN. Banyak

pelajaran berharga yang diperoleh, mulai dari kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru, bekerja sama dalam tim, hingga memahami pentingnya gotong royong.

Penyelesaian masalah

Dalam KKN Tematik Pendidikan Olahraga dan Jasmani di Kelurahan Pematang Gubernur sangat beragam dan bergantung pada konteks spesifik yang dihadapi. Beberapa solusi umum yang dapat diterapkan antara lain peningkatan fasilitas olahraga, bagi pelatihan guru dan pelatih, melibatkan masyarakat dalam perencanaan dan pelaksanaan program, serta menciptakan program olahraga yang menarik dan inovatif. Selain itu, penting juga untuk melakukan evaluasi secara berkala untuk mengukur keberhasilan program dan melakukan perbaikan jika diperlukan. Kunci keberhasilan dalam mengatasi permasalahan pendidikan olahraga dan jasmani di Kelurahan Pematang Gubernur terletak pada kolaborasi yang kuat antara berbagai pihak. Mahasiswa KKN, guru, sekolah, pemerintah setempat, dan masyarakat harus bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama. Dengan saling mendukung dan berbagi sumber daya, berbagai tantangan dapat diatasi secara efektif. Kolaborasi ini juga dapat menciptakan sinergi yang positif dan berkelanjutan dalam program pengembangan olahraga di wilayah tersebut. Penyelesaian masalah dalam KKN Tematik tidak hanya berhenti pada akhir program. Untuk memastikan tidak adanya program, perlu adanya upaya untuk melibatkan masyarakat secara aktif dalam pengelolaan fasilitas olahraga dan pelaksanaan kegiatan olahraga. Selain itu, penting juga untuk membangun jaringan kerja sama dengan berbagai pihak yang relevan, seperti dinas pendidikan, klub olahraga, dan organisasi masyarakat. Dengan demikian, program olahraga yang telah dimulai dapat terus berjalan dan memberikan manfaat bagi masyarakat dalam jangka panjang..

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan KKN Tematik Pendidikan Olahraga dan Jasmani di Kelurahan Pematang Gubernur telah memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya aktivitas fisik. Namun, untuk mencapai hasil yang lebih optimal, diperlukan upaya berkelanjutan dari semua pihak. Kolaborasi yang kuat antara mahasiswa, sekolah, pemerintah, dan masyarakat sangat penting. Selain itu, evaluasi berkala dan adaptasi terhadap perubahan kondisi lingkungan juga diperlukan. Dengan demikian, program ini dapat menjadi model bagi pengembangan program olahraga di daerah lain dan memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwas, O. M. (2011). Kuliah Kerja Nyata Tematik Pos Pemberdayaan Keluarga Sebagai Model Pengabdian Masyarakat Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 17(5), 565–575. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v17i5.49>
- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *Kiprah perempuan dalam keolahragaan menuju pola hidup sehat*. 6.
- Bangun, S. Y. (2016). *Kajian Pustaka & Pembahasan*. VI. <http://ojs.unm.ac.id/index.php/>
- Kusuma, N. I. P. R., Asriel, E. M., Prabowo, S. P. P., Addany, A. S., Muddin, I. N., & Turmudi, H. (2023). Peran Mahasiswa Dalam Pembangunan Desa Melalui Kuliah Kerja Nyata Tematik Di Desa Gentan Sukoharjo. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 292–300. <https://doi.org/10.55681/swarna.v2i3.411>
- Masyarakat, J. P., Perpustakaan, P. I., & Adab, F. (2024). *Inspirasi Inspirasi*. 2, 49–56. Mulya, G., & Mulya, G. (n.d.). *Pendahuluan*. 1–5.
- Muniarty, P., Wulandari, W., Sakinah, N. P., Hermanto, B., & Annisa, R. (2021). Partisipasi Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Tematik Wira Desa (Kknt-Wd) Dalam Kegiatan Masyarakat. *ABDIKARYA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 185–193. <https://doi.org/10.47080/abdikarya.v3i2.1456>
- Raga, A. E. D., Ngguna, F. K., Siwu, I. M. A., Padi, M. F. D., Piranyawa, R. F., Palabu, M. U. D., Pada, A. M., Rih, M. K., Anamila, Y., Ranga, V. M., & Enda, R. R. H. (2022). Kuliah Kerja Nyata Tematik Peningkatan Kualitas Masyarakat Bidang Pendidikan, Pertanian Dan Kemasyarakatan Di Desa Praibakul, Kecamatan Haharu, Sumba Timur. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 150–158. <https://doi.org/10.55681/swarna.v1i3.88>