



Available online at:

<http://journal.upgris.ac.id/index.php/jpom/index>

<https://doi.org/xxx>

**Desa Ramah Anak Untuk Peningkatan Aktivitas Fisik dan
Kemandirian Desa Lempuyang Kabupaten Demak**

Muh. Isna Nurdin Wibisana¹, Dani Slamet Pratama², Danang Aji Setyawan³

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

Article Info

Article History :

16-08-2020

Revised diisi oleh editor

Accepted diisi oleh editor

Available diisi oleh editor

Keywords :

*child friendly, lempuyang, knn upgris,
physical activity, village*

Abstract

Lempuyang is a thematic village called a sports village, but physical activity related to children is still lacking. The purpose of this service is to increase physical activities that are directly related to children through "child friendly village" activities. Community service activities include aerobic gymnastic for all, roller skating competitions for children and repair of playgrounds. All of these activities are intended to increase the independence of the villagers, especially for children. The method used is the form of survey to identify partner problems, demonstration activities and assistance for activity evaluation. The result obtained in this activity included the implementation of gymnastic aerobic which was followed by all ages including children, roller skating activities by 32 participants and improvement of the playground by KKN Upgris students. The conclusion of this service activity is that gymnastic aerobic activities take place, children's roller skating activities are increasing and a village playground that is used by residents for social interaction. This service activity is an collaboration with the KKN team University of PGRI Semarang

Lempuyang merupakan desa tematik dengan sebutan desa olahraga tetapi aktivitas fisik yang berhubungan dengan anak-anak masih kurang. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan aktivitas fisik yang berhubungan langsung dengan anak-anak melalui kegiatan "desa ramah anak" kegiatan pengabdian meliputi senam aerobic semua usia, kompetisi sepatu roda khusus anak dan perbaikan taman bermain. Semua kegiatan tersebut memiliki untuk peningkatan kemandirian warga desa terlebih untuk anak-anak. Metode yang digunakan berupa survei untuk mengetahui permasalahan mitra, demonstrasi kegiatan serta pendampingan untuk evaluasi kegiatan. Hasil yang didapatkan dalam kegiatan ini meliputi pelaksanaan senam aerobic yang diikuti semua usia termasuk anak-anak, kegiatan lomba sepatu roda oleh 32 peserta dan perbaikan taman bermain oleh mahasiswa KKN Upgris. Kesimpulan kegiatan pengabdian ini yaitu berlangsungnya kegiatan senam aerobic secara rutin, aktivitas sepatu roda anak-anak yang semakin meningkat dan taman bermain desa yang dimanfaatkan warga untuk interaksi social. Kegiatan pengabdian ini berkerja sama dengan tim KKN Universitas PGRI Semarang.

A. PENDAHULUAN

Desa Lempuyang merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Wonosalam. Mata pencaharian laki-laki masyarakat setempat mayoritas petani dan tukang bangunan, sementara yang perempuan ibu rumah tangga. Mayoritas warganya beragama islam. Kerukunan antar tetangga juga berjalan dengan baik. Desa Lempuyang merupakan desa tematik dengan julukan “Desa Olahraga”. Berbagai simbol olahraga tertata rapi, mulai dari nama gang, gerbang masuk sampai beberapa fasilitas olahraga di dalamnya

Permasalahan dalam kampung ini adalah kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya hak anak untuk berkreasi dan berskesenian yang bertujuan agar dapat mengembangkan bakat dalam diri anak tersebut. Berdasarkan survei yang telah dilakukan di Desa Lempuyang Kecamatan Lempuyang Kabupaten Demak yang sudah dijabarkan di latar belakang, permasalahan mitra sebagai berikut :

Penjabaran tentang Desa Ramah Anak. Berdasarkan survei yang telah dilakukan di Desa Lempuyang Kecamatan Wonosalam Kabupaten Demak yaitu kurangnya pengertian masyarakat tentang pentingnya hak anak agar anak dapat mengembangkan bakat yang ada. Fasilitas olahraga yang tersedia lebih banyak untuk orang dewasa. Dijaman yang canggih ini HP sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari, Dampak negatif HP anak cenderung bermain HP dari pada bermain hal-hal yang bisa meningkatkan kreatifitas (Haeril, 2019)

Fasilitas bermain yang kurang membuat anak-anak Lempuyang kesulitan melakukan aktivitas fisik. Untuk sekedar bermain maupun berinteraksi social, hanya terdapat lahan yang terbatas. Pemanfaatan fasilitas yang ada akan membuat aktivitas anak bergeliat. Suatu desa butuh tempat rekreasi atausekedar relaksasi untuk menjamin tingkat stress yang rendah (Fahmi, Wibisana, Ginting, Pratama, & Hidayat, 2018)

Kemandirian anak. Anak cenderung suka bermain HP dibanding berinteraksi atau melakukan aktifitas fisik seperti bermain atau berolahraga. Selain beraktivitas fisik, interaksi social anak maupun dengan orang lebih dewasa juga perlu untuk kemandirian anak itu sendiri (Dejonghe, 2007)

Beberapa solusi yang akan ditawarkan tim pengabdian kepada masyarakat Universitas PGRI Semarang bersama mitra untuk pemecahan masalah, sebagai berikut:

Berkaitan dengan tema Desa Ramah Anak, akan dibuat kompetisi sepatu roda yang akan menjadi embrio kegiatan ramah anak berikutnya. Melihat potensi sepatu roda yang sedang ramai dikalangan anak desa lempuyang, kegiatan ini diharapkan menjadi pemantik untuk kegiatan anak selanjutnya. Yang mampu melibatkan semua kalangan anak dengan aktivitas fisik yang beragam.

Fasilitas yang masih kurang akan coba dimanfaatkan tim pengabdian untuk memanfaatkan fasilitas yang ada. Ada beberapa spot yang dimungkinkan untuk dibuat taman bermain maupun kegiatan interaksi anak-anak, contohnya taman lempuyang yang masih terbengkalai.

Kemandirian anak akan coba dirangsang dengan kegiatan interaksi sosial di taman lempuyang. Taman tersebut nantinya akan coba didesain lebih menarik sehingga akan meningkatkan interaksi sosial, tidak hanya anak-anak saja tetapi diharapkan semua kalangan warga desa bisa memanfaatkannya.

Secara keseluruhan Program Kemitraan Masyarakat dilakukan bekerjasama dengan mahasiswa KKN UPGRIS dan dilaksanakan secara pendampingan, monitoring dan evaluasi secara berkelanjutan. Mahasiswa KKN UPGRIS akan berperan langsung karena secara intensif berinteraksi.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan selama tiga hari mulai tanggal 25 Januari 2020 sampai 27 Januari 2020 terdiri dari: (1) pelaksanaan aktivitas fisik senam aerobik semua kalangan warga di lapangan desa lempuyang, (2) pelaksanaan lomba sepatu roda untuk anak-anak desa lempuyang (3) penataan taman desa lempuyang. Kegiatan di atas diikuti dan melibatkan hampir seluruh warga desa lempuyang.

Metode analisis situasi, permasalahan mitra, solusi dan pelaksanaan kegiatan melalui pelatihan dan demonstrasi (Silalahi, Mardani, & Christanti, 2020)

Telah dilaksanakannya pelatihan ramah anak dan aktivitas fisik masyarakat setempat dengan tujuan untuk mendorong tingkat kesadaran dan aktivitas fisik masyarakat setempat tentang pentingnya hak anak. Pelaksanaan ini dilakukan dengan beberapa metode yaitu dengan cara pengambilan data awal berupa survei. Dilakukannya pendampingan secara berkala bulan pertama dan menentukan solusi dengan cara pembuatan program yang dirinci dengan pembuatan jadwal pada setiap pelaksanaan. Program pelaksanaan yang dibuat melalui tahapan terperinci dengan pencatatan setiap kegiatan sehingga peningkatan kegiatan dapat dievaluasi dengan baik.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan Program Kemitraan Masyarakat yang berkerja sama antara tim pengabdian dengan mahasiswa KKN UPGRIS mendapatkan apresiasi yang luar biasa, baik dari pejabat struktural setempat maupun seluruh warga desa lempuyang. Berikut penjabaran hasil maupun pembahasan.

Slogan Desa Ramah Anak berhasil diterapkan melalui kegiatan di hari pertama yaitu senam aerobik Bersama seluruh kalangan warga desa lempuyang. Kegiatan tersebut yang biasanya hanya diikuti oleh kalangan ibu-ibu berhasil menarik antusias anak-anak maupun bapak-bapak setempat. Olaksi kegiatan yang dilaksanakan di outdoor menjadi daya tarik warga setempat. Selain mampu menampung lebih banyak orang, kegiatan outdoor sangat mudah dijumpai sehingga mudah pula didatangi warga setempat. Anak-anak yang menjadi target utama tim pengabdian, terlihat antusias mengikuti kegiatan tersebut. Pelaksanaan di hari libur dan selesai waktu sekolah sore membuat anak-anak dapat mengikuti kegiatan tersebut sekaligus melepas penat belajar yang dimulai dari sekolah formal pagi sampai sekolah informal sore hari.

Pemanfaatan fasilitas desa yang dapat digunakan untuk aktivitas anak. Kegiatan di hari kedua dilaksanakan dengan mengadakan lomba sepatu roda khusus anak-anak. Sepatu roda merupakan kegiatan aktivitas pribadi anak yang belum dieksplor lebih jauh di desa lempuyang. Padahal kegiatan ini sudah menjadi ramai dan hampir setiap anak sudah memiliki perlengkapan tersebut. Selama ini, kegiatan masih bersifat individu dan dilakukan di halaman rumah masing-masing maupun di jalan desa. Untuk kegiatan di jalan desa, tentu saja sangat membahayakan keselamatan sendiri maupun orang lain, selain itu juga cukup mengganggu pengguna jalan lainnya. Lomba sepatu roda dilaksanakan di lapangan desa lempuyang. Lapangan ini biasanya digunakan warga sekitar untuk menjemur jemari setelah pasca panen. Tim pengabdian menggunakan lokasi tersebut diharapkan, ke depan lapangan tersebut dapat digunakan berbagi selain itu warga sekitar juga digunakan anak-anak untuk lokasi bermain sepatu roda yang lebih aman dan kondusif. Aktivitas fisik yang tepat dan dilakukan secara rutin akan membuat perkembangan motorik kasar dan motorik halus berjalan dengan baik (Hills, 2007)

Kemandirian anak diterapkan di kegiatan yang ketiga. Yaitu menata kembali taman lempuyang yang

terbengkalai. Kegiatan dilakukan mahasiswa KKN UPGRIS dengan memberikan beberapa pernak pernik menarik di taman tersebut. Mulai dari menghias ban bekas sampai membuat penerangan di sekitar taman tersebut. Diharapkan kemandirian anak akan muncul Ketika aktivitas berkumpul dengan orang dewasa di tempat tersebut. Tempat yang nyaman dan menarik diharapkan mampu menarik arga desa untuk sekesar berkumpul maupun bermain di taman tersebut. Interaksi yang baik antara semua kalangan umur akan mampu memberikan kemandirian dan tingkat social masyarakat terikat secara erat (Learning, Analysis, & Wales, 2018)

D. PENUTUP

Simpulan

Simpulan menyajikan ringkasan dari uraian hasil dan pembahasan, mengacu pada permasalahan mitra. Berdasarkan kedua hal tersebut, uraikan faktor pendukung dan penghambat kegiatan.

Kegiatan senam aerobic berjalan dengan lancer dan sesuai diharapkan karena dapat melibatkan semua kalangan usia warga desa lempuyang. Lomba sepatu roda sangat antusias diikuti oleh anak-anak arga desa lempuyang. Terbukti ada 32 peserta lomba tersebut. Taman desa lempuyang terlihat sangat menarik dan bersih pasca dilakukan penataan ulang, hal ini membuat warga tertarik untuk berkumpul dan berinteraksi di tempat tersebut.

Saran

Unuk kegiatan yang melibatkan warga desa perlu diperhatikan cara interaksi maupun eksekusi kegiatan yang matang dan terencana. Sesuatu yang tidak mudah kegiatan ang meibatkan warga dengan latar belakang beragam serta kalangan umur yang berbeda pula.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Dejonghe, T. (2007). The popularity of football games in the world . Is there a relation with hegemonic power? *Van Christaller Tot Wallerstein*, 39–50.
- Fahmi, D. A., Wibisana, M. I. N., Ginting, R., Pratama, D. S., & Hidayat, R. (2018). Program Kemitraan Masyarakat (PKM) Pengembangan Desa Wisata di Desa Sitiluhur Kecamatan Gembong Kabupaten Pati. *Journal of Dedicators Community*, 2(1), 39–43. <https://doi.org/10.34001/jdc.v2i1.683>
- Haeril. (2019). Indeks Massa Tubuh Anak yang Aktif Bermain Game Online dan Anak yang Tidak Aktif Bermain Game Online badan . Nilai rerata dan standar deviasi indeks massa tubuh kelompok anak yang aktif bermain game online adalah $17,00 \pm 4,27$ (kategori kurus) sedang. *Jendela Olahraga*, 4, 44–49. <https://doi.org/10.26877/jo.v>
- Hills, A. P. (2007). Children, Obesity and Exercise. *Children, Obesity and Exercise*. <https://doi.org/10.4324/9780203945971>
- Learning, M., Analysis, N., & Wales, S. (2018). *An introduction to sports coaching: From science and theory to practice*. 185. Retrieved from <http://books.google.com/books?id=3j3dEbL05KUC&pgis=1>
- Silalahi, R. R., Mardani, P. B., & Christanti, M. F. (2020). Peningkatan Literasi Kesehatan Digital Bagi Ibu-Ibu Rumah Tangga Di Posyandu Flamboyan, Bekasi. *Journal of Dedicators Community*, 4(1), 57–67. <https://doi.org/10.34001/jdc.v4i1.993>