

## JURNAL PENGABDIAN MASYRAKAT INDONESIA

Halaman Jurnal: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/jpmi>

Halaman Utama: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php>

### ***PHYSICAL EDUCATION AT PONDOK PESANTREN ABDUSSATAR KEDIRI***

**Junaidi<sup>1</sup>, Khaerul Anam<sup>2</sup>, Hadiwijaya<sup>3</sup>**

**e-mail : [Junaidi@gmail.com](mailto:Junaidi@gmail.com)<sup>1</sup>, [khaerulanam@unu-ntb.ac.id](mailto:khaerulanam@unu-ntb.ac.id)<sup>2</sup>, [Hadiwijaya@gmail.com](mailto:Hadiwijaya@gmail.com)<sup>3</sup>**

<sup>1,2,,3</sup>Dosen Universitas Nahdlatul Ulama NTB

Jl. Pendidikan No.06, Dasan Agung Baru, Kec. Selaparang, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat. 83125

#### ***Abstrack***

*Physical education is the basis for increasing the growth and development of students as well as a forum for multiplying their abilities in the field of sports according to the interests and talents of students and developing motor skills, active living behavior, sportsmanship, and emotional intelligence. the quality of education through physical education, there are several things that we agree on with our partners, starting from preventing the boredom of studying, Preventing the emergence of psychological disorders in students, activities are carried out for 1 day with a number of participants ranging from 35 people consisting of male boarding school students. The method of implementing this activity is direct practice. The results of this activity greatly help the growth and development of students and of course can make students more ready to accept the burden of learning. Evaluation of activities must be carried out every 6 months and coordinate with the Dean of the Faculty of Sports Education, Nahdatul Ulama University, NTB as the target school.*

***Kata Kunci***;Physical Edukation;PKMS

#### **Abstrak**

Pendidikan jasmani merupakan hal dasar untuk meningkatkan tumbuh kembang peserta didik serta sebagai wadah untuk mengali kemampuan mereka dalam bidang olahraga yang disesuaikan minat dan bakat peserta didik dan mengembangkan keterampilan motorik, prilaku hidup aktif, sportif, dan kecerdasan emosi Tujuan utama kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan

kualitas pendidikan melalui pendidikan jasmani beberapa hal yang kami sepakati dengan mitra kerja mulai dari mencegah timbulnya efek bosan belajar, Mencegah timbulnya gangguan psikologis siswa kegiatan dilakukan selama 1 hari dengan jumlah peserta berkisar 35 Orang yang terdiri dari siswa pondok putra. Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah praktik secara langsung. Hasil kegiatan ini sangat membantu pertumbuhan dan perkembangan peserta didik dan tentunya dapat membuat peserta didik lebih siap menerima beban belajar. Evaluasi kegiatan harus dilakukan selama 6 bulan sekali serta berkordinasi ke Dekan Fakultas pendidikan Olahraga universitas nahdatul Ulama NTB sebagai sekolah binaan.

**Kata Kunci**,; *Physical Edukation*

## 1. PENDAHULUAN

Pemahaman tentang pentingnya rekreasi luar ruangan, olahraga, dan aktivitas fisik dalam konteks gaya hidup sehat. Pilihan studi Pendidikan Luar Ruang memberi Anda berbagai keterampilan dan pengetahuan untuk bekerja secara kompeten dan percaya diri dalam berbagai peran dalam bidang Pendidikan dan Rekreasi Luar Ruang yang berkembang. Pembelajaran ditingkatkan dengan studi dasar dalam olahraga, kesehatan dan aktivitas fisik di tingkatan yang berbeda-beda.[1]

Outdoor study pada dasarnya merupakan kegiatan pembelajaran yang dirancang dan dikembangkan oleh pendidik yang merupakan perpaduan antara belajar di dalam kelas dan belajar diluar kelas Pengembangan potensi peserta didik sebagaimana dimaksud dalam tujuan pendidikan nasional tersebut secara sistemik diupayakan melalui *Kegiatan sport outdoor study* terstruktur dan terjadwal sesuai dengan cakupan dan tingkat kompetensi muatan atau mata pelajaran.[2]

Kegiatan sport outdoor study dilaksanakan melalau penugasan terstruktur terkait satu atau lebih dari muatan atau mata pelajaran. Kegiatan sport outdoor study yang merupakan kegiatan terorganisasi/terstruktur di luar struktur kurikulum setiap tingkat pendidikan yang secara konseptual dan praktis mampu menunjang upaya pencapaian tujuan

pendidikan.[3] Berdasarkan penelitian dari [4] Karakter sebagai suatu 'moral excellence' atau akhlak dibangun di atas berbagai kebajikan (virtues) yang pada gilirannya hanya memiliki makna ketika dilandasi atas nilai-nilai yang berlaku dalam budaya (bangsa). Sehingga akan timbul banyak sekali permasalahan yang ada di masyarakat.[5] Alternatif preventif yang dapat mengikis timbulnya krisis budaya dan karakter bangsa yang terjadi saat ini pada generasi muda dapat antara lain dengan menanamkan nilai-nilai budaya dan karakter bangsa melalui salah satu program kegiatan sekolah.[6] Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan luar sekolah yang sekarang ini menjadi kewajiban bagi seluruh siswa mulai dari sekolah dasar sampai dengan sekolah menengah. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan guna mengetahui jenis-jenis kegiatan Pramuka yang dilaksanakan di lingkungan pendidikan di[7]

Tujuan utama kegiatan *Studi sport, health and physical Edukation (Outdoor Education)* Di Pondok Pesantren Yusuf Abdussatar Kediri Lombok adalah untuk meningkatkan kualitas pendidikan melalui olahraga, kesehatan, fisik

## 2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan menggunakan metode partisipatif, yaitu pendekatan yang berorientasi pada upaya peningkatan peran serta peserta didik secara langsung dalam proses pelaksanaan dilapangan. Pondok Pesantren abdustar kediri lombok barat merupakan sekolah yang berlokasi di kediri lombok barat, jumlah santri perkelas berkisar 35 siswa Harapan dari kegiatan ini adalah:

1. Peserta bisa merasakan kegembiraan untuk meringankan beban belajar dengan bermain.
2. Peserta dapat mengaktualisasikan diri dalam bentuk permainan
3. Peserta dapat bergaul dengan baik dengan rekan sejawat
4. Peserta dapat meningkatkan nilai kekompakan

Adapun tahap kesiapan mengembangkan kemampuan meningkatkan keterampilan diri seperti.:

### 1) Tahap persiapan

Pada tahap ini dilaksanakan survey lokasi dan kordinasi dengan peserta untuk menentukan tempat pelaksanaan kegiatan. Dan izin lokasi beserta mekanisme acara untuk

mematuhi protocol kesehatan, kegiatan dilaksanakan di Lombok barat tepatnya di Pondok putra Abdussatar Kediri Lombok Barat

2) Tahap pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari minggu pukul 07:00 WITA. Sampai selesai Peserta terlibat dalam proses perencanaan sampai aplikasi di lapangan serta evaluasi kegiatan di Pondok Putra Abdussatar Kediri Lombok Barat

3) Tahap Evaluasi

Pada tahap ini dilaksanakan evaluasi dengan meminta tanggapan atau kesan peserta terhadap kegiatan pelatihan

### 3. HASIL KEGIATAN PENGABDIAN

Hasil kegiatan ini berjalan dengan baik sesuai dengan perencanaan dan permasalahan dapat terselesaikan dengan baik berdasarkan kondisi dilapangan kemampuan adek-adek dalam minat khusus sangat banyak terlebih pada cabang olahraga futsal dan sepakbola Dalam penelitian [8] hal ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *physical education* terhadap peserta didik di sekolah. Sekolah merupakan area publik yang menjadi tempat berkumpulnya anak-anak. Sekolah merupakan salah satu cara untuk melindungi anak-anak dan generasi muda dalam menciptakan kegiatan belajar mengajar yang baik dan kondusif serta aman dari ancaman bahaya yang tidak dapat dihindarkan. Pengajaran terkait *physical education* [9]



Gambar 01 Penyerahan Alat Olahraga

Sarana dan prasarana yang memadai juga tidak kalah penting sebagai penunjang kesiapsiagaan sekolah. Kegiatan *physical education* adalah program pendidikan yang alokasi waktunya tidak ditetapkan diluar kurikulum. Kegiatan ini merupakan perangkat operasional yang direncanakan dan terarah yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan siswa.[10] Kegiatan pendidikan jasmani menjembatani kebutuhan perkembangan peserta didik yang berbeda, seperti perbedaan rasa akan nilai moral dan sikap, kemampuan, dan kreativitas. Melalui partisipasinya dalam kegiatan peserta didik dapat belajar dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain, serta menemukan dan mengembangkan potensinya. Pendidikan adalah hak dasar yang harus diberikan kepada anak-anak, bahkan dalam sebuah kondisi darurat sekalipun.[11]

#### 4. DISKUSI

Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat mencegah beban psikologis peserta didik mengembalikan keceriaan anak dan sekaligus sebuah model terapi apalagi Lombok yang pernah terkena gempa hal ini baik bagi korban yang mengalami trauma psikologis yang

mendalam. [12] kedepannya sepertinya akan kita adakan dan bina atlet sepakbola untuk mengikuti liga santri untuk meningkatkan motivasi anak-anak supaya semangat berlatih. [13]Kegiatan ini harus selalu digalakkan guna menyiapkan diri supaya kita lebih siap dan aktif dalam merespon kegiatan olahraga baik tingkat nasional maupun international melalui pengembangan pendidikan jasmani.

## 5. KESIMPULAN

Setelah pelaksanaan kegiatan program pengabdian kepada Masyarakat yaitu pendidikan jasmani peserta didik mampu memaksimalkan potensi yang ada sebagai strategi pengembangan alternatif untuk meningkatkan minat dan bakat peserta didik melalui kegiatan *physical education*. Hal ini harus selalu di tingkatkan dengan harapan terciptanya lingkungan belajar yang nyaman dan kesehatan selalu terjaga dengan aktif berolahraga. Sejalan dengan tujuan akhir pengabdian yaitu meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui kegiatan *physical education, and sport healt* dan diharapkan untuk dilaksanakan setiap tahunnya sebagai sekolah binaan pendidikan jasmani fakultas pendidikan olahraga universitas nahdlatul Ulama NTB.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini tidak akan bisa berjalan sesuai rencana tanpa dukungan dan arahan dari yang kami hormati kepala LP2M yang sudah mensport kegiatan ini dan kepada yayasan Pondok santren Abdusatar Keidiri Lombok Barat serta kepada dekan Fakultas Pendidikan yang mengarahkan dan membimbing kami selama pengabdian.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. Alim, "Pengaruh Olahraga Terprogram Terhadap Tekanan Darah dan Daya Tahan Kardiorespirasi Pada Atlet Pelatda Sleman Cabang Tenis Lapangan," *Medikora*, vol. VIII,

- no. 2, 2012.
- [2] I. I. Zulfa and A. W. Kurniawan, "Survei Kebugaran Jasmani Kelas VIII SMP Plus Asy-Syukur Kanigoro," *Sport Sci. Heal.*, 2019.
- [3] F. Rozi, S. R. Safitri, and A. Syukriadi, "Evaluasi Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa pada Perkuliahan Pendidikan Jasmani IAIN Salatiga," *J. Edutrained J. Pendidik. dan Pelatih.*, 2021.
- [4] M. S. Risqi Ekanti Ayuningtyas Palupi, M.Pd dan Drs. Sulton, "Ekstrakurikuler Pramuka Sebagai Wadah Penanaman Nilai Budaya Dan Karakter Bangsa Bagi Generasi Emas Indonesia," *Prosiding*, 2015.
- [5] F. Rozi, S. Rahma Safitri, I. Latifah, and D. Wulandari, "Tiga Aspek dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani pada Masa Pandemi Covid-19," *J. Kependidikan J. Has. Penelit. dan Kaji. Kepustakaan di Bid. Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 2021.
- [6] S. Y. Bangun, "Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia," *Publ. Pendidik.*, 2016.
- [7] N. A. Oktaviani and S. Wibowo, "Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri di Madiun," *J. Pendidik. Olahraga dan Kesehat.*, 2021.
- [8] R. M. Ramadhani, F. A. I. Gustaman, M. S. Kodar, and I. K. Widanaha, "Implementasi Program Sekolah Aman Bencana Di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 4 Balikpapan Kalimantan Timur," *Jipsindo*, 2020.
- [9] A. Fadila, D. R. Budi, A. D. Listiandi, N. Ngadiman, and R. Festiawan, "Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Kurikulum 2013 di Sekolah Menengah Atas," *Phys. Act. J.*, 2021.
- [10] D. Kurnia and R. adha Septiana, "Implementasi Permainan Kecil Sebagai Bentuk Pemanasan Terhadap Minat Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani," 2020.
- [11] D. Barker, M. Quennerstedt, and C. Annerstedt, "Learning through group work in physical education: a symbolic interactionist approach," *Sport. Educ. Soc.*, vol. 20, pp. 604–623, 2015.
- [12] L. McCuaig and M. Quennerstedt, "Health by stealth – exploring the sociocultural dimensions of salutogenesis for sport, health and physical education research," *Sport. Educ. Soc.*, vol. 23, pp. 111–122, 2018.
- [13] M. Shohib, "Sekolah aman untuk anak-anak pengungsi akibat bencana tsunami," *Procedia Stud. Kasus dan Interv. Psikol.*, 2015.