

Pendampingan Model Permainan Olahraga Rekreasi Pada Anak Usia 10-12 Tahun Desa Tanjung Mulia

¹Marsella Br Tarigan, ²Alfredo Zujana Tumanggor, ³Febi Qomala, ⁴Amos Fransiskus Gulo, ⁵M. Fakhri Prastyo, ⁶Muhammad Wisnu Alhamdi, ⁷Devi Catur Winata*

*Devi Catur Winata: e-mail: devicaturstokbinaguna@gmail.com

^{1,2,3,4,5,6,7}Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna

Abstract

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Tanjung Mulia dengan tujuan untuk pembentukan Karakter serta mengembangkan potensi peserta didik untuk memiliki kecerdasan, kepribadian dan akhlak mulia dan dapat mengelola emosional yang ada dalam dirinya. Karena dengan melakukan kegiatan yang Olahraga Rekreasi membuat anak-anak secara tidak langsung dapat mengelola emosi dan tenaga yang dimiliki menjadi hal yang lebih positif dan membuat sesuatu lebih baik. Hal tersebut tertuang dalam aktivitas dan kegiatan yang dilakukan bersama dengan teman sejawat dan memiliki tingkat edukasi yang baik.

Pengabdian ini dilakukan berdasarkan Penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa dampak dari pandemic dimana anak-anak melakukan pembelajaran di rumah dan menjadi pasif, namun ternyata hal ini bukan hal kecil yang mudah untuk dihiraukan karena karakter siswa yang semestinya bermain dan berinteraksi sesama teman sejawat memang harus dilakukan dan ditumbuhkan lagi. Survey yang dilakukan bahwa anak usia 10-12 tahun lebih tertarik dengan gadget hp nya daripada dengan teman sejawatnya. Sehingga perlu untuk mengingatkan ulang dan memberikan pembelajaran baru kepada anak-anak khususnya di desa Sampali untuk melakukan kegiatan Olahraga Rekreasi di lapangan di desa tersebut dengan teman sejawat berkumpul menjadi satu untuk memecahkan masalah yang diberikan dalam permainan yang akan disiapkan agar siswa dapat menjadi melakukan kegiatan yang dapat membentuk kembali karakter sesuai dengan usianya.

Keywords: Permainan Olahraga Rekreasi

Pendahuluan

A. Analisis Situasi

Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi (Ditjen Dikti) Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) menyelenggarakan Sosialisasi Merdeka Belajar Kampus Merdeka dengan tema “Optimalisasi Penguatan Pendidikan Karakter melalui Kampus Mengajar” [1] dengan tujuan untuk membangun karakter dalam bidang literasi membaca, membudayakan berhitung dan critical thinking, agar para guru dan siswa dapat cakap dan mampu menjadi generasi yang siap dalam setiap kondisi.

Permasalahan yang ditemui di Desa Tanjung Mulia khususnya pada anak usia 10-12 Tahun malasnya melakukan aktivitas diluar kelas lebih senang melakukan kegiatan didalam kelas dan melakukan kegiatan hanya didalam rumah sehingga anak usia 10-12 tahun yang

berada di desa Sampali menjadi kurang memiliki semangat untuk melakukan kegiatan di luar rumah. Dan menjadikan karakter anak menjadi kurang melakukan sosialisasi pada saat dikehidupan sehari-hari. Anak jadi lebih pendiam dan bersikap apatis tidak mampu melakukan kegiatan adaptasi secara baik dilingkungan tempat tinggal. Hal ini, ternyata sama dengan penelitian sebelumnya yang ternyata permasalahannya sama dengan penelitian sebelumnya, yang diakibatkan dengan pengaruh dari gadget yang membuat anak – ana betah dirumah karena asik memainkan gawai yang ada di gengaman tangannya.

Dalam pembentukan karakter anak usia 10-12 Tahun dibutuhkan pendekatan berupa permainan, dimana karakteristik anak usia 10-12 tahun adalah bermain. Oleh karena itu olahraga rekreasi dengan bentuk permainan olahraga rekreasi merupakan pendekatan yang menarik untuk membentuk karakter anak usia 10-12 tahun menjadi lebih baik dimana permainan outdoor activity bentuk peraturan tidak berlaku ketat sebagaimana dengan olahraga prestasi dengan tujuan yang bersifat rekreatif yaitu untuk memunculkan manfaat dari aspek jasmani, social dan psikologis. Piaget memandang kegiatan bermain sebagai sarana sosialisasi, diharapkan melalui bermain dapat memberikan kesempatan bereksplorasi, menemukan, mengekspresikan perasaan, bereaksi dan belajar secara menyenangkan. Selain itu kegiatan bermain dapat membantu anak mengenal tentang dirinya sendiri, dengan siapa dia hidup serta lingkungan dimana dia hidup

Permasalahan juga bukan hanya dari anak, namun juga berada pada orang tua dimana orang tua dituntut untuk menjadi kreatif dan peka terhadap anak jangan membiarkan anak selalu menonton tv atau memainkan telpn genggam terlalu lama sehingga anak menjadi kecanduan dan tidak mau lepas dari alat telekomunikasi yang dimilikinya. Oleh karena itu bagaimana kita sebagai orang tua dan perangkat desa yang bekerjasama dengan kampus memberikan solusi dari permasalahan yang ada di desa Sampali. Menjadikan karakter anak menjadi lebih baik.

Berdasarkan penelitian sebelumnya maka tim pengusul mencoba untuk menerapkan bentuk permainan outdoor activity kepada Anak –anak yang berada di Tanjung Mulia agar para siswa siswi dapat menjadi karakter yang lebih baik dari sebelumnya dan mendapatkan gerak motorik dari permainan tersebut. Sehingga siswa mendapat berbagai manfaat dari permainan outdoor activity yang akan diterapkan, dari segi kesehatan karena bergerak secara motoric dan mendapat nilai karakter dalam setiap permainan yang dimainkan.

B. Permasalahan Mitra

Desa Tanjung Mulia merupakan desa yang terletak di wilayah pemerintahan Deli Serdang Kecamatan Percut Sei Tuan. Desa ini berbatasan langsung dengan Kota Medan, yakni keluarahan Indra Kasih, Kecamatan Medan Tembung, Kota Medan dan Kecamatan Medan Timur Kota Medan. Desa ini terkenal dengan Perumahan elite bernama kompleks cemara asri yang telah menerap banyak lapangan pekerjaan yang di dalamnya terdapat perumahan mewah, petokoan, restoran, supermarket danau yang dihuni ratusan bangau masjid Al- Musanif, Vihara Maitreya dan masih banyak lagi.

Luas desa sampali 29.219Ha dan jumlah penduduk sekitar 28.639jiwa serta kepadatan penduduk yang berada di desa tersebut 23,93 Luas (KM2). Secara administrative desa sampali terdiri dari 25 Dusun. Adapun batas- batas desa sampal adalah sebagai berikut:

- sebelah utara berbatasan dengan : Desa Cinta Rakyat dan Desa Tanung Rejo
- sebelah Timur berbatasan dengan : Desa Sei Tuan
- Sebelah Selatan berbatasan dengan : Desa Sampali dan Desa Kolam
- Sebelah Barat berbatasan dengan : Kecamatan Labuhan Deli [4]

Desa Tanjung Mulia memiliki 25 dusun yang artinya memiliki jumlah peduduk sekitar 28.639 jiwa, yang terdiri dari kalangan anak balita, anak usia remaja awal , anak berusia remaja dewasa, orang tua dan lansia. Tanjung Mulia terkenal dengan perumahan elite artinya tempat atau kegiatan yang dilakukan anak usia 12-15 tahun didaerah tersebut kurang dengan kondisi lingkungan perumahan. Aktivitas yang dilakukan anak didesa sampali masih dalam tahapan yang dilakukannya berada di dalam rumah kalaupun kegaitan yang dialkukan di luar rumah kegiatan tersebut dilakukan di sekolah. Aktivitas yang dilakukan di luar rumah tidak memiliki adukasi yang membentuk aktivtvas fisik maupun dalam pembentukan karakter pada anak tersebut sehingga perlu diadkan kegaitan Olahraga Rekreasi.

Di era Disrubs Media Pembentukan karakter yang dimulai dari dasar itu sangat penting karena pada dasarnya suatu bangunan yang kokoh pasti landasanya sangat kuat, olehkarena itu jika dari dini kita berikan pendidikan karakter dengan pendekatan game outdoor activities maka suasana menjadi lebih menyenangkan, lebih menarik dan mudah untuk di aplikasikan didalam kehidupan sehari-hari. Sehingga tidak ada paksaan terhadap anak-anak untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan namun memiliki banyak manfaat seperti kerjasama tim, saling menghormati, saling tolong menolong dan tidak mudah untuk putus asa. Banyak kasus yang kita lihat banyak anak-anak yang ketergantungan dengan android sehingga asik dengan dunianya sendiri dan menjadi pribadi yang apatis tidak peduli

dengan lingkungan. Sehingga Solusi yang ditawarkan pada permasalahan yang terjadi Desa Sampali dengan menerapkan permainan outdoor activity untuk membentuk karakter yang lebih baik lagi.

Ada 5 jenis kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian ini yang pertama adalah tutorial, workshop, simulasi, implementasi dan pendampingan dengan tema “penerapan model permainan outdoor activity terhadap pembentukan karakter pada anak usia 10-15 tahun didesa sampali Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. permainan outdoor activity terhadap pembentukan karakter pada anak usia 10-15 tahun

No	Nama kegiatan	Deskripsi
1.	Tutorial	Pada tahap ini tim pengusul melakukan perkenalan dan melakukan pendekatan secara verbal kepada anak serta menjelaskan sedikit tentang karakter yang harus dimiliki untuk menjadi pelajar yang tanggung.
2.	Workshop	Pada tahap ini tim pengusul melakukan pendekatan secara lebih mendalam dengan melakukan permainan kecil sebagai bentuk pendekatan secara langsung sebelum dilakukan permainan olahraga rekreasi sebenarnya
3.	Simulasi	<ul style="list-style-type: none"> - Anak –anak yang berada didesa sampali dusun 20 diberikan kesempatan untuk memilih kelompok dan berbaur antara kelas - Pendampingan dilakuakn oleh mahasiswa STOK Bina Guna dalam melakukan kegiatan Olahraga Rekreasi yang
4.	Implementasi	Anak- anak dibagi kelompok menjadi 5 dan saling berbaur antara satu dengan yang lain dalam satu kelompok terdiri dari anak yang berusia 10-12 tahun. Cara permainannya dilakukan dilapangan dengan membentuk 5 pos agar permainan dapat dilakukan secara serentak dan rotasi. jadi kelompok satu melakukan permainan selama 5-10menit setelah itu bergerak ke pos dua dan bergerak kepos selanjutnya jadi sistemnya adalah rotasi
5.	Pendampingan	Setelah dilakukan permainan, setiap tim yang berada dipos akan menjelaskan maksud dan tujuan dari permainan tersebut agar para siswa mengerti apa yang telah mereka lakukan dan apa yang seharusnya dilakukan dalam kehidupan sehari- hari.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan beberapa tahapan yang diharapkan produk dari kegiatan ini adalah pemahaman anak –anak dan warga masyarakat melalui (a) analisis situasi , (b) diskusi ahli, (c) rancangan solusi, (d) pelaksanaan Kegiatan berupa sosialisai dan worksop serta pendampingan pasca kegiatan. Pelaksanaan kegiatan digambarkan pada diagram alir berikut ini:



Gambar 1. Diagram Alir Pengabdian

Langkah –langkah yang ditempuh guna melaksanakan solusi\

Adapun langkah – langkah pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian ini sebagai berikut dibagi menjadi tiga fase yakni:

1. Fase perencanaan. Pada fase ini kegiatan – kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:
 - a. Melakukan pendekatan pada insitusi terkait dan stakeholder. Salah satunya melakukan kegiatan mou kepada desa sampali menguatkan kerjasama dalam bidang pendidikan, penelitian dan pengabdian masyarakat. Hal ini yang mendasari terlaksananya kegiatan masyarakat di Tanjung Mulia
 - b. Melakukan identifikasi permasalahan. Identifikasi dilakukan dengan cara melakukan pendataan usia anak yang berada di Tanjung Mulia dan mencari berbagai anak usia 10-15 tahun untuk mengidentifikasi kegiatan yang dilakuakn seteah pulang sekolah.
 - c. Penyusunan program edukasi permainan Olahraga rekreasi, melakukan tutorial kegiatan workshop serta simulasi kegiatan yang dilakukan dalam bentuk permainan outdoor activity dan tidak lupa melakukan pendampingan serta evaluasi kegiatan.

Fase pelakasaan. Pada fase ini kegiatan yang dlakukan adalah:

- a. Pemberian materi secara tutorial pada anak- anak di Desa Tanjung Mulia bentuk permainan outdoor activity
- b. Pemberian pelatihan workshop pada anak anak yang ada di Desa Tanjung

Mulia seperti apa bentuk permainan serta manfaat dan edukasi apa yang diberikan

- c. Memberikan simulasi dan pendampingan kegiatan bersama mahasiswa dan anak-anak yang ada di desa sampali agar kegiatan aktivitas yang dilakukan diluar menjadi lebih bermakna dan dapat mengelola emosionalnya

Fase Evaluasi. Tahapan ini merupakan tahapan follow up dari kegiatan pengabdian masyarakat yakni mendampingi permainan yang dilakukan menjelaskan arti dari setiap permainan yang dilakukan secara edukasi dan memberikan bentuk kegiatan yang nyata yang dilakukan.

Partisipasi Mitra Dalam Pelaksanaan Program

Mitra Kerjasama dalam Pelaksanaan Program ini adalah Program Kemitraan Masyarakat Sosial yang tidak produktif secara ekonomi yakni Anak – Ana Usia 10-15 Tahun yang berada di Desa Tanjung Mulia Kabupaten Deli Serdang. Mitra dalam Penelitian ini adalah merupakan Anak- Anak usia 10-15 tahun warga Desa Tanjung Mulia Kabupaten Deli Serdang. Kepala Desa Sampali menyambut dengan baik kegiatan ini dan menyarankan warga di desa tersebut yang memiliki anak – anak yang berusia 10-15 tahun untuk ikut serta dalam kegiatan ini agar lebih aktif warga dan anak-anak yang ada di desa tersebut lebih mampu mengoaga emosi dengan kegiatan yang lebih positif dari pada dirumah dengan gadjed.

Evaluasi dan pendampingan dibutuhkan pada kegiatan untuk melihat tingkat keberhasilan program data yang dimiliki. Data yang diambil dalam tingkat evaluasi adalah data sebelum anak – anak mendapat kegiatan Olahraga Rekreasi dan setelah anak-anak melakukan kegiatan tersebut. Pengembangan permainan Olahraga Rekreasi dilakukan dengan menyesuaikan kebutuhan dari permintaan perkembangan pada anak – anak usia 10-15 tahun dimana tahapan usia remaja awal membuat kebosanan yang ada pada diri mereka untuk melakukan aktivitas didalam ruangan atau hanya dirumah saja, ketika diberikan edukasi permainan outdoor activity dengan edukasi yang terdapat didalamnya menjadikan anak-anak menjadi lebih semangat untuk melakukan kegiatan tersebut. Selain hanya untuk melakukan permainan kegiatan ini dilakukan untuk mengelola emosi yang ada didalam diri anak tersebut menjadi hak – hal yang lebih positif

HASIL

Pengabdian kepada masyarakat ini memiliki tujuan untuk mengelola emosi secara baik dan meningkatkan motorik pada anak usia 10-15 tahun di Desa Sampali. Seluruh Warga yang berada di Desa samali Khususnya di Dusun 20 usia 10-15 tahun diberikan pelatihan dan pendampingan dalam melakukan kegiatan outdoor Activity. Mitra kerjasama dalam pelaksanaan program ini adalah Program Kemitraan Masyarakat Sosial yang tidak produktif secara ekonomi yakni warga usia 10-15 tahun di Desa Sampali Kabupaten Deli Serdang. Target utama dalam kegiatan pengabdian ini adalah anak-anak usia 10-15 tahun untuk melakukan aktivitas di sore hari dilakukan setelah jadwal pulang sekolah untuk melakukan

kegiatan disela- sela waktu senggang. Karena kegiatan ini tidak hanya melakukan permainan saja namun ada edukasi yang diberikan pada setiap permainan yang dilakukan

Setelah melalui tahapan analisis kebutuhan selanjutnya peneliti berdiskusi dengan beberapa pakar pendidikan mengenai solusi yang tepat pada permasalahan yang dihadapi, dari hasil diskusi tersebut didapatkan kesimpulan model permainan outdoor activity dalam membangun karakter yang bersifat praktis dan mudah untuk dimainkan namun sesuai dalam pembentukan karakter yang diharapkan. Selanjutnya peneliti menentukan model; Pembuatan Model. Adapun model permainan olahraga rekreasi yang telah di saring dan di expert jugsmen oleh tim ahli ada 10 item permainan yang mampu mengubah karakteristik anak-anak usia 10-15 tahun di desa Sampali yang sebelumnya telah di lakukan didesa Mabar hal ini terbukti dari kuesioner angket yang dibagikan sebelum dan sesudah penelitian. Adapun bentuk permainan yang dilakukan adalah (1) Permainan mencari pasangan, (2) jarring laba laba (3) Puzzel game (4) Sibuta dan Pincang (5) Permainan Bentuk M (6) Tunjuk Bumi (7) Permainan Kun Bergoyang (8) Melewati sungai (9) memasukkan pensil ke dalam botol (10) lubang ranjau.



Gambar 2 Kegiatan permainan olahraga rekreasi

Koesioner yang diberikan saat penelitian dan sebelum penelitian agar dapat melihat kemajuan dari karakter siswa sebelum dan setelah dilaksanakan penelitian dilakukan, dan

didapat beberapa kemajuan yang signifikan dari anak usia 10-15 tahun desa Sampali, dengan beberapa karakter yang dibentuk salah satunya berupa kedisiplinan, jiwa kepemimpinan, saling menghargai satu samalain dan lain sebagainya. Hasil analisis kebutuhan tersebut dapat diketahui bahwa: (1) 90% siswa sangat suka dengan pelajaran olahraga, (2) Lebih dari 80% siswa sangat suka dengan olahraga dengan bentuk-bentuk permainan, (3) lebih dari 70% siswa sering terlambat ketika mengganti baju olahraga (4) 84% siswa tidak pernah mendapatkan kesempatan untuk melakukan pemanasan mandiri selalu komando dari guru (5) 80% siswa suka menertawakan siswa lain ketika siswa tersebut melakukan kesalahan. Dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel. 2 Deskripsi Statistik

N	Minimum	Maksimum	Rerata	Standar Deviasi
20	70	90	70,23	1.23354
20	80	90	80,872	2.4658
20	84	90	84,89	3.9745
20	90	90	90,923	5.9836

Dari data tersebut masih sangat perlu adanya kegiatan pelatihan dan pendampingan kepada warga usia 10-15 tahun di desa Tanjung Mulia selanjutnya setekah dilakukan edukasi, peatihan sosialisasi pada anak usia 10-15 tahun maka diperlukan pengawasan dan pendampingan sebagai upaya untuk melakuka evaluasi yang dilakukan pada anak- anak usia 10-15 tahun desa sampali di kabupaten deli serdang.

DISKUSI

Pengabdian ini dilakukan di Desa Tanjung Mulia Kecamatan Medan Deli Kota Medan Sumatera utara dilakukan kurang lebih selama 1 bulan dengan intesitas kegaitan setiap minggu dilakukan dengan tujuan untuk mengembangkan permainan olahraga rekreasi dan memberikan bentuk kegiatan kepada anak anak dilingkungan setempat untuk melakukan aktivitas fisik setiap minggunya agar ada kegiatan yang lebih baik lagi.

Bentuk permainan yang diberikan beragam disesuaikan dengan kebutuhan anak anak yang berada di Desa Tanjung Mulia, kegaitan ini berdampak positif bagi pengembangan

kemampuan secara emosional dan perkembangan fisik. Dalam bentuk permainan selalu disisipkan tentang beragam edukasi yang nantinya dapat diberikan kepada anak – anak agar dapat dilakukan pengemabnagn secara emosional. Dalam hal ini tim pengabdian mayarakat STOK BINA GUNA melakukan kegaitan ini kurang lebih selama 1 bulan dan mendapatkan dampak yang positif serta dukungan dari perangkat Desa dan warga setempat dibuktikan dari kehadiran peserta yang banyak setiap minggunya.



Gambar 3. Foto bersama mitra dan mahasiswa STOK Bina Guna

Kesimpulan

Desa Tanjung Mulia merupakan mitra dalam pengabdian masyarakat yang dilakukan dalam memberantas kecanduan pada gadget. Sasaran pengabdian masyarakat ini dilakukan pada warga Desa Sampali anak – anak usia 10-15 tahun yang rentan pada hp ataupun televisi yang diselalu dilakukan oleh remaja awal sehingga menjadi generasi yang malas bergerak. Namun dengan adanya permainan outdoor activity menjadikan anak- anak lebih aktif dan mampu mengolah emosi dan mengalihkan ke hal- hal yang positif dan dapat mempunyai aktivitas bersama teman sejawat sekaligus edukasi dari setiap bentuk permainannya

Pengakuan/Acknowledgements

TIM pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya kepada ketua STOK Bina Guna yang memberikan kesempatan kepada kami dalam mengaktualisasikan diri, terimakasih juga kamu sampaikan keoada lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat Bina Guna yang mewadai kegiatan ini, dan terimakasih kami ucapkan kepada

mitra Kerjasama Tanjung Mulia yang telah dengan sangat baik menyambut kami dengan hangat dan penuh kekeluargaan.

Daftar Referensi

Ariswan taufik, herman subarja, tedi supriadi, rizal ahmad fauzi, Pengaruh Kegiatan Pembelajaran Outdoor Education Terhadap Sikap Kemandirian Siswa Dalam Pendidikan Jasmani (Penelitian Eksperimen Pada Siswa Kelas V Sdn Argasari Dan Sdn Dangdang 2 Kecamatan Kertasari Kabupaten Bandung).
<https://ejournal.upi.edu/index.php/SpoRTIVE/article/download/13352/7824>.

Devi Catur W, Andi Nur Abady (2020). Pengembangan Model Game Outdoor Activities Terhadap Pembentukan Karakter Pada Siswa SDN 067250 Mabar. Vol. 11 no.2 tahun 2020.
<https://ejournal.bbg.ac.id/visipena/article/view/1263>

Hernawan. (2017). Model kegiatan outdoor games activities untuk Mahasiswa program studi olahraga rekreasi fakultas ilmu keolahragaan Universitas negeri Jakarta, vol. 8 no 1. Tersedia di <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik/article/view/2138>. diakses pada 16 juli 2020.

Kurnia Eka Wijayanti, Yogi Akin, Oyok Nurjatnika. Implementasi Pendidikan Luar Sekolah terhadap Pembentukan Karakter Siswa Sekolah Dasar. Tersedia di <https://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/download/912017-06/4356> diakses pada 16 juli 2020