

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**Upaya Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Kesehatan
Di Era Pandemi Di Desa Ellak- Daya Melalui Metode Senam
Sehat, Dan Mematuhi Protokol Kesehatan**

Disusun Oleh;

Ainur Rasyid, M.Pd. (NIDN. 0711118801)

Andi Fepriyanto, M.Pd (NIDN. 0707028901)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

(STKIP PGRI SUMENEP)

NOVEMBER 2021

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Pengabdian Masyarakat : Upaya Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Kesehatan Di Era Pandemi Di Desa Ellak- Daya Melalui Metode Senam Sehat, Dan Mematuhi Protokol Kesehatan

KetuaPelaksana
Nama Lengkap : Ainur Rasyid, M.Pd.
NIDN : 0711118801
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Nomor HP : 081232662259
Alamat surel(e-mail) : ainurrasyid@stkipgrisumenep.ac.id

Anggota(1)
Nama Lengkap : Andi Fepriyanto, M.Pd.
NIDN : 0707028901
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Anggota (2)
Nama Lengkap :
NIDN :
Program Studi :

Biaya Keseluruhan : Rp. 7.000.000,00
Staff Pendukung Pengabdian : 0 orang
Mahasiswa terlibat : 1 orang

Menyetujui
Kepala LPPM STKIP PGRI
Sumenep



Mulyadi, M.Pd.
NIK. 07731135

Sumenep, 15 November 2021
Pelaksana

Ainur Rasyid, M.Pd.
NIDN. 0711118801

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil,,alamin. Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas segala rahmat dan limpahan hidayah-NYA kami dapat menyelesaikan laporan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Upaya Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Kesehatan Di Era Pandemi Di Desa Ellak- Daya Melalui Metode Senam Sehat, Dan Mematuhi Protokol Kesehatan” Semoga Allah melimpahkan rahmat atas Nabi Muhammad SAW yang senantiasa memberikan cahaya petunjuk kepada kita, sehingga kita bisa keluar dari zaman kebodohan.

Selanjutnya penulis haturkan ucapan terima kasih seiring do’a dan harapan *jazakumullahahsanaljaza*” kepada semua pihak yang telah membantu terselesainya laporan akhir ini.

1. Bapak Dr. Asmoni, M.Pd., selaku Ketua STKIP PGRI Sumenep yang telah memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada kami untuk mengembangkan diri dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk memenuhi unsur Tri Darma Perguruan Tinggi
2. Bapak Mulyadi, M.Pd., Ketua LPPM beserta staffnya yang telah memberikan banyak dukungan teknis, fasilitas, administrasi guna kelancaran pengabdian kepada masyarakat
3. Bapak Taufik Rahman, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan dorongan kepada kami selaku dosen untuk selalu meningkatkan pengabdian kepada masyarakat.
4. Teman-teman dosen, khususnya dari Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan pengabdian kepada masyarakat ini serta pihak-pihak lainnya yang sudah membantu .

Semoga penulisan laporan akhir ini bermanfaat bagi pembaca sekalian. Dengan tidak lupa kodratnya sebagai manusia, penulis menyadari bahwa laporan akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, dan mengandung banyak kekurangan, sehingga dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Sumenep, 15 November 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR TABEL.....	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
BAB II METODE PELAKSANAAN.....	3
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN.....	5
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	10
REFRENSI.....	11

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 : Proses Pengajuan Surat Ke Balai Desa Ellak-Daya.....	6
Gambar 3.2 : Pemberian Masker Kepada Masyarakat	6
Gambar 3.3 : Sosialisasi Covid 19 Dengan Cara Senam Sehat	7

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1. Rancangan program pengabdian kepada masyarakat **Error! Bookmark not defined.**

BAB I PENDAHULUAN

Covid 19 adalah sebuah keluarga virus yang di temukan pada manusia dan hewan. sebagian virusnya dapat menginfeksi manusia serta menyebabkan berbagai penyakit mulai dari penyakit umum seperti flu dan batuk. Seringkali covid 19 ini menyebar antara manusia ke manusia melalui tetesan cairan dari mulut dan hidung saat orang yang terinfeksi ,sedang batuk atau bersin, mirip dengan cara penularan penyakit flu. Maka dari itu ,penyebaran covid 19 ini sangat mudah untuk menyebar ketubuh manusia. Maka dari itu, kita harus waspada, seslalu menjaga kesehatan dan kebersihan baik di lingkungan sekitar. Sudah lebih dari tiga bulan Indonesia berfokus di dalam menangani pandemi Covid-19. Dampak yang ditimbulkan dari pandemi ini sangat terasa di berbagai sektor. Dalam perspektif kesehatan misalnya, tercatat sampai dengan 28 Mei 2020, telah 24.538 orang yang terkonfirmasi positif Covid-19, dengan angka kematian mencapai 1.496 orang. Dari sisi ekonomi pun juga terasa, pertumbuhan ekonomi melambat menjadi 2,97% pada bulan April 2020, sangat jauh apabila membandingkan dengan kondisi pada bulan April 2019 yakni sebesar 4,97%. Hal tersebut berakibat terhadap naiknya tingkat pengangguran menjadi 7,8% atau 3,7 juta jiwa. Belum lagi jika menyinggung kehidupan sosial, dimana saat ini telah digaungkan mengenai bekerja dari rumah, belajar dari rumah, dan beribadah di rumah. Covid-19 adalah sesuatu yang tidak pernah diperkirakan sebelumnya, dimana virus ini bisa berubah menjadi virus endemik di tengah masyarakat dan ada kemungkinan virus ini tidak akan musnah sepenuhnya. Merujuk pada keterangan dari Dale Fisher, Pejabat Jaringan Peringatan dan Respons Wabah Global WHO, dikatakan bahwa vaksin Covid-19 kemungkinan baru akan siap pada akhir tahun 2021.

Hal tersebut membuat dunia, termasuk Indonesia berada pada dalam posisi yang dilematis. Dua bulan pasca penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), Pemerintah Indonesia kini bersiap untuk memutar kembali roda ekonomi yang lesu sebagai dampak dari penerapan PSBB tersebut. Gelagat Pemerintah Indonesia untuk kembali memutar roda ekonomi terlihat pertama kali saat Presiden Joko Widodo mengungkapkan bahwa masyarakat Indonesia harus hidup berdamai dengan Covid-19 sampai ditemukannya vaksin yang efektif. Pernyataan tersebut kemudian diterjemahkan lebih lanjut menjadi sebuah istilah yang akhir-akhir ini sering menjadi pembicaraan banyak orang, yakni “PPKM” .

Dengan hal ini tentunya kita harus bergerak dan harus bisa mengatasi ,mencegah dan mengendalikan terhadap ketrjadiannya bencana yang sudah melanda pada saat ini yaitu covid 19, Apakah mahasiswa fokus menghabiskan marathon film sambil berbaring diatas kasur? Sangat disayangkan, jika mahasiswa yang merupakan agen perubahan dan pengontrol kehidupan sosial menutup mata dengan dampak yang ditimbulkan oleh pandemi ini. Ada banyak hal di kehidupan masyarakat yang dapat dibantu oleh peranan mahasiswa. Langkah awal yaitu menjadi warga yang kreatif dan pemimpin. Mahasiswa dapat berkesempatan melakukan tindakan pencegahan dari virus tersebut terhadap diri sendiri, keluarga, serta lingkungan tempat tinggalnya dengan tetap dirumah saja dan keluar apabila memang adanya kepentingan yang mendesak. Karena kaum intelektual seharusnya dapat memberi contoh yang baik.

Mahasiswa dapat memanfaatkan media sosial untuk membuat gerakan bersama mahasiswa satu Universitas atau seluruh Indonesia. Mahasiswa dapat mengajak masyarakat melalui media online untuk mematuhi protokol kesehatan dan menjaga jarak fisik serta dapat menggalang donasi yang ditujukan kepada yang membutuhkan ditengah pandemi. Selain itu, mahasiswa dapat melakukan gerakan sosial dengan terjun langsung menjadi relawan satgas Covid-19. Mahasiswa dapat pula menjadi relawan dengan menyalurkan bantuan logistik makanan bergizi, vitamin, masker dan lain sebagainya. Dengan begitu segala elemen yang ada saling bahu-membahu untuk menyudahi penyebaran Covid-19.

BAB II

METODE PELAKSANAAN

Dalam metode pada artikel ini menggunakan metode pengabdian karena metode pengabdian ini merupakan sebuah proses kegiatan mencari kebenaran terhadap suatu fenomena ataupun fakta yang terjadi dengan cara yang terstruktur dan sistematis. Proses ini biasanya dilakukan oleh ilmuwan atau pakar yang berhubungan dengan hal yang akan dicari kebenarannya. Misal ada sebuah pengabdian yang akan menemukan fakta tentang unsur budaya yang hilang di Indonesia. Maka yang melakukan pengabdian adalah pakar budaya atau orang yang benar-benar paham tentang kebudayaan. Jadi, secara sederhana, arti dari pengabdian adalah upaya untuk mengetahui sebuah fenomena dengan rangkaian yang sistematis.

Menurut Sugiyono (2013:2), Metode pengabdian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan. Menurut Darmadi (2013:153), Metode pengabdian adalah suatu cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan kegunaan tertentu. Cara ilmiah berarti kegiatan pengabdian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan yaitu rasional, empiris, dan sistematis. Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa metode pengabdian adalah suatu cara ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Pada artikel ini jenis penelitiannya menggunakan metode pengabdian kuantitatif, metode pengabdian kuantitatif merupakan salah satu jenis pengabdian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga membuat desain penelitiannya. Menurut Kasiram (2008: 149) dalam bukunya Metodologi Pengabdian Kualitatif dan Kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menganalisis keterangan mengenai apa yang ingin diketahui.

Dengan pengambilan permasalahan pada artikel ini bisa di selesaikan dengan menggunakan metode pengabdian kuantitatif dan juga sangat mudah pengambilan datanya sehingga bisa menghasilkan data yang bagus, sistematis dan terencana dengan baik. Selain itu pada judul artikel ini peneliti memilih terjun langsung atau turun tangan ke masyarakat menggunakan metode senam sehat, dan mematuhi protokol kesehatan, yang mana metode ini

bisa menghasilkan sebuah data yang bagus jika di kaitkan dengan metode pengabdian kuantitatif, sehingga kami bisa menemukan kepuasan dalam pengambilan pengabdian.

BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN

Berbicara tentang masalah hasil terhadap pengabdian yang sudah dilaksanakan pada desa Ellak- Daya, ternyata masyarakat sangat mengantusias terhadap kedatangan mahasiswa karena masyarakat mengetahui dampak covid 19 ini sangat begitu berbahaya dan tidak bisa diremehkan, masyarakat di desa bringin kebingungan untuk menyikapi permasalahan yang sudah terjadi atau melanda di Negara ini (covid 19). masyarakat membutuhkan seseorang yang bisa mengajak atau mendorong masyarakat supaya selalu mematuhi protokol kesehatan yang sudah ada, agar penyebaran virus covid 19 ini tidak terjadi pada desanya,

Dengan adanya pengabdian ini bisa membantu masyarakat desa Ellak-Daya untuk mengajak berperilaku hidup sehat, bersih dan lebih mematuhi protokol kesehatan diantaranya adalah menjaga kebersihan, selalu memakai masker, cuci tangan atau selalu gunakan handsainitezer, dan selalu menjaga jarak minimal 1 meter. Dengan ajuran protokol kesehatan ini masyarakat bisa terhindar dari penyebaran virus covid 19.

Cara yang digunakan pada saat pengabdian, saya membuat rencana yang rencana tersebut adalah seperti pembagian masker, ahansanitaiser DLL, dan cara mengatasinya atau mencegahnya. Terkait dengan metode diatas saya membutuhkan kosep yang bagus supaya masyarakat bisa merasakan kepuasan terhadap sosialisasi yang saya sampaikan dan juga bisa mengerjakannya, maka perlu dilakukan gerakan atau contoh yang dikerjakan mahasiswa pengabdian supaya masyarakat bisa menirunya seperti, memakai masker ketika melakukan aktifitas, melakukan cuci tangan sebelum menyentuh sesuatu dan lain sebagainya. kemudian cara tersebut bisa di sampaikan langsung ke masyarakat atau keluarga dengan cara mempraktekan tentang ajuran protokol kesehatan supaya bisa mengerjakan dan memahaminya. Selain itu saya juga membagi-bagi masker kepada masyarakat, mengajak masyarakat senam sehat yang dilakukan setiap minggu, semua itu merupakan salah satu bentuk dari strategi atau cara mencegah terjadinya penyebarab covid 19.

Hal-hal yang perlu di pesiapkn dalam melakukan atau melaksanakan sosialisasi covid 19 membutuhkan waktu yang tidak begitu lama. Berikut ini merupakan gambar dari sebelum pelaksanaan dan sesudah pelaksanaan kegiatan sosialisasi covid 19.



Gambar 3. 1 : Proses Pengajuan Surat Ke Balai Desa Ellak-Daya

Proses Membantu Aparat Desa yang berisi tentang cara mencegah covid 19 diantaranya ,selau pakai masker,cuci tangan dan gunakan hand sanitizer,dan jaga jarak minimal 1 meter.



Gambar 3.2 : Pemberian Masker Kepada Masyarakat

Dalam jumlah masyarakat yang sangat banyak tentunya saya menggunakan strategi sosialisasi dengan cara pemberian masker yang semua masyarakat bisa mengetahui tentang ajuran protokol kesehatan,yang mana hal ini saya terapkan di tempat yang banyak masyarakat seperti masjid ketika masyarakat melakukan ibadah dan jama'ah, sualayan atau toko dimana tempat itu merupakan tempat masyarakat berbelanja kebutuhan pokok sehari-hari,dan tempat

yang terakhir adalah balai desa supaya aparat desa mengetahui dan dimana balai desa merupakan tempat musawarahnya masyarakat desa setempat.



Gambar 3.3 : Sosialisasi Covid 19 Dengan Cara Senam Sehat

Caras senam sehat merupakan cara yang sangat baik bagi masyarakat untuk memahami dan mempraktekan langsung apabila masyarakat kebingungan terhadap langkah-langkah untuk mencegah penyebaran covid 19. Tugas mahasiswa memberikan penjelasan yang sangat detail kepada masyarakat supaya bisa mengerjakannya dengan baik supaya bisa mengurangi terhadap penyebaran covid 19.

Pada pembahasan terhadap artikel yang saya buat tentunya timbul dari permasalahan yang terjadi pada desa saya sendiri yaitu kurangnya masyarakat terhadap mematuhi protokol kesehatan pada desa yang saya abdi. masyarakat setempat masih melakukan aktifitas atau perilaku yang tidak bersih pada desanya sendiri yang mana perbuatan tersebut merupakan salah satu bentuk dari penyebaran covid 19.

Sesuai dengan teori yang saya kutip dari artikel Ari Fadli Coronavirus atau virus corona merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas ringan hingga sedang, seperti penyakit flu. Banyak orang terinfeksi virus ini, setidaknya satu kali dalam hidupnya. Namun, beberapa jenis virus corona juga bisa menimbulkan penyakit yang lebih serius, seperti:

- a) Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV).
- b) Pneumonia

SARS yang muncul pada November 2002 di Tiongkok, menyebar ke beberapa negara lain. Mulai dari Hongkong, Vietnam, Singapura, Indonesia, Malaysia, Inggris, Italia, Swedia, Swiss, Rusia, hingga Amerika Serikat. Epidemi SARS yang berakhir hingga pertengahan 2003 itu menjangkiti 8.098 orang di berbagai negara. Setidaknya 774 orang mesti kehilangan

nyawa akibat penyakit infeksi saluran pernapasan berat tersebut. Sampai saat ini terdapat tujuh coronavirus (HCoV) yang telah diidentifikasi, yaitu:

- a) HCoV-229E.
- b) HCoV-OC43.
- c) HCoV-NL63.
- d) HCoV-HKU1.
- e) SARS-COV (yang menyebabkan sindrom pernapasan akut).
- f) MERS-COV (sindrom pernapasan Timur Tengah).
- g) COVID-19 atau dikenal juga dengan Novel Coronavirus (menyebabkan wabah pneumonia di kota Wuhan, Tiongkok pada Desember 2019, dan menyebar ke negara lainnya mulai Januari 2020. Indonesia sendiri mengumumkan adanya kasus covid 19 dari Maret 2020.

Kemudian pada teori tersebut menjelaskan tentang gejala covid 19. ada 3 gejala umum yang bisa menandakan seseorang terinfeksi virus Corona, yaitu: Demam (suhu tubuh di atas 38 derajat Celsius), Batuk, Sesak napas. Gejala-gejala COVID-19 ini umumnya muncul dalam waktu 2 hari sampai 2 minggu setelah penderita terpapar virus Corona.

Kemudian teori tersebut menjelaskan tentang pencegahan covid 19, merupakan suatu bentuk dari pencegahan yang terdapat pada teori Ari Fadli adalah :

- a) Terapkan physical distancing, yaitu menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain,
- b) dan jangan dulu ke luar rumah kecuali ada keperluan mendesak.
- c) Gunakan masker saat beraktivitas di tempat umum atau keramaian.
- d) Rutin mencuci tangan dengan air dan sabun atau hand sanitizer yang mengandung alkohol minimal 60%, terutama setelah beraktivitas di luar rumah atau di tempat umum.
- e) Jangan menyentuh mata, mulut, dan hidung sebelum mencuci tangan.
- f) Tingkatkan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat.
- g) Hindari kontak dengan penderita COVID-19, orang yang dicurigai positif terinfeksi virus Corona, atau orang yang sedang sakit demam, batuk, atau pilek.
- h) Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat batuk atau bersin, kemudian buang tisu ke tempat sampah.
- i) Jaga kebersihan benda yang sering disentuh dan kebersihan lingkungan, termasuk kebersihan rumah.

Pada teori yang saya dapat, saya dapat memberikan penjelasan kepada masyarakat di desa Ellak- Daya dengan jelas, karena teori tersebut di atas merupakan bekal saya untuk menyampaikan sosialisasi covid 19 dan bisa saya jadikan referensi. Penyampaian atau penjelasan sosialisasi covid 19 saya menggunakan bahasa campuran antar bahasa Indonesia dan Madura yang sering digunakan pada masyarakat desa setempat, supaya penjelasan tentang covid 19 itu mudah dipahami oleh masyarakat dan juga bisa mengerjakannya langsung .

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

Masyarakat membutuhkan banyak informasi dan ilmu pengetahuan tentang perilaku hidup bersih, dengan adanya perilaku tidak bersih khususnya yang terjadi pada masyarakat yang ada di pelosok desa kita selaku mahasiswa perlu mengajarkan, memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang pencegahan covid 19, dan mahasiswa perlu turun langsung ke lapangan untuk memberitahu tentang cara mencegah covid 19 melalui anjuran protokol kesehatan.

Supaya masyarakat desa setempat terhindar dari covid 19 selain mengikuti anjuran protokol kesehatan maka perlu juga tenaga mahasiswa untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat supaya masyarakat desa setempat terhindar dari penyebaran covid 19.

REFRENSI

- Anwar, R., & Djatmiko, D. (2019). Aplikasi Herbisida Ramah Lingkungan pada Kelompok Tani Desa Kungkai Baru Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma. *Abdihaz: Jurnal Ilmiah Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(1), 9. <https://doi.org/10.32663/abdihaz.v1i1.749>
- Machfuzhoh, A. (2020). Pengelolaan Keuangan Bagi Masyarakat Desa Wisata Kampung Bambu Desa Banyuresmi Pandeglang. *Jurnal Pengabdian Dan Peningkatan Mutu Masyarakat (Janayu)*, 1(1), 88–94. <https://doi.org/10.22219/janayu.v1i1.11187>
- Malik, N., Pramuja, R. A., & Arifin, Z. (2020). Peningkatan Pemasaran Berbasis Digital Seni Rupa Topeng Malangan. *Jurnal Pengabdian Dan Peningkatan Mutu Masyarakat (Janayu)*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.22219/janayu.v1i1.11135>
- Mochamad Mas'ud, Rukma Nur Patriya, & Januar Sasongko. (2017). Pengolahan Sumber Daya Air Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat Di Desa Karangrejo Dusun Gutean Kecamatan Purwosari Kabupaten Pasuruan. *Engagement : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.29062/engagement.v1i1.2>
- Prastiwi, B. K., Widyatmoko, F. A., Setiyawan, Ratimiasih, Y., & Zhannisa, U. H. (2020). PKM Pemberdayaan Senam di Dusun Tlogo Kecamatan Tuntang Bertika. *Jurnal Pengabdian Olahraga Di Masyarakat*, 2(40), 10–12.
- Rosmaini, R., Arnita, A., & Rozi, F. (2018). Keterampilan Literasi Untuk Meningkatkan Budaya Suka Baca Di Sekolah Amalia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 23(4), 423. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v23i4.8603>
- Septikasari, M. (2018). Kader Kesehatan Sebagai Konselor Gizi Anak. *AKSIOLOGIYA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 15–21. <https://doi.org/10.30651/aks.v2i1.1185>
- Soputan, G. J. (2018). Peningkatan Kapasitas Wirausaha Perempuan Melalui Usaha Rumah Tangga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 23(4), 390. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v23i4.8991>
- Sumiati, S., & Mada, R. D. (2018). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga melalui Pembinaan Wirausaha Mandiri Pembuatan Sabun Milan dan Kerupuk Ampas Tahu. *Wikrama*

Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(1), 38.
<https://doi.org/10.30656/jpmwp.v2i1.385>

Lampiran 2. Deskripsi Kegiatan

NO	NAMA	BIDANG ILMU	KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
1	Ainur Rasyid, M.Pd. (NIDN. 0711118801)	Kondisi Fisik	<ul style="list-style-type: none"> • Membuat Materi • Memberikan materi • Menyiapkan protokol kesehatan 	5 jam/hari
2	Andi Fepriyanto, M.Pd (NIDN. 0707028901)	Perencanaan dan evaluasi pembelajaran penjas	<ul style="list-style-type: none"> • Menyiapkan instrumen pengabdian • Menmemberikan materi di lapangan 	3 jam/hari
3	AINOER RIFKA ANNISAK(NPM. 18852011A001934)	Mahasiswa olahraga	<ul style="list-style-type: none"> • Menyiapkan instrumen yang dibutuhkan • Membantu di lapangan • Membantu proses peabdian seperti pemberian masker dan tata cara hidup sehat 	2jam /hari