

## **PROGRAM OLAHRAGA BERSAMA DALAM MENCEGAH PENULARAN DAN PENYEBARAN COVID-19 DI PONDOK PESANTREN NUU WAAR AL-FATIH KAAFFAH NUSANTARA KECAMATAN SETU KABUPATEN BEKASI JAWA BARAT.**

**Abida Gulam<sup>1</sup> dan Dr. Nani Nuraini Muksin, M.Si<sup>2</sup>**

1. Jurusan Manajemen Perbankan Syariah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kecamatan. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419
2. Jurusan Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kecamatan. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

[abidagulam@gmail.com](mailto:abidagulam@gmail.com) , [naninuraininuksin@umj.ac.id](mailto:naninuraininuksin@umj.ac.id)

### **ABSTRAK**

Sudah dilaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ 2021, dengan bermitra di Pondok Pesantren Nuu Waar Yayasan Al-Fatih Kaaffah Nusantara (AFKN) Kampung Bunut. RT. 002 RW 06. Desa Taman Sari. Kecamatan Setu. Kabupaten Bekasi. Provinsi Jawa Barat. yang merupakan salah satu wujud pengabdian mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ) kepada masyarakat dengan tujuan memberikan bantuan kepada masyarakat berupa ilmu, tenaga bersama mitra. Tujuan dari program KKN pada tahun ini adalah Pelaksanaan Olahraga Bersama dalam Mencegah Penularan dan Penyebaran Covid-19 bersama mitra.

**Kata Kunci:** Covid-19, Olahraga, Mitra

### **ABSTRACT**

*The UMJ 2021 Real Work Lecture (KKN) has been carried out, in partnership at the Nuu Waar Islamic Boarding School, Al-Fatih Kaaffah Nusantara (AFKN) Kampung Bunut Foundation . RT . 002 RW 06 . Taman Sari Village . Setu District . Bekasi Regency . West Java province. which is a form of student service from Muhammadiyah Jakarta University (UMJ) to the community with the aim of providing assistance to the community in the form of knowledge, energy and partners. The purpose of this year's KKN program is the Implementation of Joint Sports in Preventing Transmission and spread of Covid-19 together partner.*

**Keywords:** Covid-19, Sports, Partners

## **1. PENDAHULUAN**

Kuliah Kerja Nyata atau KKN adalah sebuah konsep yang menghubungkan studi akademis dengan pengalaman praktis pengabdian masyarakat. Kuliah Kerja Nyata (KKN) muncul dari konsep atas kesadaran mahasiswa sebagai calon sarjana untuk dapat memanfaatkan sebagian waktu belajarnya menyumbangkan pengetahuan dan ilmu yang telah diperolehnya secara langsung dalam membantu memecahkan dan melaksanakan pembangunan di dalam kehidupan masyarakat. Dari berbagai pengalaman menunjukkan bahwa peranan mahasiswa dalam berbagai kegiatan telah memberikan bukti-bukti serta memperkaya akan arti dan peran mahasiswa sebagai tenaga kerja terdidik dalam berbagai aspek kegiatan pembangunan.

Tiga Perguruan Tinggi pada tahun 1971, yaitu Universitas Gadjah Mada (UGM), Universitas Hasanuddin (Unhas), dan Universitas Andalas (Unand), pada awalnya melaksanakan kegiatan yang merupakan proyek perintis yang dikenal dengan “Pengabdian Mahasiswa kepada Masyarakat”. Makna dari arti penting tersebut semakin dipertegas dengan ucapan Presiden RI saat Dies Natalis UGM bulan Februari 1971 yang menyatakan “agar setiap mahasiswa belajar di Desa dalam jangka waktu tertentu. tinggal dan bekerja membantu masyarakat pedesaan. memecahkan persoalan pembangunan sebagai bahan dari kurikulumnya”. Sejak saat itu akhirnya Dirjen Pendidikan Tinggi berkesimpulan untuk

mengembangkan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa di perguruan tinggi secara nasional. Pengalaman, pemikiran, dan berbagai informasi yang ada maupun berbagai hasil evaluasi yang selalu diadakan terhadap pengalaman KKN di Perguruan Tinggi secara ilmiah mengungkapkan bahwa KKN memberikan manfaat dalam proses belajar baik bagi mahasiswa maupun masyarakat di dalam menangani dan memecahkan masalah-masalah pembangunan masyarakat.

Dewasa ini sebelum pandemi tentunya, pelaksanaan KKN sudah menjadi kegiatan nasional. Dimana beberapa perguruan tinggi tidak hanya melaksanakan KKN di wilayah lokasi perguruan tingginya saja, namun juga ke berbagai daerah, provinsi, dan kabupaten di seluruh Indonesia. Bahkan ada juga yang dikirim ke wilayah-wilayah tertinggal, terpencil, dan wilayah berbatasan. Pada awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan suatu wabah penyakit yang disebut virus Covid-19 atau biasa disebut juga dengan virus corona. Sejak awal terjadinya wabah penyakit ini sampai sekarang angka kejadian covid-19 ini terus mengalami peningkatan yang sangat pesat di berbagai bagian dunia termasuk Negara Indonesia. WHO sendiri telah menyatakan bahwa wabah covid merupakan keadaan darurat kesehatan global sejak awal bulan Januari 2020 tersebut.

Dalam penanganan kasus Covid-19 ini, pemerintah sangat berusaha untuk mengurangi jumlah angka kenaikan kasus Covid-19 di

Indonesia. Dalam upaya tersebut, pemerintah mengadakan program yang dinamakan dengan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) yang ditetapkan pada tanggal 4 Mei 2020 lalu. PSBB itu sendiri merupakan istilah kekarantina kesehatan di Indonesia yang di definisikan sebagai pembatasan kegiatan tertentu penduduk dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi penyakit dan/atau terkontaminasi sedemikian rupa untuk mencegah kemungkinan penyebaran penyakit atau kontaminasi. Program tersebut awalnya cukup berhasil, akan tetapi lama kelamaan menjadi kurang maksimal karena masih banyaknya masyarakat yang melanggar dan tidak mematuhi aturan yang sudah dibuat oleh pemerintah tersebut. Karena jumlah kasus yang mulai meningkat tersebut, pemerintah kembali mengadakan program yang bernama PPKM ( Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) di Indonesia. Program ini sama seperti halnya dengan PSBB sebelumnya dimana merupakan suatu kebijakan pemerintah Indonesia sejak awal tahun 2021 untuk menangani pandemi Covid-19 di Indonesia guna mengurangi jumlah warga yang terkena virus tersebut.

Karena semakin meningkatnya jumlah kasus Covid-19 ini, kami menjadi berminat untuk mengadakan program, yang dimana program tersebut bisa menjaga kesehatan dan tidak mudah terserang virus Covid-19. Sehingga pemilihan program yang dilakukan adalah pelaksanaan olahraga bersama. Olahraga merupakan salah satu cara paling praktis dan

sederhana untuk menjaga kesehatan tubuh, tetapi masih sering kali terabaikan. Padahal, dengan berolahraga dan aktif bergerak secara rutin, tubuh dapat lebih bugar dan kesehatanpun akan tetap terjaga.

Yayasan Al-Fatih Kaaffah Nusantara (AFKN) adalah lembaga sosial kemasyarakatan yang fokus bergerak dalam bidang dakwah, pendidikan, sosial, dan pengembangan Sumber Daya Manusia. AFKN (Al-Fatih Kaaffah Nusantara) diprakarsai oleh KH.M.Zaff Fadzlan Rabbani Al Garamatan bin Machmud bin Abu Bakar bin Husein bin Puar bin Abu Tholib Garamatan yang merupakan pria asli Papua. Lahir dari keluarga muslim, Patipi 17 Mei 1969. Yayasan AFKN (Al-Fatih Kaaffah Nusantara) berdiri di Desa Patipi, Kecamatan Kokas, Kabupaten Fakfak, Provinsi Papua Barat. Dilatar belakangi oleh kondisi masyarakat Papua atau yang kami sebut dengan “NUU WAAR” yang tak kunjung terangkat harkat dan martabatnya akibat dari tindakan pembodohan terhadap masyarakat setempat. Dan nyatanya jazirah Nuu Waar tersebut merupakan bagian dari Negara Kesatuan Republik Indonesia.

## **2. METODE**

Dalam pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Berbasis Online tahun ini penulis menggunakan metode observasi sebagai kegiatan pemula. Observasi yaitu pengamatan langsung lapangan. Pada metode pengamatan ini, keterwakilan kelompok terjunn langsung ke lapangan

untuk mengamati secara langsung pelaksanaan kegiatan KKN, kegiatan-kegiatan. Data yang diperlukan dalam metode pengamatan ini adalah mengamati secara langsung di lokasi, pelaksanaan proses, kegiatan-kegiatan program bersama mitra KKN.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan olahraga bersama sebagai bentuk pencegahan penyebaran dan penularan covid-19 diikuti oleh semua Santri dan para Ustadz dan Ustadza Pondok Pesantren Nuu Waar Yayasan Al-Fatih Kaaffah Nusantara (AFKN). Dalam tahapan pelaksanaannya dilakukan melalui 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan penutup.

##### 1. Persiapan

Para mahasiswa dan para Ustad dan Ustadza bersama-sama mengarahkan para santri untuk bersiap-siap serta menggunakan pakaian atau seragam olahraga lalu bersama-sama ke tempat olahraga (lapangan podok yayasan)

##### 2. Pelaksanaan

Mahasiswa KKN juga para Ustad dan Ustadzah sebagai pemandu gerakan atau pemimpin gerakan olahraga yang diarahkan melalui hitungan dan jenis gerakan lalu di ikuti oleh para santri untuk

olahraga senam. Sedangkan olahraga bola kaki dilakukan oleh santriwan (santri laki-laki) setelah senam bersama dilakukan. Para mahasiswa mengarahkan para santriwan ke lapangan bola kaki lalu di ajarkan teknik bermain bola kaki. Setelah diajarkan teknik permainan, maka para santriwan mulai bermain bola kaki dan dipantau oleh Mahasiswa sampai selesai.

##### 3. Penutup

Mahasiswa KKN juga para Ustad dan Ustadzah beserta para santri melakukan pendindinginan, yakni suatu kegiatan akhir dari langkah-langkah berolahraga secara baik dan benar. Kemudian para Mahasiswa KKN juga para Ustad dan Ustadzah membubarkan kegiatan olahraga tersebut dan mengarahkan para santri untuk kembali ke tempatnya masing-masing.

Berdasarkan kondisi atau fakta di lapangan, pelaksanaan program olahraga bersama dalam pencegahan penyebaran serta penularan Covid-19 di Pondok Pesantren Nuu Waar Yayasan Al-Fatih Kaaffah Nusantara (AFKN) terlaksana dengan baik. Kegiatan olahraga tersebut merupakan bagian dari program mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta 2021 kelompok

17. Pemilihan program kegiatan olahraga dimaksud dikarenakan Olahraga memiliki banyak manfaat dan merupakan salah satu cara paling praktis dan sederhana untuk menjaga kesehatan tubuh lebih-lebih dalam kondisi wabah corona virus yang sedang melanda negeri Indonesia ini.



#### B. Hasil Evaluasi Pelaksanaan

Hasil evaluasi pelaksanaan program olahraga bersama sebagai upaya pencegahan penyebaran dan penularan Covid-19 diketahui hasil bahwa pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar dan tidak memiliki kendala. Kesemuanya dikarenakan antusias para santri juga pimpinan yayasan yang sangat tinggi dalam berpartisipasi atas kegiatan dimaksud serta olahraga bersama merupakan suatu program yang bagus dan tepat untuk

dilakukan dalam kondisi bangsa yang dilanda wabah covid-19 saat ini.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan program olahraga bersama yang merupakan salah satu dari program KKN kelompok 17, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa program KKN yakni pelaksanaan olahraga bersama merupakan suatu program yang sangat baik untuk dilakukan karena olahraga merupakan salah satu cara paling praktis dan sederhana untuk menjaga kesehatan tubuh lebih-lebih pada kondisi pandemi Covid-19 yang sedang merongrong bangsa ini, sehingga melalui olahraga secara rutin dapat mencegah penyebaran dan penularan covid-19.

#### DAFTAR PUSTAKA

Aginam, Obijiofor. 2020. Globalization of health insecurity: The World Health Organization and The New International Health Regulations. *Medicine and Law*, Vol. 25(4), 663-672.

Gama, Elvis. 2015. Health Insecurity and Social Protection: Pathways, Gaps, and Their Implications on Health Outcomes and Poverty. *Int J Health Policy Manag*, Vol. 5(3), 183-187.

<https://desaduwetblog.wordpress.com/tujuan-kuliah-kerja-nyata-kkn/>

<https://www.uny.ac.id/akademik/kknpp1-kkn>

<https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/who-rights-roles-respon-hw->

[covid-19.pdf?sfvrsn=bcabd401\\_0](#)

(Diakses pada tanggal 22 Agustus 2020)

Petunjuk Teknis Impelementasi PSN 3 M-PLUS, KemenKes 2016

UNOCHA. 2020. Global Humanitarian Response Plan COVID-19, <https://www.unocha.org/sites/unocha/files/Global-Humanitarian-Response-Plan-COVID-19.pdf> (Diakses pada tanggal 22 Agustus 2020).

World Health Organization (WHO). 2020. Coronavirus Disease (COVID-19) Outbreak: Rights, Roles, and Responsibilities of Health Workers, Including Key Considerations for Occupational Safety and Health.