

LAPORAN PKM INSTITUSIONAL FIK UNY TAHUN 2022



Judul:
**PENINGKATAN KAPASITAS GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
KESEHATAN DALAM MENGEMBANGKAN AKTIVITAS JASMANI UNTUK
KESIAPSIAGAAN BENCANA**

Diusulkan Oleh

Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D./NIP. 19791112 200312 1 002
Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or./NIP. 19770218 200801 1 002
Saryono, S.Pd.Jas., M.Or./NIP. 19811021 200604 1 001
Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, S.Or., M.Or./NIP. 19821214 201012 2 004
Dr. Yudanto, S.Pd., Jas., M.Pd./NIP. 19810702 200501 1 001
Resti Molina Fizi/NIM. 21609261002
Faisal Hadi Pratama/NIM. 21609261007
Afif Dwi Nugraha/NIM. 21609261005
Sisca Tri Maryana/NIM. 20733251010

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PKM INSTITUSIONAL
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2022

1. Judul : Peningkatan Kapasitas Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dalam mengembangkan Aktivitas Jasmani untuk Kesiapsiagaan Bencana
2. Ketua Pelaksana :
 - a. Nama Lengkap dengan Gelar : Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.
 - b. N I P : 19791112 200312 1 002
 - c. Pangkat / Golongan : IV/c, Pembina Utama Muda
 - d. Jabatan Fungsional : Guru Besar
 - e. Fakultas / Jurusan : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Pendidikan Jasmani - S3
 - f. Bidang Keahlian :
 - g. Alamat Rumah : Griya Purwa Asri C-217, Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta
 - h. No. Telp. Rumah/ HP : +6281315196479
3. Personalia :
 - a. Jumlah Anggota Pelaksana : 4 orang
 - b. Jumlah Pembantu Pelaksana : 2 orang
 - c. Jumlah Mahasiswa : 4 orang
4. Jangka Waktu Penelitian : 5.73 bulan
5. Bentuk Kegiatan : Pelatihan
6. Sifat Kegiatan :
7. Anggaran Biaya yang Diusulkan :
 - a. Sumber dari DIPA FIK : Rp. 10.000.000,00 UNY tahun 2022 - FIK
 - b. Sumber Lain (.....) : Rp.Jumlah : Rp.

Mengetahui,
Dekan FIK,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Yogyakarta, 20 April 2022
Ketua Pelaksana


Prof. Soni Nopembri, Ph.D.
NIP. 19791112 20031 2 1002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia yang telah dilimpahkan-Nya sehingga laporan PkM Institusional ini terselesaikan dengan baik. Penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan motivasi sehingga laporan ini dapat tersusun dengan baik.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memfasilitasi penyusunan laporan PkM Institusional

Semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut.

Yogyakarta, 28 Oktober 2022



Prof. Soni Nopembri, Ph.D.

NIP. 19791112 20031 2 1002

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	iv
Daftar Tabel	v
Daftar Gambar	vi
Daftar Lampiran	vii
Abstrak	viii
A. Analisis Situasi	1
B. Landasan Teori/Kajian Pustaka	2
C. Identifikasi dan Perumusan Masalah	3
D. Tujuan Kegiatan	4
E. Manfaat Kegiatan	4
F. Kerangka Pemecahan Masalah	5
G. Khalayak Sasaran	6
H. Metode Kegiatan	6
I. Hasil Pelaksanaan Kegiatan	7
J. Faktor Pendukung	8
K. Penghambat Kegiatan	9
L. Kesimpulan	9
M. Saran	11
1. Daftar Pustaka	12
2. Lampiran	12

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jadwal Susunan Acara	7
-------------------------------------	---

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah	5
Gambar 2. Narasumber Memberikan Materi Tentang Kesiapsiagaan Bencana	23
Gambar 3. Narasumber Memberikan Materi Aktivitas	23
Gambar 4. Peserta Guru PJOK Melakukan Diskusi	24
Gambar 5. Peserta Guru PJOK Melakukan Simulasi Aktivitas Kesiapsiagaan Bencana	24
Gambar 6. Peserta Guru PJOK Melakukan Simulasi Aktivitas Kesiapsiagaan Bencana	25
Gambar 7. Peserta Guru PJOK Melakukan Simulasi Aktivasi Kesiapsiagaan Bencana	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. IA PkM Institusional	21
Lampiran 2. Foto Kegiatan	23
Lampiran 3. Surat Rekomendasi	26
Lampiran 4. Sertifikat Pelatihan	27
Lampiran 5. Materi PPT.....	28

ABSTRAK

Tujuan dilakukan kegiatan PPM ini bertujuan untuk melakukan pelatihan dan pendampingan untuk peningkatan kapasitas pada para guru PJOK di Sekolah Menengah Pertama Kabupaten Sleman dalam mengembangkan aktivitas jasmani untuk kesiapsiagaan bencana. Khalayak sasaran kegiatan PPM ini adalah para guru PJOK Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Sleman, DIY sebanyak 30 orang. Metode dalam kegiatan PPM ini (1) kegiatan pelatihan dalam bentuk paparan presentasi, (2) diskusi terbimbing dilakukan dalam bentuk kelompok kecil dari semua peserta yang dipimpin oleh tim pengadi yang melibatkan pemateri praktisi kebencanaan, pemateri ahli pendidikan jasmani dan ahli kurikulum penjas, (3) menyelenggarakan praktik penyusunan dokumen tentang hasil temuan aktivitas jasmani dari para guru yang akan diberikan masukan dan dicobakan melalui simulasi praktik di lapangan kemudian akan di dokumentasikan menjadi sebuah temuan baru yang harapannya dapat dijadikan menjadi hak cipta. Hasil kegiatan PPM berupa pelatihan secara luring dapat berjalan dengan baik dan lancar. Para peserta mendapatkan pengetahuan tentang kebijakan, konsep, pengalaman, dan praktik pengurangan resiko bencana di Sekolah. Kesiapsiagaan tidak hanya terkait lingkungan dan infrastruktur, tetapi juga kesiapsiagaan orang (people) sangat penting dikembangkan melalui berbagai pendekatan termasuk pendidikan. Guru meningkat kapasitasnya dengan mampu membuat beberapa aktivitas jasmani yang dapat disesuaikan dengan jenis bencana yang mengancam di area sekolahnya dan mampu memberikan penjelasan tujuan dari melakukan aktivitas tersebut. Guru menjadi memahami bahwa PJOK mampu diintegrasikan dengan aktivitas jasmani dan kesiapsiagaan bencana.

Kata kunci: pelatihan, kapasitas, kesiapsiagaan bencana.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Bencana adalah kejadian yang luar biasa yang sulit diprediksi. Keberadaan Catatan sejarah kejadian bencana Kabupaten Sleman berdasarkan sumber Data dan Informasi Bencana Indonesia (DIBI) dengan batasan pada 10 lingkup bencana. Kejadian bencana yang tercatat pada DIBi merupakan kejadian dalam tentang tahun 1976 sampai 2016. Dalam rentang tahun kejadian tersebut, tercatat 6 (enam) jenis bencana yang pernah terjadi di Kabupaten Sleman. Bencana tersebut adalah banjir, tanah longsor, letusan gunungapi, gempabumi, cuaca ekstrim, dan kekeringan. Kejadian bencana yang pernah terjadi tersebut memberikan dampak, baik korban jiwa kerugian harta benda maupun kerusakan. Namun dokumen kajian risiko bencana Kabupaten Sleman tahun 2017 - 2021 menetapkan bahwa Kabupaten Sleman diketahui berdasarkan sejarah kejadian bencana dan kemungkinan kejadian bencana berdasarkan hasil analisa pengkajian risiko bencana terdapat 7 jenis adalah bencana banjir, banjir bandang, tanah longsor, letusan gunungapi, gempabumi, cuaca ekstrim, dan kekeringan Penelitian menunjukkan pentingnya kesiapsiagaan dalam lingkup pendidikan dan kesadaran dalam rangka pengurangan resiko bencana (PRB). Beberapa model pendidikan PRB yang diterapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang bencana, perencanaan, kebutuhan, pendekatan, alat, organisasi, konten, dan berbagai hambatan dalam pendidikan (Aghaei, Seyedin, dan Sanaeinasab, 2018).

Model pendidikan mitigasi bencana ini bisa dikolaborasikan dengan mata pelajaran IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial) yang menekankan isu maupun permasalahan sosial (Maryani, 2010). Melalui mata pelajaran olah raga dikolaborasikan dengan berbagai permainan memiliki hasil sangat efektif dalam mengatasi stres dan keterampilan pemecahan masalah pada anak-anak di daerah rawan bencana lereng Merapi (Nopembri, Sugiyama, Saryono, & Rithaudin, 2019). Ditemukan juga kesiapsiagaan dalam lingkup pendidikan berupa model pengembangan mitigasi bencana alam yang memiliki visi Science Environment Technology and Society (SETS) yang diintegrasikan dengan mata pelajaran IPA (Ilmu Pengetahuan Alam) untuk di tingkat pendidikan dasar dan menengah (A. Rusilowati, Supriyadi, A. Binadja, Mulyani, 2012). Dari beberapa penelitian tersebut belum tentu bisa diterapkan di Kabupaten Sleman. Kurangnya kemampuan guru PJOK dalam mengembangkan aktivitas-aktivitas jasmani untuk membantu meningkatkan kesiapsiagaan bencana perlu dilakukan.

Dalam permasalahan diatas adalah meningkatkan Kapasitas Guru PJOK dalam mengembangkan Aktivitas Jasmani untuk Kesiapsiagaan Bencana di SMP se- Kabupaten Sleman. Penyusunan dokumen aktivitas jasmani diharapkan mampu meningkatkan kesiapsiagaan guru dan siswa dalam menghadapi situasi darurat. Kapasitas pengetahuan guru dapat dikembangkan melalui mutu pendidikan dengan cara mengoptimalkan semua sumberdaya yang dan perangkat pembelajaran yang mendukung keberhasilan pembelajaran yang sesuai dengan permasalahan yang ada di lingkungannya. Guru merupakan sumberdaya yang pertama dan utama dalam peningkatan mutu pendidikan (Darmi et al., 2020). Mutu pendidikan ditentukan bagaimana proses belajar mengajar yang dilakukan guru dapat terlaksana dengan efektif dan efisien. Aktivitas Jasmani yang bertujuan untuk kesiapsiagaan bencana merupakan suplemen materi yang perlu dirancang untuk sekolah di daerah rawan bencana di Kabupaten Sleman. Bentuk peningkatan kapasitas berupa paparan dari ahli kesiapsiagaan bencana, ahli pendidikan jasmani dan

ahli kurikulum PJOK. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan workshop penyusunan dokumen sejenis perangkat pembelajaran yang berisi aktivitas jasmani yang bertujuan untuk kesiapsiagaan bencana yang dilaksanakan oleh guru dan para tim pengabdian.

B. Landasan Teori/Kajian Pustaka

Bencana adalah kejadian yang luar biasa yang sulit diprediksi. Keberadaan Catatan sejarah kejadian bencana Kabupaten Sleman berdasarkan sumber Data dan Informasi Bencana Indonesia (DIBI) dengan batasan pada 10 lingkup bencana. Kejadian bencana yang tercatat pada DIBI merupakan kejadian dalam tentang tahun 1976 sampai 2016. Dalam rentang tahun kejadian tersebut, tercatat 6 (enam) jenis bencana yang pernah terjadi di Kabupaten Sleman. Bencana tersebut adalah banjir, tanah longsor, letusan gunungapi, gempa bumi, cuaca ekstrim, dan kekeringan. Kejadian bencana yang pernah terjadi tersebut memberikan dampak, baik korban jiwa kerugian harta benda maupun kerusakan. Namun dokumen kajian risiko bencana Kabupaten Sleman tahun 2017 - 2021 menetapkan bahwa Kabupaten Sleman diketahui berdasarkan sejarah kejadian bencana dan kemungkinan kejadian bencana berdasarkan hasil analisa pengkajian risiko bencana terdapat 7 jenis adalah bencana banjir, banjir bandang, tanah longsor, letusan gunungapi, gempa bumi, cuaca ekstrim, dan kekeringan.

Dengan demikian potensi ini juga akan berdampak pada sekolah. Peran sekolah dalam pendidikan kebencanaan dibutuhkan. Mitigasi bencana harus menjadi bagian dari budaya dan *local wisdom* masyarakat Sleman. Oleh karena itu pembinaan dan pelatihan cara penanggulangan bencana harus dimulai sejak dini. Mitigasi bencana harus diperkenalkan dan diajarkan di bangku sekolah, bahkan sejak jenjang yang paling bawah. Siswa-siswa sangat perlu diberi pemahaman dan pembinaan bagaimana cara penanggulangan dan mitigasi bencana, demikian jelas Iswoyo (<http://www.slemankab.go.id/>, 2015). Adanya musibah susur sungai di Turi menjadi refleksi yang berharga untuk siswa dan guru dalam menghadapi situasi darurat. Program simulasi evakuasi bencana alam biasanya dilakukan hanya satu tahun sekali atau bahkan tidak pernah dilakukan oleh sekolah. Kemampuan guru di sekolah perlu dimaksimalkan dalam situasi darurat khususnya bencana. Biasanya yang terjadi Guru PJOK yang menjadi koordinator lapangan untuk evakuasi jika terjadi keadaan darurat seperti kejadian bencana. Berdasarkan data dari pemda kabupaten sleman yang dilansir melalui website <http://www.slemankab.go.id> terdapat 104 sekolah menengah pertama yang terdiri dari 54 sekolah negeri dan 50 sekolah swasta. Dari sekolah tersebut pastinya tidak semua sekolah memiliki potensi bencana yang sama, namun kesiapsiagaan terhadap bencana akan sangat membantu guru untuk mengevakuasi siswa dalam keadaan darurat seperti bencana. Adapun salah satu mata pelajaran yang dapat digunakan untuk menghabituisasi kegiatan kesiapsiagaan yang bersifat psikomotorik dapat dilakukan melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Selama ini kegiatan PJOK banyak diisi tentang pembelajaran keterampilan memainkan beberapa jenis olahraga sesuai dengan kurikulum. Namun ada potensi yang menarik yang bisa dilakukan melalui PJOK untuk dapat memberikan injeksi aktivitas jasmani yang bertujuan untuk kesiapsiagaan.

Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki manfaat pada kondisi fisik jangka panjang yang menjadi tujuan utama dalam program pengembangan kesehatan pada para siswa. Aktivitas fisik dikaitkan dengan berbagai manfaat kesehatan, seperti: semakin banyak aktivitas fisik, semakin besar manfaat kesehatan, jumlah aktivitas fisik yang sedikit pun dapat memberi manfaat kesehatan pada anak-anak berisiko tinggi (misalnya,

obesitas), aktivitas fisik minimal harus memiliki intensitas sedang dan aktivitas intensitas yang kuat dapat memberikan manfaat yang lebih besar, serta aktivitas berbasis aerobik memiliki manfaat kesehatan (Janssen and LeBlanc, 2010). Beberapa manifestasi aktivitas jasmani yang memberikan manfaat kesehatan bagi anak-anak terbukti pada otot dan tulang yang sehat dan fungsional, peningkatan kekuatan dan daya tahan tubuh, berkurangnya risiko penyakit kronis seperti kelebihan berat badan dan diabetes, peningkatan harga diri dan kesehatan psikologis (Archer, 2014). Aktivitas fisik diperlukan untuk perubahan yang menguntungkan dalam kesehatan rangka, kebugaran aerobik, dan kekuatan otot dan daya tahan, dan adipositas pada anak-anak yang kelebihan berat badan (Strong et al, 2005). Dengan aktivitas yang banyak memberikan kepercayaan diri siswa untuk melakukan gerak-gerak mendadak jika diperlukan.

Kemampuan jasmani yang diperoleh melalui pendidikan jasmani dan olahraga salah satunya adalah diperolehnya tingkat kebugaran jasmani yang baik terutama komponen-komponen yang terkait dengan kesehatan, seperti: komposisi tubuh, kelentukan, kekuatan dan daya tahan otot, serta daya tahan kardiorespirasi. Komponen kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan lebih penting untuk kesehatan umum dari pada komponen yang terkait dengan keterampilan/olahraga (Caspersen, Powell, Christenson, 1985). Pendidikan jasmani dapat memberi kesempatan kepada siswa tentang semua kemampuan dan minat dengan dasar pengalaman gerakan yang dirancang untuk membantu mereka menjalani gaya hidup aktif dan sehat dan memberikan bekal pada anak-anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang aman dan sehat sepanjang hidup mereka (Houston & Kulinna, 2014). Meningkatkan kebugaran fisik anak dapat memfasilitasi hasil positif termasuk meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan (Gu, Chang & Solmon, 2016). Pendidikan jasmani efektif dalam meningkatkan dan menjaga kebugaran fisik obyektif di kalangan siswa sekolah menengah sehingga hal ini dapat membantu guru merancang program yang memungkinkan pengembangan dan pemeliharaan kesehatan terkait kebugaran jasmani dalam lingkungan pendidikan jasmani (Mayorga-Vega, Montoro-Escañó, Merino-Marban, & Viciano, 2015). Beberapa hasil penelitian menguatkan pentingnya kemampuan fisik untuk yang didapat diperoleh dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Kebutuhan dalam kemampuan mengintegrasikan atau menyusun sebuah aktivitas jasmani yang bertujuan untuk kesiapsiagaan terhadap situasi darurat jarang dilakukan oleh guru PJOK. Situasi rutinitas guru mengajarkan sesuai kurikulum yang ada sudah sangat benar namun apabila diberikan beberapa aktivitas yang bermanfaat untuk menghadapi ancaman yang ada di lingkungannya akan menjadi nilai tambah yang luar biasa sebagai usaha menyelamatkan siswa dari situasi darurat seperti bencana. Berdasarkan permasalahan ini maka pengabdian menganggap perlu partisipasi guru dalam membuat sebuah aktivitas jasmani yang menyenangkan dan bertujuan untuk kesiapsiagaan bencana.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan analisis situasi dan identifikasi permasalahan tersebut di atas maka dapat dirumuskan permasalahan: apakah kegiatan pelatihan dan pendampingan dapat meningkatkan kapasitas guru PJOK dalam mengembangkan aktivitas jasmani untuk kesiapsiagaan bencana?

D. Tujuan Kegiatan

Kegiatan PPM ini bertujuan untuk melakukan pelatihan dan pendampingan untuk peningkatan kapasitas pada para guru PJOK di Sekolah Menengah Pertama Kabupaten Sleman dalam mengembangkan aktivitas jasmani untuk kesiapsiagaan bencana.

E. Manfaat Kegiatan

Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya membentuk kesiapsiagaan bencana, bagi:

1. Guru PJOK, ikut meningkatkan kapasitas guru dalam membentuk kesiapsiagaan Kabupaten Sleman melalui pembelajaran PJOK.
2. Guru PJOK terus belajar tentang kesiapsiagaan secara fisik, psikologis, dan sosial untuk menumbuhkan kembali semangat dan keceriaan melalui aktivitas jasmani dalam pembelajaran.
3. Pemerintah Daerah/Pusat Khususnya Dinas Pendidikan, sebagai upaya kolaborasi untuk memperhatikan dan merespon keadaan masyarakat di daerah rawan bencana.
4. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) sebagai bahan rujukan baru tentang pendidikan kebencanaan yang memanfaatkan pendidikan jasmani dan olahraga untuk pembentukan kesiapsiagaan bagi siswa sedalam menghadapi bencana.

BAB II

METODE KEGIATAN PPM

A. Kerangka Pemecahan Masalah

Untuk permasalahan tersebut, dalam hal ini tim pengaduan kepada masyarakat dari PJKR FIK UNY beberapa pemecahan masalah sebagai berikut (1) Memberikan pelatihan bagi guru tentang upaya penguatan kesiapsiagaan bencana di daerah Kabupaten Sleman; (2) Melakukan diskusi terbimbing untuk menggali kemungkinan materi dalam bentuk aktivitas jasmani yang dapat digunakan untuk kesiapsiagaan bencana (3) Mengadakan pembimbingan kepada Guru PJOK mengembangkan dokumen aktivitas jasmani untuk kesiapsiagaan. Kegiatan ini tidak akan mungkin berhasil tanpa adanya keterkaitan dengan beberapa pihak lain, dalam hal ini mitra yang terlibat dalam kegiatan ini adalah kelompok Musysawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) PJOK Kabupaten Sleman.

Evaluasi diperlukan guna menilai keberhasilan sebuah kegiatan. Dalam hal ini, rancangan evaluasi kegiatan dijabarkan sebagai berikut:

1. Terselenggaranya kegiatan Paparan “Peran sekolah dalam kesiapsiagaan bencana di daerah Kabupaten Sleman ” dan diikuti sebesar 80% peserta dari jumlah undangan dengan mengisi lembar evaluasi dengan google form.
2. Meningkatnya pengetahuan guru terhadap kesiapsiagaan bencana dari hasil skor pre-test dan post- test yang dilakukan dengan soal tes pengetahuan yang diisi dengan googleform.
3. Terselenggaranya kegiatan “Peran sekolah dalam kesiapsiagaan bencana di daerah Kabupaten Sleman” dan diikuti sebesar 80 % peserta dari jumlah undangan dibuktikan dengan bukti presensi kehadiran.
4. Pernyataan kepuasan peserta berdasarkan hasil kuesioner kepuasan yang akan dikumpulkan melalui googleform.

Metode penyelesaian masalah tersebut secara ringkas dapat digambarkan dalam bentuk flow chat sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

B. Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran kegiatan PPM ini adalah para guru PJOK Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Sleman, DIY sebanyak 30 orang.

C. Metode Kegiatan

Kegiatan PPM ini akan dilakukan melalui:

1. Pelatihan

Pada kegiatan pelatihan dalam bentuk paparan presentasi, Bersama dengan tim pengabdian memberikan pengetahuan kepada guru PJOK anggota MGMP PJOK Kabupaten Sleman pemaparan teori dan pengalaman pemateri praktisi kebencanaan dan pemateri ahli pendidikan jasmani dan ahli pengembangan kurikulum pendidikan jasmani.

2. Diskusi Terbimbing

Diskusi terbimbing dilakukan dalam bentuk kelompok kecil dari semua peserta yang dipimpin oleh tim pengabdian yang melibatkan pemateri praktisi kebencanaan, pemateri ahli pendidikan jasmani dan ahli kurikulum penjas untuk memetakan jenis aktivitas yang mungkin dilakukan dan sesuai dengan karakteristik serta mungkin dilaksanakan di sekolah khususnya di Kabupaten Sleman yang rawan bencana.

3. Penyusunan Dokumen

Setelah kegiatan diskusi terbimbing, selanjutnya tim pengabdian bersama guru menyelenggarakan praktik penyusunan dokumen tentang hasil temuan aktivitasaktivitas jasmani dari para guru yang akan diberikan masukan dan dicobakan melalui simulasi praktik di lapangan kemudian akan di dokumentasikan menjadi sebuah temuan baru yang harapannya dapat dijadikan menjadi hak cipta.

BAB III

PELAKSANAAN KEGIATAN

A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

1. Terlaksananya Kegiatan Pelatihan

Kegiatan pelatihan ini dapat dilaksanakan di SMPN 1 Kalasan, Sleman dengan mengikuti protokol kesehatan untuk mengurangi penyebaran covid-19. Pelatihan yang diberi bertemakan “Pengembangan Kapasitas Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dalam Membentuk Kesiapsiagaan Remaja Menghadapi Bencana” ini dapat berjalan dengan baik. Kegiatan pelatihan dilakukan pada hari Sabtu dan Senin, tanggal 12 dan 14 Juni 2021 pukul 07.30 – 15.00 WIB. Pelatihan diikuti oleh 33 peserta guru PJOK SMAP di Kabupaten Sleman, DIY.

Kegiatan pelatihan ini lebih difokuskan pada pemahaman materi secara teoritis dengan metode ceramah, presentasi, dan diskusi, serta praktik simulasi. Kegiatan ini menghadirkan nara sumber dari Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman, dan LSM Komite Yogyakarta Pemulihan Aceh. Selain itu, Tim pengabdian juga turut memberikan materi teoritis dan praktik. Para guru terlihat sangat antusias dengan memperhatikan dan menanyakan tentang berbagai hal yang berhubungan dengan materi/bahan yang disampaikan. Jadwal kegiatan pelatihan dapat dilihat dalam tabel 1.

Tabel 1. Jadwal Susunan Acara

Peningkatan Kapasitas Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Dalam Mengembangkan Aktivitas Jasmani Untuk Kesiapsiagaan Bencana

NO	MATERI	PEMATERI	Waktu
1	Pembukaan dan Sambutan	Prof. Soni Nopembri, Ph.D	11.00 – 11.15 WIB
2.	Sambutan dari Ketua MGMP PJOK SMP Kab. Sleman	Murtiningsih, M.Pd	11.15-11.30 WIB
ISHOMA 11.30-12.30			
3	Praktik Baik Satuan Pendidikan Aman Bencana dalam Kesiapsiagaan Bencana Alam	M. Andrianto	12.30-13.15 WIB
4	Peran Guru dalam Kesiapsiagaan Bencana di Sekolah	Mariana Pardede, M.Sc.	13.15- 14.00 WIB
5	Praktik Penyusunan Dokumen Aktivas Jasmani dalam Pembelajaran PJOK untuk Kesiapsiagaan Bencana	Prof. Soni Nopembri, Ph.D Dr. Hedi Ardiyanto, H Saryono, M.Or Indah Prasetyawati TPS, M.Or	14.00-15.00 WIB
6.	Simulasi Hasil Workshop	Prof. Soni Nopembri, Ph.D Dr. Hedi Ardiyanto, H Saryono, M.Or Indah Prasetyawati TPS, M.Or	15.00-15. 30 WIB
7.	Penutup	Tim PPM FIK UNY	15.30-15.45 WIB

2. Terlaksananya Kegiatan Pendampingan

Kegiatan pendampingan dilakukan pada tanggal 26 Juni 2021 secara online/daring melalui berbagai media komunikasi antara tim pengabdian dan kelompok-kelompok para guru. Kegiatan ini dimaksudkan untuk memastikan rancangan pembelajaran yang disusun dalam pelatihan dapat diselesaikan dengan baik. Para guru juga diminta memberikan ide dan gagasan pengembangan aktivitas-aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan kesiapsiagaan para siswanya dalam menghadapi berbagai bencana.

B. Pembahasan

Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki manfaat kesehatan fisik jangka panjang yang menjadi fokus program promosi kesehatan di kalangan anak-anak. Aktivitas fisik dikaitkan dengan berbagai manfaat kesehatan, seperti: semakin banyak aktivitas fisik, semakin besar manfaat kesehatan, jumlah aktivitas fisik yang sedikit pun dapat memberi manfaat kesehatan pada anak-anak berisiko tinggi (misalnya, obesitas), aktivitas fisik minimal harus memiliki intensitas sedang dan aktivitas intensitas yang kuat dapat memberikan manfaat yang lebih besar, serta aktivitas berbasis aerobik memiliki manfaat kesehatan terbesar (Janssen and LeBlanc, 2010). Beberapa manifestasi aktivitas jasmani yang memberikan manfaat kesehatan bagi anak-anak terbukti pada otot dan tulang yang sehat dan fungsional, peningkatan kekuatan dan daya tahan tubuh, berkurangnya risiko penyakit kronis seperti kelebihan berat badan dan diabetes, peningkatan harga diri dan kesehatan psikologis (Archer, 2014). Aktivitas fisik diperlukan untuk perubahan yang menguntungkan dalam kesehatan rangka, kebugaran aerobik, dan kekuatan otot dan daya tahan, dan adipositas pada anak-anak yang kelebihan berat badan (Strong et al, 2005).

Kesehatan fisik/jasmani yang diperoleh melalui pendidikan jasmani dan olahraga salah satunya adalah diperolehnya tingkat kebugaran jasmani yang baik terutama komponen-komponen yang terkait dengan kesehatan, seperti: komposisi tubuh, kelentukan, kekuatan dan daya tahan otot, serta daya tahan kardiorespirasi. Komponen kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan lebih penting untuk kesehatan umum dari pada komponen yang terkait dengan keterampilan/olahraga (Caspersen, Powell, Christenson, 1985). Pendidikan jasmani dapat memberi kesempatan kepada siswa tentang semua kemampuan dan minat dengan dasar pengalaman gerakan yang dirancang untuk membantu mereka menjalani gaya hidup aktif dan sehat dan memberikan bekal pada anak-anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang aman dan sehat sepanjang hidup mereka (Houston & Kulinna, 2014). Meningkatkan kebugaran fisik anak dapat memfasilitasi hasil positif termasuk meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan (Gu, Chang & Solmon, 2016). Pendidikan jasmani efektif dalam meningkatkan dan menjaga kebugaran fisik obyektif di kalangan siswa sekolah menengah sehingga hal ini dapat membantu guru merancang program yang memungkinkan pengembangan dan pemeliharaan kesehatan terkait kebugaran jasmani dalam lingkungan pendidikan jasmani (Mayorga-Vega, Montoro-Escano, Merino-Marban, & Viciano, 2015). Aspek fisik dalam hal ini adalah kebugaran/kesegaran jasmani anak-anak yang diperoleh melalui aktivitas fisik yang dilakukan selama pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan satu-satunya disiplin dalam kurikulum yang membahas masalah kesehatan fisik dan psikologis dari prasekolah, pelajar, dan mahasiswa (Curelaru, Abalasei, & Cristea, 2011). Dalam program kesehatan masyarakat, pendekatan pendidikan jasmani yang berhubungan dengan kesehatan harus ditekankan yang dapat meningkatkan manfaat psikososial aktivitas fisik (Piko & Keresztes, 2006). Ini harus pada gilirannya meningkatkan tingkat partisipasi siswa di sekolah-sekolah dan "menerapkan keterampilan mental, emosional, sosial dan fisik mereka untuk mengejar gaya hidup sehat" (Morrison & Nash, 2012). Penggunaan olahraga dan bermain dengan program olahraga psikososial mengacu pada kecenderungan alami anak-anak untuk bermain untuk penggunaannya membantu pemulihan dari trauma dan dukungan dari kekuatan yang ada (Kunz, 2005). Sugiyama, Shibukura, Nishida, Ito, Sasaki, & Isogai (2009) menyatakan bahwa keterampilan psikososial yang diperoleh melalui pendidikan jasmani dapat ditransfer ke keterampilan hidup dengan intervensi sederhana. Aktivitas jasmani memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis siswa dan persepsi mereka tentang kesehatan serta dapat berfungsi sebagai perlindungan terhadap penekanan yang terlalu pada nilai-nilai ekstrinsik (Piko & Keresztes, 2006). Siswa yang berlatih dan bersemangat dalam olahraga memiliki sikap yang lebih negatif terhadap *bullying*, dibandingkan dengan orang lain, olahraga mengurangi ketegangan psikologis secara umum, mendisiplinkan, mengajarkan *fairplay*, mengatur kehidupan dan memupuk rasa hormat terhadap yang lain (Curelaru, Abalasei, & Cristea, 2011). Berolahraga terkait dengan visi konkret tentang kehidupan, melalui sifat kegiatan ini dan melalui perhatian/fokus pada diri sendiri bahwa itu berarti aktivitas fisik yang teratur sebagai sumber pengembangan pribadi dan orientasi nilai dalam kaitannya dengan sikap kesehatan (Piko & Keresztes, 2006).

Lyras (2011) mengacu pada banyak penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa sejumlah studi meneliti dampak dari kelas olahraga dan pendidikan jasmani pada perkembangan moral. Diantara manfaat psikososial, kegiatan olahraga dapat membantu mengembangkan rasa kompetensi, penentuan nasib sendiri, otonomi dan *internal locus of control* (Piko & Keresztes, 2006). Ada efek faktor sosial dan psikologis dalam memfasilitasi iklim motivasi dalam pendidikan jasmani di sekolah menengah (Morrison & Nash, 2012). Menurut Curelaru, Abalasei, & Cristea (2011), olahraga dapat menjadi sumber daya penting yang dapat membantu remaja untuk mempelajari kemampuan yang diperlukan untuk sebuah fungsi yang efektif dalam keluarga, sekolah dan masyarakat: perilaku yang bertanggungjawab, aturan internalisasi, keberanian, efektivitas, ketekunan atau toleransi frustrasi. Hal ini didukung oleh Sugiyama, Yuichi, Masayuki, Keita, Lian, & Eri (2009) yang menyatakan bahwa sifat-sifat individu seperti orientasi sosial bisa menjadi moderator proses peningkatan keterampilan komunikasi dalam pendidikan jasmani yang terorganisir.

C. Evaluasi Kegiatan

Kegiatan PPM ini telah dilakukan sebaik mungkin sesuai dengan kemampuan Tim pengadi, mempertimbangkan ketersediaan dana PPM yang ada, dan kerjasama dengan berbagai pihak. Meskipun begitu, ada beberapa hal yang perlu untuk dievaluasi agar kegiatan PPM ke depan menjadi lebih, peserta yang semula ditarget 30 orang, hadir 30 orang (100%) ada beberapa guru yang datang terlambat karena adanya tugas sekolah yang harus diselesaikan dan waktu tempuh ke lokasi PKM yang jauh.

D. Faktor Pendukung dan Penghambat Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan PPM ini didukung oleh beberapa faktor yang memberikan banyak kontribusi atas keberhasilan kegiatan PPM. Faktor-faktor tersebut adalah:

1. Sumber daya manusia dalam hal ini adalah para dosen (tim PPM) yang terlibat dalam kegiatan PPM merupakan dosen dalam kelompok kajian teknologi pembelajaran PJOK, sehingga memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang bidang kegiatan PPM. SDM pelaksana kegiatan PPM juga didukung oleh mahasiswa yang semangat membantu untuk melaksanakan pengabdian.
2. Kerja sama dengan MGMP PJOK SMP Kabupaten Sleman sangat membantu lancar kegiatan terutama dalam hal komunikasi dengan para peserta dan tempat pelaksanaan.

Faktor penghambat dalam pelaksanaan kegiatan PPM ini dapat diperkecil sedemikian rupa, sehingga seluruh kegiatan PPM dapat terselenggara dengan baik. Kekhawatiran para peserta dan nara sumber terkait penyebaran covid-19 dapat dikurangi dengan melakukan protokol kesehatan dengan baik, seperti: memakai masker dan duduk dengan jarak.

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan PPM berupa pelatihan secara luring dapat berjalan dengan baik dan lancar. Para peserta mendapatkan pengetahuan tentang kebijakan, konsep, pengalaman, dan praktik pengurangan resiko bencana di Sekolah. Kesiapsiagaan tidak hanya terkait lingkungan dan infrastruktur, tetapi juga kesiapsiagaan orang (people) sangat penting dikembangkan melalui berbagai pendekatan termasuk pendidikan. Guru meningkatkan kapasitasnya dengan mampu membuat beberapa aktivitas jasmani yang dapat disesuaikan dengan jenis bencana yang mengancam di area sekolahnya dan mampu memberikan penjelasan tujuan dari melakukan aktivitas tersebut. Guru menjadi memahami bahwa PJOK mampu diintegrasikan dengan aktivitas jasmani dan kesiapsiagaan bencana.

B. Saran

Kegiatan PPM ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya integrasi PJOK untuk pembentukan kesiapsiagaan remaja dalam menghadapi bencana, yang secara khusus bagi:

1. Guru, sebagai inisiator dan praktisi yang dapat merealisasikan integrasi PJOK untuk membentuk kesiapsiagaan.
2. Siswa, sebagai upaya menyiapkan diri dalam menghadapi berbagai keadaan darurat.
3. Sekolah, sebagai lembaga yang dapat merancang dan melaksanakan semua program pengurangan resiko bencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghaei, N., Seyedin, H., & Sanaeinasab, H., (2018). Strategies for Disaster Risk Reduction Education: A Systematic Review. *Journal of Education and Health Promotion*. Vol 7(1), pp 1-8. DOI: 10.4103/jehp.jehp_31_18.
- Al-Nashr, M.S. (2015). Integrasi Pendidikan Siaga Bencana dalam Kurikulum Madrasah Ibtidaiyah. *Magistra*, Vol 6(2), pp 82-101.
- Archer, T. (2014). Health Benefits of Physical Exercise for Children and Adolescents. *Journal of Novel Physiotherapies*, 4: 203. doi:10.4172/2165-7025.1000203.
- Caspersen, C.J., Powell, K.E., & Christenson, G.M. (1985). Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health- Related Research. *Public Health Report*, 100(2): 126-131.
- Curelaru, M., Abalasei, B., & Cristea, M. (2011). Psychosocial correlates of the need for physical education and sports in high school. *Journal of Social Sciences*, 7, 521-528.
- Dyregrov, A., Yule, W., & Olff, M. (2018). Children and Natural Disasters. *European journal of Psychotraumatology*, 9(Suppl 2), 1500823. doi:10.1080/20008198.2018.1500823
- Gu, X., Chang, M., & Solmon, M.A. (2016). Physical Activity, Physical Fitness, and Health-Related Quality of Life in School-Aged Children. *Journal of Teaching in Physical Education*, 35, 117-126.
- Houston, J & Kulinna, P. (2014). Health-Related Fitness Models in Physical Education, *Strategies: A Journal for Physical and Sport Educators*, 27(2): 20-26.
- Janssen and LeBlanc. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7: 40.
- Kar, N. (2009). Psychological impact of disaster on children: Review of assesment and interventions. *World Journal of Pediatric*, 5, 5-11.
- Kidnesia. (2011). *Atasi Trauma Anak Setelah Bencana Alam*. Tersedia dalam www.kidnesia.com. Diakses tanggal 26 Februari 2011.
- Kunz, V. (2005). *Sport and Play for Traumatized Children and Youth: An assessment of a pilot-project in Bam. Iran*. Swiss Academy for Development (SAD).
- Lyras, A. (2011). "Olympism in Practice: Psychosocial Impacts of an Educational Sport Initiative on Greek and Turkish Cypriot Youth". *Journal of Research*, 7(1): 46-54.
- Maryani. (2010). Model Pembelajaran Mitigasi Bencana Dalam Ilmu Pengetahuan Sosial Di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Geografi GEA*. Vol 10(1), pp 1-17, DOI.<https://doi.org/10.17509/gea.v10i1.1664>
- Mayorga-Vega, D., Montoro-Escano, J., Merino-Marban, R., Viciano, J. (2015). Effects of a physical education-based programme on health-related physical fitness and its maintenance in high school students A cluster-randomized controlled trial. *European Physical Education Review*, 22(2): 243-259.

- Mondal, R., et al. (2013). Acute stress-related psychological impact in children following devastating natural disaster, the Sikkim earthquake (2011) India. *Journal of Neuosciences in Rural Practice*, 4, 19-23.
- Morrison, S. & Nash, R. (2012). "The Psychosocial Influences on Participation Rates within Secondary School Physical Education". *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 12(2). Art 24. pp.147 - 156.
- Nopembri, dkk. (2011). *Pengembangan Model Pemulihan Trauma Pasca Bencana melalui Olahraga bagi Anak-Anak Korban Erupsi Merapi*. Laporan Penelitian Unggulan UNY. Lembaga Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nopembri, S., Saryono, & Purnama, D. S. (2019). *Pengembangan Model Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Olahraga untuk Kesiapsiagaan Anak-anak menghadapi Bencana*. Penelitian Dasar Unggulan Perguruan Tinggi. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Direktur Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat.
- Nopembri, S., Sugiyama, Y., Saryono, & Rithaudin, A. (2019). Improving Stress Coping And Problem-Solving Skills Of Children In Disaster-Prone Area Through Cooperative Physical Education And Sports Lesson. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 185-194. doi:https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.15
- Piko, B. F., & Kereztes, N. (2006). Physical activity, psychosocial health and life goals among youth. *Journal of Community Health*, 31, 136-145.
- Ronholt, S., Karsberg, S., & Elklit, A. (2013). Preliminary evidence for a classroom based psychosocial intervention for disaster exposed children with posttraumatic stress symptomatology. *Child Youth Care Forum*, 42, 617-631.
- Rusilowati, A., Supriyadi, Binadja, A. & Mulyani. (2012). Mitigasi Bencana Alam Berbasis Pembelajaran Bervisi Science Environment Technology And Society. *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia*, 8, 51-60.
- Strong, W.B, Malina, R.M., Blimkie, C.J.R., et al. (2005). Evidence Based Physical Activity For School-Age Youth. *The Journal of Pediatrics*, June: 732-737.
- Sugiyama, Y., Shibukura, T., Nishida, T., Ito, T., Sasaki, B., and Isogai, H. (2009). *Exploring Factors that determine the improvement of Psychosocial Skills in Physical Education and Their Transfer to Life Skills*. Paper presented at the 12th ISSP World Congress of Sport Psychology. Marakesh- June17-21.
- Sugiyama, Y., Yuichi, N., Masayuki, Y., Kawazu, K., Lian, W.X., & Eri, K. (2009). *The Relationship between Social Orientation and the Improvement of Communication Skills through Sports Education Classes*. Paper presented at the 12th ISSP World Congress of Sport Psychology. Marakesh-June17-21.
- Sulistyaningsih, Wiwik. (2012). Ketangguhan Mental Anak dalam Menghadapi Bencana, *Jurnal Penanggulangan Bencana Vol 3 (1)*, pp. 25-34.
- Uemoto, M., Asakawa, A., Takamiya, S., Asakawa, K., & Inui, A. (2012). Kobe earthquake and post-traumatic stress in school-aged children. *International Journal of Behavior and Medicine*, 19, 243-251.

LAMPIRAN



IMPLEMENTASI KERJA SAMA

ANTARA

**PROGRAM STUDI S-3 PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
DENGAN
MGMP PJOK SMP KABUPATEN SLEMAN**

TENTANG

**PELAKSANAAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)
INSTITUSIOANAL PRODI S-3 PENDIDIKAN JASMANI FIK UNY
TAHUN 2022**

Nomor: T/369/UN34.16/HK/06.00/2022

Pada hari ini, Senin tanggal 12 September 2022 yang bertanda tangan di bawah ini:

1. **Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.:** Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan oleh karena itu sah mewakili dan bertindak untuk dan atas nama Program Studi S-3 Pendidikan Jasmani Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang berkedudukan di Jalan Colombo, No. 1, Karangmalang, Caturtunggal, Depok, Sleman, selanjutnya disebut sebagai **PIHAK KESATU**.
2. **Murtiningsih, M.Pd. :** Ketua MGMP PJOK Sekolah Menengah Pertama (SMP), Kabupaten Sleman, alamat Glondong Tirtomartani Kalasan Sleman DIY, selanjutnya disebut sebagai **PIHAK KEDUA**.

PIHAK KESATU dan **PIHAK KEDUA** selanjutnya disebut **PARA PIHAK**. Dengan ini sepakat untuk bersama-sama membuat Implementasi Kerja Sama mengenai program pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Institusional Prodi S-3 Pendidikan Jasmani FIK UNY yang dilaksanakan oleh **PARA PIHAK** seperti diatur dalam pasal sebagai berikut.

Pasal 1

MAKSUD DAN TUJUAN

- (1) Maksud Implementasi Kerja Sama ini adalah sebagai landasan dalam rangka Implementasi Kerja Sama yang disusun oleh **PARA PIHAK** sesuai dengan ruang lingkup Implementasi Kerja Sama ini.
- (2) Tujuan Implementasi Kerja Sama ini adalah untuk mendukung kegiatan **PIHAK KEDUA** dalam rangka pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Institusional Prodi S-3 Pendidikan Jasmani FIK UNY Tahun 2022.

PASAL 2

PELAKSANAAN PEKERJAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Institusional Prodi S-3 Pendidikan Jasmani FIK UNY:

- (1) Kegiatan dilaksanakan selama 1 hari dengan jadwal pelaksanaan sebagai berikut :

Pertemuan	Kegiatan	Jam Pelaksanaan
Hari Senin, Tanggal 12 September 2022	Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Institusioanl Prodi S-3 Pendidikan Jasmani FIK UNY Tahun 2022.	11.00 WIB – selesai

- (2) Kegiatan PKM dilaksanakan di SMP Negeri 1 Kalasan dan tempat kegiatan disiapkan oleh **PIHAK KESATU**.

PASAL 3 JANGKA WAKTU PELAKSANAAN PEKERJAAN

- (1) Jangka waktu pelaksanaan pekerjaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Instiusional Prodi S-3 Pendidikan Jasmani FIK UNY Tahun 2022 ini ditetapkan selama 1 hari pada hari Senin tanggal 12 September 2022.
- (2) Jangka waktu Implementasi Kerja Sama ini sejak ditandatangani Implementasi Kerja Sama ini sampai dengan 6 bulan setelah selesai penyelenggaraan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM).
- (3) Laporan kegiatan diselesaikan maksimal 30 hari setelah selesai pelaksanaan kegiatan PKM.

Pasal 4 PENUTUP

- (1) Perubahan atas naskah Implementasi Kerja Sama dapat dilakukan atas persetujuan **PARA PIHAK**.
- (2) Implementasi Kerja Sama ini dapat dianggap batal apabila salah satu **PIHAK** atau **PARA PIHAK** tidak memenuhi ketentuan dalam Implementasi Kerja Sama.
- (3) Hal yang tidak atau belum diatur dalam naskah Implementasi Kerja Sama ini akan diatur kemudian oleh **PARA PIHAK** atas dasar musyawarah atau mufakat yang selanjutnya akan dituangkan dalam Adendum dan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dengan Implementasi Kerja Sama ini.
- (4) Naskah Implementasi Kerja Sama dibuat dan ditandatangani oleh **PARA PIHAK** yang masing-masing mempunyai kekuatan hukum yang sama.



PIHAK KESATU,

Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.



PIHAK KEDUA,

Murtadingsih, M.Pd.

Lampiran 2. Foto Kegiatan



Gambar 2. Narasumber Memberikan Materi Tentang Kesiapsiagaan Bencana



Gambar 3. Narasumber Memberikan Materi Aktivitas



Gambar 4. Peserta Guru PJOK Melakukan Diskusi



Gambar 5. Para Peserta Guru PJOK Melakukan Simulasi Aktivitas Kesiapsiagaan Bencana



Gambar 6. Para Peserta Guru PJOK Melakukan Simulasi Aktivitas Kesiapsiagaan Bencana



Gambar 7. Para Peserta Guru PJOK Melakukan Simulasi Aktivasi Kesiapsiagaan Bencana

Lampiran 4. Sertifikat Pelatihan



Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Universitas Negeri Yogyakarta
Fakultas Ilmu Keolahragaan

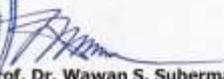
No. : 05/RG.TP/PPM/2022

Sertifikat

Diberikan kepada

Sebagai
PESERTA

Program Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul
"Peningkatan Kapasitas Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dalam Mengembangkan Aktivitas Jasmani untuk Kesiapsiagaan Bencana"
yang diselenggarakan oleh Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta bekerjasama dengan
Musyawarah Guru Mata Pelajaran PJOK Kabupaten Sleman di SMP Negeri 1 Kalasan Sleman,
12, 14, dan 17 September 2022
(35 Jam Pelajaran)

Mengetahui
Dekan

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Yogyakarta, 17 September 2022
Ketua Pelaksana

Prof. Soni Nopembri, Ph.D
NIP. 19640707 198812 1 001



STRUKTUR PROGRAM DAN MATERI

No. : 05/RG.TP/PPM/2022

NO	MATERI	PEMATERI	JP
A. Program Umum			
	Pengembangan Profesi Guru PJOK dalam peran Pengurangan Risiko Bencana di Sekolah	Murtiningsih, M.Pd	2 JP
B. Program Inti			
1	Peran Guru dalam Kesiapsiagaan Bencana di Sekolah	Mariana Pardede, M.Sc. KYPA -Fasnas SPAB Kemendikbud	2 JP
2	Praktik Baik Satuan Pendidikan Aman Bencana dalam Kesiapsiagaan Bencana Alam	M. Andrianto, SE KYPA -Fasnas SPAB Kemendikbud	2 JP
3	Program Kesiapsiagaan Bencana di Sekolah melalui PJOK	Prof. Soni Nopembri, Ph.D	3 JP
4	Praktik Penyusunan Dokumen : Integrasi Aktivitas Jasmani dengan Kesiapsiagaan Bencana dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP	Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or	6 JP
		Dr. Yudanto, M.Pd	6 JP
		Saryono, M.Or Indah Prasetyawati TPS, M.Or.	6 JP
C. Penunjang			
	Informasi Teknis dan Administrasi Pembelajaran	Murtiningsih, M.Pd	2 JP
JUMLAH			35 JP

Yogyakarta, 17 September 2022
Ketua Pelaksana

Prof. Soni Nopembri, Ph.D
NIP. 19640707 198812 1 001

PENGETAHUAN KESIAPSIAGAAN BENCANA



KESIAPSIAGAAN

Serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk **mengantisipasi bencana** melalui pengorganisasian serta melalui langkah yang tepat guna dan berdaya guna



PERLENGKAPAN SIAP SIAGA BENCANA

UNTUK PRIBADI ATAU KELUARGA

DISESUAIKAN DENGAN KEBUTUHAN



Cukup Copynya saja

Untuk mengetahui lebih lanjut tentang Predikt, silakan kunjungi/follow: www.predikt.id

PREDIKT! Adaptasi Kebiasaan Baru Starter Pack



Untuk mengetahui lebih lanjut tentang Predikt, silakan kunjungi/follow: www.predikt.id

- Adaptif
- Komprehensif
- Inklusif
- Partisipatif
- Berkelanjutan
- Berpusat pada Anak





Sarana dan prasarana keselamatan minimum di satuan pendidikan

- a) Alat Pemadam Api Ringan
- b) Pelampung
- c) Tambang
- d) Rambu kebencanaan
- e) Kotak Peralatan Pertama
- f) Megaphone

Satuan Pendidikan Aman COVID-19

Perlunya fasilitas terkait:

1. Alat pendeteksi suhu tubuh
2. Tempat cuci tangan dan sabun dengan air mengalir
3. Ruang kesehatan yang cukup dan memiliki peralatan kesehatan, utamanya untuk isolasi warga sekolah dengan gejala COVID-19
4. Penyediaan Hand sanitizer bagi sekolah yang sulit mendapatkan air bersih untuk cuci tangan anak.
5. Penataan meja ruang kelas yang berjarak dan terlindung antar siswa/siswi
6. Penggunaan masker dan faceshield
7. Pemanfaatan ruang belajar dengan sirkulasi udara yang baik (disarankan membuka jendela)
8. Pemanfaatan ruang terbuka
9. Pemantauan kondisi kesehatan yang rutin
10. Pengaturan waktu belajar



PREDIKT!

Tindakan SEBELUM musim hujan datang

- Buang sampah pada tempatnya
- Menghapus rumput, menambak paku-paku atau rumput liar
- Periksa nomor telepon
- Siapa saja yang tinggal di rumah

Ilustrasi: Mergana/Ida, Lita, Wawan, Pictal, Shutterstock/Photo

PREDIKT!

Tindakan SAAT banjir akan datang

- Matikan peralatan listrik
- Bila ada banjir, manfaatkan banjir
- Siapa saja yang tinggal di rumah

Ilustrasi: Mergana/Ida, Lita, Wawan, Pictal, Shutterstock/Photo

PREDIKT!

Tindakan SAAT & SESUDAH banjir

- Tetap tenang & jangan panik
- Siapa saja yang tinggal di rumah

Ilustrasi: Mergana/Ida, Lita, Wawan, Pictal, Shutterstock/Photo

PREDIKT!

Tindakan untuk MENEGAH dampak tsunami

- Dari info jalur tsunami & tingkat ancaman
- Ketahui info siapa bencana tsunamii saat tsunami tsunamii
- Siapa saja yang tinggal di rumah

Ilustrasi: Mergana/Ida, Lita, Wawan, Pictal, Shutterstock/Photo

PREDIKT!

Tindakan SAAT saat peringatan tsunami

- Menurut, beribadah dan beraktivitas saat gempa
- Siapa saja yang tinggal di rumah

Ilustrasi: Mergana/Ida, Lita, Wawan, Pictal, Shutterstock/Photo

PREDIKT!

Tindakan SAAT & SESUDAH tsunami

- Tetap di 1000 meter hingga dinyatakan aman untuk kembali
- Siapa saja yang tinggal di rumah

Ilustrasi: Mergana/Ida, Lita, Wawan, Pictal, Shutterstock/Photo

NOTE:

“Tindakan kesiapsiagaan yang disepakati dengan pembagian siapa, melakukan apa bagaimana, dimana dan kapan merupakan kunci SOP”

LAGU SIAGA LONGSOR

Kalau hutan hutan ditebang , Nanti bisa
longsor

Tambang batu sembarangan, Nanti bisa
longsor

Hujan deras telah datang, Siaga longsor
batu-batu berjatuhan Siaga longsor

longsor... (awas) longsor... (awas)

Siaga longsor

longsor... (awas), longsor... (awas)

Siaga longsor

Tujuan

- Koordinasi: siapa melakukan apa; individu atau tim.
- Komunikasi: jalur koordinasi; wewenang dan tanggung jawab.
- Memperjelas peran dan fungsi tiap-tiap posisi dalam situasi darurat (termasuk untuk simulasi/gladi), serta memperjelas alur tugas, wewenang, dan tanggung jawab dari petugas terkait.

Penyusunan Prosedur Tetap

- Menyusun prosedur tetap kedaruratan bencana sekolah berdasarkan hasil kajian risiko bencana yang sebelumnya telah dilakukan dan disepakati.
- Protap dilengkapi peta jalur evakuasi, rambu evakuasi, titik kumpul, dan sistem peringatan dini.

6 Prosedur Dasar Protap Tanggap Darurat

1. Evakuasi (dari) bangunan/gedung.
2. Perlindungan di tempat.
3. Mengunci diri.
4. Berkumpul dan berlindung di luar.
5. Evakuasi ke tempat aman.
6. Proses aman penyatuan kembali (reunifikasi) keluarga.



PROSEDUR TETAP KEDARURATAN DI SEKOLAH

Pengertian

Serangkaian kegiatan yang terstruktur dan disepakati oleh seluruh pihak terkait tentang siapa berbuat apa, pada saat kapan, di mana, mengapa, dan bagaimana metode pelaksanaannya.

(Disusun saat "International Serial Workshops for Development for Local SOP's")

Kunci Penyusunan SOP

- Selalu bayangkan siapa pengguna SOP.
- Sebelum mulai menulis, putuskan apa tujuan dari prosedur tersebut.
- Gunakan prinsip, "Ceritakan apa yang akan Anda ceritakan, kemudian ceritakan".
- Jelas dan ringkas: hindari kalimat panjang.
- Komplet: semua informasi penting yang digunakan untuk menjalankan kegiatan.
- Objektif: berisikan fakta, bukan pendapat.
- Koheren: menunjukkan alur dan urutan langkah untuk menjalankan kegiatan.
- Mulailah dengan kata kerja dan hindari kalimat pasif.

Denah Evakuasi Sekolah

- Menjadi petunjuk bagi semua warga sekolah menuju ke titik aman.
- Menghindarkan kekacauan tujuan ketika harus menyelamatkan diri saat bencana terjadi.

Contoh Protap Kedaruratan di satuan pendidikan:

Prosedur Tetap Kedaruratan Banjir SD Padi

Saat musim penghujan pada hari Kamis, 14 Juli 2016 telah terjadi hujan turun sejak kemarin sore. Informasi dari BMKG melalui televisi memberitahukan bahwa hujan akan turun sepanjang hari.

Walaupun kondisi hujan pada hari itu, siswa SD Padi tetap masuk sekolah. Selama berlangsungnya proses belajar mengajar, hujan turun semakin deras selama tiga jam lebih dan air mulai tergenang di sekitar pinggir jalan dan kebon sekolah. Kepala sekolah meminta guru dan penjaga sekolah untuk memantau kondisi air sungai yang ada di belakang sekolah. Setelah melakukan pemantauan, guru dan penjaga sekolah menyampaikan bahwa tanda-tanda banjir sudah terlihat dan semakin naik airnya.

Air semakin tinggi sehingga sekolah melakukan tindakan untuk berkumpul di Titik Kumpul Sementara dan selanjutnya evakuasi ke Tempat Pengungsian Akhir (TPA) di Balai Desa.

SAAT TERJADI BANJIR, maka:

SIAPA	APA	KAPAN	DIMANA
Guru	Segera menyelamatkan diri dan memberikan arahan kepada siswa pada saat banjir untuk segera menuju ke titik kumpul sementara yang sudah ditentukan kemudian menunggu perintah kepala sekolah untuk menuju tempat evakuasi di Balai Desa	5 menit ketiga	Evakuasi ke TKS
	Mengontak orangtua murid	5 menit ketiga	TKS
	Menghitung jumlah siswa di TKS apakah sesuai dengan jumlah daftar hadir hari tersebut	5 menit ketiga	TKS
Siswa	Segera melaksanakan perintah dan aba-aba dari guru untuk menyelamatkan diri ke titik kumpul yang telah ditentukan kemudian menuju ke tempat evakuasi bersama dengan guru sampai orang tua datang menjemput.	5 menit ketiga	Evakuasi ke TKS

Prosedur Tetap Kedaruratan Banjir SD Padi

Jika ada tanda- tanda banjir, maka:

AKTIVASI PERINGATAN DINI

Maka :

SIAPA	APA	KAPAN	DIMANA
Guru/ KS	Segera membunyikan sistem peringatan dini yang telah disepakati (lonceng)	5 menit pertama	Di luar kelas hingga terdengar ke seluruh bagian sekolah
Guru/ KS	Memberi arahan untuk melakukan evakuasi dari sekolah menuju titik kumpul sementara		Di luar kelas hingga terdengar ke seluruh bagian sekolah
Guru/ penjaga sekolah	Mematikan aliran listrik		Meteran listrik utama
Siswa	Segera melakukan evakuasi ke titik kumpul sementara setelah mendengar peringatan dini dan menunggu perintah untuk menuju tempat evakuasi akhir di Balai Desa	5 menit kedua	TKS (Titik kumpul sementara)
Guru	Mengecek kelas/ cleaning siswa	5 menit kedua	Di seluruh kelas dan ruangan
Guru/KS	Menghubungi orangtua siswa agar menjemput anaknya		

Contoh evakuasi pada masa COVid-19 (Gempa)

**EVAKUASI GEMPA BUMI
DALAM SITUASI COVID-19**

SAAT GEMPA BUMI TERJADI

DROP
Berlutut dengan Menunduk

COVER
Lindungi kepala dengan benda yang ada seperti helm, buku tebal, atau bantal bantal

HOLD ON
Tertegangan pada lacing shoe / kanvas yang baik

4/9

**EVAKUASI GEMPA BUMI
DALAM SITUASI COVID-19**

SEBELUM GEMPA BUMI TERJADI

**PASTIKAN JALUR
EVAKUASI DALAM
KEADAAN AMAN**

**PASTIKAN TEMPAT
EVAKUASI / TITIK
KUMPUL BERADA DI
TEMPAT TERBUKA**

HINDARI :

- ⊗ Sampah Tengg
- ⊗ Tangk Lantik & Telepon
- ⊗ Papan Kelambu
- ⊗ Pohon Besar

3/9

**EVAKUASI GEMPA BUMI
DALAM SITUASI COVID-19**

SETELAH GEMPA BUMI TERJADI

EVAKUASI
Usahakan tetap tenang dan berpada. Bila rombongan mereda, tetap lindungi kepala. Ke arah lain dengan mengikuti jalur evakuasi menuju titik kumpul. Jangan bangunan yang sudah rusak dan secepat waktu bisa runtuh akibat gempa bumi susulan.

PROTOCOL COVID-19
Pada saat di tempat evakuasi tetap melakukan Protocol COVID-19 seperti social distancing dan menggunakan masker.

5/9

Pastikan informasi yang akurat melalui kanal resmi dari DMIG

BILA BANJIR telah surut, maka :

SIAPA	APA	KAPAN	DIMANA
Kepala sekolah	Mengontak BPBD, Desa, Komite dan UPTD untuk menginformasikan tentang kejadian banjir Memberikan pengarah dan instruksi apabila kondisi sudah aman ataupun masih genting	5 menit pertama	TPA
Guru	Tetap berada di TPA hingga ada instruksi dari KS	-	TPA
Siswa	Tetap berada di TPA hingga ada instruksi dari KS	-	TPA
Guru	Mengecek siswa dengan cara mengabsen satu persatu siswa	5 menit pertama	TPA
Siswa/ TSB	Membantu guru menghitung jumlah teman sekelasnya untuk memastikan bahwa jumlahnya sesuai dengan daftar absen hari tersebut	5 menit pertama	
Guru	Menenangkan siswa	5 menit pertama	TPA
Guru-orang tua	Siswa dipulangkan dengan dijumpai oleh orang tua di tempat berkumpul yang tidak ditanah.	5 menit kedua	TPA

Contoh Protap (1/2)

Siapa	Apa	Kapan	Dimana
Ketua Kelas	Keluar kelas paling awal dan membawa teman temannya ke titik kumpul		Di kelas
Anak-anak	Evakuasi keluar kelas dengan tertib		Di sekolah
SETELAH BERKUMPUL DI TITIK KUMPUL			
<ul style="list-style-type: none"> Menghitung jumlah murid. Memeriksa kondisi siswanya. Jika jumlah PAS, menginstruksikan anak-anak untuk duduk. Jika kurang, melaporkan ke koordinator. 			
<ul style="list-style-type: none"> Tatap di lapangan sesuai dengan kelompoknya. Mengikuti arahan guru kelas. Menenangkan anak-anak. Memberikan pengarahan (mengajak berdoa dan mengajak bernyanyi) 			
JIKA ADA YANG TERLUKA			
<ul style="list-style-type: none"> Membawa korban ke tempat aman. Memberikan pertolongan pertama. Membawa ke puskesmas jika diperlukan. 			

Contoh Protap (1/1)

Siapa	Apa	Kapan	Dimana
JIKA TERJADI GEMPA BUMI, MAKA			
Semua warga sekolah yang sedang berada di dalam kelas/ruangan (termasuk guru tanpa terkecuali)	Tindakan penyelamatan diri sendiri (berlutut, merunduk/ masuk kolong meja dan berpegangan pada kaki meja)	Saat gempa	Di ruang kelas
Semua warga sekolah yang berada di luar ruangan	Tindakan penyelamatan diri sendiri (berlutut, merunduk dan tetap melindungi kepala)	Saat gempa	Di luar kelas/ dilapangan
SETELAH GEMPA SELESAI/ BERHENTI			
<ul style="list-style-type: none"> Memukul tang basket Mematikan saklar listrik 	Setelah gempa (5 menit)	Di luar kelas	
Memuji titik kumpul untuk mengambil anak-anak		Lapangan	
<ul style="list-style-type: none"> Menginstruksikan anak tetap tenang, dan evakuasi ke luar kelas dengan tertib. Menutup pintu kelas jika kelas sudah kosong. Keluar kelas paling akhir. Menutup pintu dan atau meletakkan kursi di depan kelas tanda kelas "CLEAR". 		Di kelas	