



# UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

## FAKULTAS TEKNIK

Kampus I: Jl. Harsono RM No.67, Ragunan, Pasar Minggu, Jakarta Selatan 12550

Telepon: (021) 27808121 - 27808882

Kampus II: Jl. Raya Perjuangan, Marga Mulya, Bekasi Utara, Jawa Barat

Telepon: (021) 88955882 Fax.: (021) 88955871

Web: <https://ft.ubharajaya.ac.id/> Email: [ft@ubharajaya.ac.id](mailto:ft@ubharajaya.ac.id)



### **SURAT TUGAS**

Nomor: ST-PKM/0037/IV/2025/FT-UBJ

Pertimbangan : Bawa dalam rangka Penelitian dan Pengabdian serta Penunjang Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sebagai penunjang Tri Dharma Perguruan Tinggi di Universitas Bhayangkara Jakarta, maka untuk itu perlu dikeluarkan Surat Tugas.

Dasar : 1. Keputusan Mendiknas RI Nomor : 184/V/2001, tanggal 23 November 2001, tentang Pedoman, Pengendalian dan Pembinaan Program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana di Perguruan Tinggi.  
2. Keputusan Dirjen Dikti Nomor : 034/Dikti/Kep/2002, tanggal 3 Juli 2002, tentang Perubahan dan Peraturan Tambahan Pedoman Pengawasan Pengendalian dan Pembinaan Program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana di Perguruan Tinggi.  
3. Kalender Akademik Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Tahun Akademik 2024/2025.  
4. Rencana Kerja dan Anggaran Pembelanjaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Tahun 2024/2025.

### **DITUGASKAN**

Kepada : Ahcmad Fauzan, S.T., M.T.  
Dosen Fakultas Teknik

NIDN : 0318019102

Untuk : 1. Bertugas untuk menjadi Narasumber dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam Seminar Dengan Tema "Pendampingan Kebugaran Jasmani Menggunakan Vertikal Jump Elektrik dan Sosialisasi Ramah Anak diKarang Taruna Sepanjang Jaya Kota Bekasi"  
2. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 09 April 2025 yang diselenggarakan oleh Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi.  
3. Melaporkan hasil pelaksanaan kegiatan tersebut secara tertulis kepada Dekan Fakultas Teknik Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.  
4. Melaksanakan perintah ini dengan penuh rasa tanggung jawab.

Dikeluarkan di : Jakarta  
Pada Tanggal : 04 April 2025

DEKAN FAKULTAS TEKNIK  
  
Dr. DEDE RUKMAYADI, S.T., M.Si.  
NIP: 2305605

Paraf:

1. Ka. Prodi TID.... 



**SURAT TUGAS**

Nomor : ST/ 094/VII/2025/FIP-UBJ

Tentang

**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DOSEN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

Pertimbangan : Sehubungan dengan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat pendanaan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi tahun anggaran 2025 dosen Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara, maka dipandang perlu menugaskan dosen dan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk melaksanakan kegiatan dimaksud. Untuk itu perlu mengeluarkan Surat Tugas.

Dasar : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen.  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi.  
4. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi.  
5. Surat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi Republik Indonesia Nomor: 0070/C3/AL.04/2025, perihal Pengumuman Penerima Pendanaan Program Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Tahun Anggaran 2025.

**DITUGASKAN**

Kepada : **DAFTAR NAMA TERLAMPIR**

Untuk : 1. Melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pendanaan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi tahun anggaran 2025 dengan judul **Pendampingan Kebugaran Jasmani Menggunakan Vertikal Jump Elektrik dan Sosialisasi Ramah Anak Dikarang Taruna Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi** sesuai dengan kontrak yang telah ditanda tangani.  
2. Melaporkan hasil pelaksanaan kegiatan tersebut secara tertulis kepada Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.  
3. Melaksanakan tugas ini dengan penuh tanggung jawab.

Dikeluarkan di : Jakarta  
Pada Tanggal : 28 Juli 2025

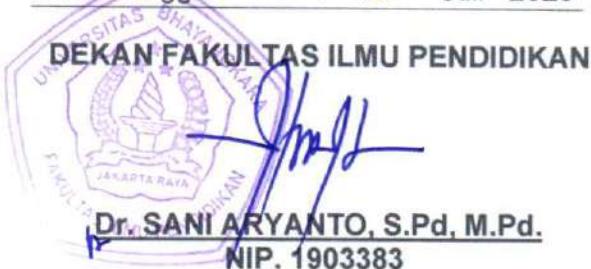
**DEKAN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**Dr. SANIARYANTO, S.Pd, M.Pd.**  
NIP. 1903383

DAFTAR NAMA ANGGOTA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DENGAN JUDUL  
PENDAMPINGAN KEBUGARAN JASMANI MENGGUNAKAN VERTIKAL JUMP ELEKTRIK DAN  
SOSIALISASI RAMAH ANAK DIKARANG TARUNA KELURAHAN SEPANJANG JAYA  
KOTA BEKASI

NO	NAMA	NIDN / NPM	JABATAN	SEBAGAI
1	Juli Candra, S.Pd., M.Pd.	0309079201	Dosen Prodi PKO	Ketua
2	Suharjuddin, S.Pd., M.Pd.	0308078705	Dosen Prodi PGSD	Anggota
3	Ahcmad Fauzan	0318019102	Dosen Prodi Teknis Industri	Anggota
4	Arbayna Balqislamy	202310625023	Mahasiswa Prodi PKO	Anggota
5	Dear Sagala	202310625035	Mahasiswa Prodi PKO	Anggota

Dikeluarkan di : Jakarta  
Pada Tanggal : 28 Juli 2025





## Isian Substansi Proposal

### SKEMA Pemberdayaan Berbasis Masyarakat

### RUANG LINGKUP PEMBERDAYAAN KEMITRAAN MASYARAKAT

*Petunjuk: Pengusul hanya diperkenankan mengisi di tempat yang telah disediakan sesuai dengan petunjuk pengisian dan tidak diperkenankan melakukan modifikasi template atau penghapusan di setiap bagian*

#### A. Pendahuluan

Pendahuluan dijelaskan tidak lebih dari 1000 kata dengan *font Times New Roman* ukuran 12 spasi 1 (tunggal) size paper A4 yang berisi uraian sebagai berikut:

1. **Analisis situasi dan permasalahan mitra** yang akan diselesaikan.  
Uraian analisis situasi dibuat secara komprehensif agar dapat menggambarkan secara lengkap **kondisi mitra sasaran baik dari segi potensi, permasalahan dan kondisi kewilayahan**. Analisis situasi dijelaskan dengan berdasarkan **kondisi eksisting dari mitra/masyarakat** yang akan diberdayakan, **didukung dengan profil mitra sasaran dengan data dan gambar yang informatif**. Kondisi eksisting mitra sasaran dibuat secara lengkap hulu dan hilir sedapat mungkin dalam bentuk data terkuantifikasi.
2. Jelaskan dan uraikan secara detil dan rinci mengenai kondisi mitra sasaran. Untuk mitra ekonomi produktif dapat meliputi keseluruhan segi bisnis seperti bahan, produksi, proses, produk/jasa (jenis, jumlah, spesifikasi, mutu), distribusi, manajemen, pemasaran (teknik pemasaran, harga jual produk, konsumen), dan sarana. Untuk mitra non produktif dapat meliputi aspek sosial ekonomi kemasyarakatan serta aksesibilitas yang dimiliki.
3. Uraikan tujuan pelaksanaan kegiatan dan kaitannya dengan SDG'S, IKU, Asta Cita dan bidang fokus RIRN serta fokus permasalahan yang diambil.
4. Lain-lain yang dianggap perlu.

Kebugaran jasmani merupakan kemampuan system tubuh bekerjasama secara efisien untuk menunjang aktifitas dan kegiatan sehari – hari (1), sehingga setiap individu memiliki kemampuan produktifitas yang baik dalam menjalankan tugas serta tanggung jawab(2). Pemerintah terus mendorong peningkatan kebugaran jasmani masyarakat melalui aktifitas olahraga(3) dalam program olahraga masyarakat melalui Perpres Nomor 86 Tahun 2021 tentang Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) adalah rencana induk yang berisi arah kebijakan pembinaan dan pengembangan olahraga nasional dalam mewujutkan Indoesia emas 2045(4). Melalui DBON pemerintah mendorong masyarakat untuk olahraga secara kontinu dalam meningkatkan kebugaran jasmani(5). Sehingga dalam menyongsong 100 tahun Indonesia mardeka terciptalah masyarakat yang unggul yang memiliki daya juang serta sehat secara jasmani dan rohani(6).

Berdasarkan Laporan Nasional Sport Development Index (SDI) Survei tahun 2023 menunjukkan bahwa 83,53% pemuda usia 16-30 tahun mengalami masalah kebugaran jasmani, dengan hanya 5,04% berada dalam kategori baik atau lebih(7). Disamping itu Data Kemenpora mengungkapkan bahwa hanya 0,14% pelajar Indonesia yang memiliki derajat kebugaran jasmani yang sangat baik, sementara 2,1% tergolong sangat aktif dalam berolahraga sisanya banyak sekali pelajar yang tidak memiliki kebugaran jasmani yang dalam kategori baik(8). Rendahnya tingkat kebugaran jasmani di Indonesia berhubungan dengan meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, diabetes, dan ginjal(9). Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan partisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga guna memperbaiki kebugaran jasmani dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan(10). Rendahnya kebugaran jasmani juga terjadi di Kota bekasi berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat (11) dalam melakukan tes kebugaran jasmani diperoleh hasil Dari hasil tes awal yang dilakukan rata–rata hasil kebugaran yang dimiliki

anak-anak adalah untuk hasil kebugaran sangat baik dengan presentasi 0, kebugaran dalam kategori baik 35%, kebugaran cukup 47%, kebugaran kurang 11%, sedang 7%. Kemudian kami juga melakukan obserfasi terhadap anggota Karang Taruna Kelurahan Sepanjang Jaya juga mengalami penurunan kebugaran jasmani yang terlihat dari kemampuan fisik anggota Karang Taruna yang memiliki kelebihan berat badan, kurang kesadarannya melalui pola hidup sehat dengan melakukan aktifitas olahraga secara teratur, pola makan tidak seimbang, lebih suka bergadang dan sedikit waktu untuk istirahat. Pola hidup tidak sehat sudah menjadi budaya bagi anggota karang taruna karena kurangnya pengetahuan terhadap budaya hidup sehat, rendahnya motifasi dalam melakukan kegiatan fisik serta lebih suka melakukan kegiatan bermalas – malasan ketimbang melakukan kegiatan produktif dalam peningkatan kesehatan dan kebugaran jasmani(12).



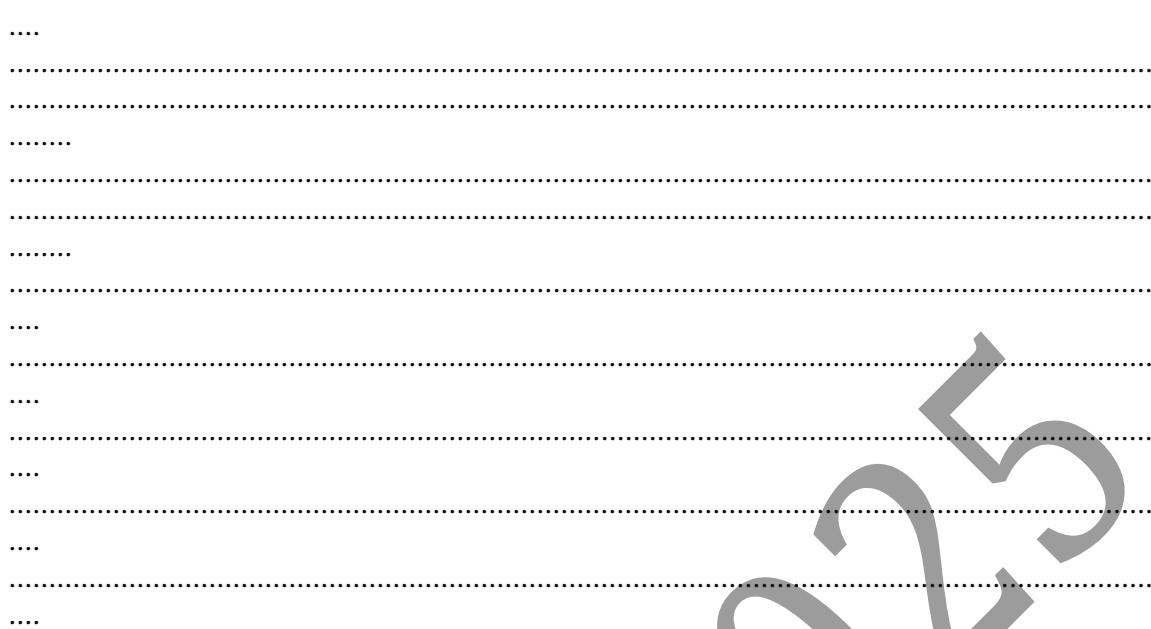
Gambar 1. Jalan santai  
Sumber : Dokumentasi Karang Taruna Sepanjang Jaya

Kemudian masalah yang menjadi krusial di Kota Bekasi adalah tinginya tingkat kekerasan pada anak dan perempuan(13), berdasarkan data yang dikeluarkan oleh DP3A melaporkan pada tahun 2024 melaporkan 200 kasus kekerasan anak dan 171 kasus pada perempuan antara Januari hingga November yang tersebar diseluruh wilayah kota Bekasi(14) dan berdasarkan hasil obserfasi lapangan kelurahan sepanjang jaya juga mengalami kasus kekerasan pada anak dan perempuan yang signifikan, menyikapi persoalan ini kami juga bersama dengan Karang Taruna kelurahan Sepanjang Jaya melakukan edukasi terhadap anggota supaya tidak melakukan hal yang berdampat terhadap kekerasan pada anak dan wanita, kemudian Ubharajaya memiliki Visi dan mis berbasis human security yang menjadi acuan bagi kami dalam menimbulkan kekerasan pada anak dan perempuan terutama di Kota Bekasi(15).



Gambar 2. Sosialiasi Ramah Anak  
Sumber : Dokumentasi Karang Taruna Sepanjang Jaya

Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat tidak terlepas dari **Sustainable Development Goals (SDGs)** yaitu 1) SDG 3: Kehidupan Sehat dan Sejahtera melalui Meningkatkan kesadaran dan praktik hidup sehat melalui kegiatan kebugaran jasmani, SDG 4: Pendidikan Berkualitas melalui Edukasi dan pelatihan yang mendukung pengembangan kapasitas pemuda dan pendidikan karakter dan SDG 5: Kesetaraan Gender terkait Melibatkan semua gender dalam kegiatan, termasuk dalam perlindungan anak perempuan. Kemudian kegiatan PKM merujuk kepada delapan Indikator Kinerja Utama Perguruan tinggi. Dalam kegiatan PKM Bersama dengan Karang Taruna Sepanjang Jaya. **IKU kedua** mahasiswa mendapat pengalaman diluar kampus. Kegiatan PKM melibatkan mahasiswa supaya mendapatkan pengalaman langsung di masyarakat bagaimana menyelesaikan persoalan yang terjadi supaya dapat diselesaikan dengan baik, mahasiswa membantu kegiatan olahraga dalam Meningkatkan kemampuan kebugaran jasmani(16). **IKU ketiga, Dosen Berkegiatan Di Luar kampus**, aktivitas ini dapat mengembangkan pengetahuan yang dimiliki dosen untuk membantu menyelesaikan persoalan yang terjadi di masyarakat memberikan pendampingan kebugaran jasmani serta sosialiasi ramah anak dalam menimbulkan kasus kekerasan yang terjadi pada masyarakat. **IKU kelima, Hasil Kerja dosen digunakan masyarakat**. Dalam Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat menggunakan media Vertikal jump elektrik dalam membantu peningkatan Kebugaran jasmani. Media Penunjang vertical jump elektrik merupakan hasil penelitian tim PKM. Program ini mendukung **Asta Cita** terutama poin Asta Cita 1 yaitu Mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat dan cerdas, Asta Cita 6 terkait Meningkatkan produktivitas rakyat dan daya saing. Program PKM ini sesuai dengan beberapa bidang fokus **RIRN 2017–2045**, yaitu Kesehatan dan Obat terkait Mendukung kesehatan masyarakat melalui peningkatan kebugaran jasmani. Sosial, Humaniora, dan Pendidikan relevansinya Memberikan edukasi karakter dan perlindungan anak dalam konteks komunitas.



## B. Permasalahan dan Solusi

### Permasalahan Prioritas

**Permasalahan prioritas** dijelaskan tidak lebih dari 500 kata dengan *font Times New Roman* ukuran 12 spasi 1 (tunggal) size paper A4, yang berisi uraian yang akan ditangani **minimal 2 (dua) aspek kegiatan untuk setiap mitra sasaran**nya. Uraikan permasalahan prioritas tersebut dalam poin-poin permasalahan sesuai kesepakatan dengan mitra sasaran dan dilengkapi dengan sub permasalahan masing-masing yang akan diberikan solusi.

- a. Untuk masyarakat produktif secara ekonomi, maka permasalahan prioritasnya meliputi bidang produksi, manajemen usaha dan pemasaran (hulu hilir usaha).
- b. Untuk kelompok masyarakat yang tidak produktif secara ekonomi (masyarakat umum) maka permasalahannya sesuai dengan kebutuhan kelompok tersebut pada aspek kegiatan sosial kemasyarakatan, seperti peningkatan pelayanan, peningkatan ketenteraman masyarakat, memperbaiki/membantu fasilitas layanan dalam segala bidang, seperti bidang sosial, budaya, ekonomi, keamanan, kesehatan, pendidikan, hukum, dan berbagai permasalahan lainnya secara komprehensif. Prioritas permasalahan dibuat secara spesifik dan harus mendapatkan persetujuan mitra sasaran.
- c. Jelaskan juga tentang dampak dan manfaat program dari segi sosial ekonomi bagi kebutuhan masyarakat luas.

Karang Taruna Sepanjang merupakan organisasi ini berfokus pada pemberdayaan generasi muda melalui kegiatan sosial, budaya, dan lingkungan. Sehingga Karang Taruna menjadi wadah bagi generasi muda di Kelurahan Sepanjang Jaya dalam mengembangkan potensi dari sesuai dengan bakat dan minat masing – masing Individu. Kemudian Karang Taruna juga menjadi filter bagi anak muda supaya tidak terjerumus kedalam hal – hal yang merusak diri sendiri dan masyarakat dengan melakukan pemberdayaan dan sosialisasi terutama terkait menyalah gunaan Narkoba dan Penyakit Masyarakat Lainnya.



Gambar 3. Sosialisasi Penyakit Masyarakat  
Sumber : Dokumentasi Karang Taruna Sepanjang Jaya



Gambar 4. Diskusi Terkait Masalah Tawuran dan Narkoba di Kelurahan Sepanjang Jaya  
Sumber : Dokumentasi Karang Taruna Sepanjang Jaya

Berdasarkan obserfasi di lapangan terkait kegiatan kemasyarakatan yang dilakukan Karang Taruna Sepanjang Jaya sudah dilakukan tetapi hasil kegiatan tersebut masih belum berdampak signifikan terhadap perilaku dan budaya hidup sehat yang dilakukan oleh generasi muda khususnya anggota Karang Taruna Sepanjang Jaya, dari sekian banyak masalah yang terjadi kegiatan PKM kami fokuskan kepada :

1. Rendanya kebugaran jasmani yang dimiliki oleh anggota Karang Taruna Sepanjang Jaya yang tergambar dari kemampuan fisik saat melakukan kegiatan olahraga dan melakukan aktifitas dalam kegiatan sehari – hari serta rendahnya kualitas kesehatan yang dimiliki oleh sebagian anggota karang taruna
2. Belum terlaksananya aktifitas ramah anak secara baik dan berkelanjutan sehingga kekerasan terhadap anak di kelurahan sepanjang jaya masih sering terjadi dalam kondisi yang cukup menghawatirkan.

Dalam menyikapi persoalan diatas Kegiatan Pengabdian Kepada masyarakat yang akan kami lakukan adalah melakukan pemberdayaan melalui sosialisasi dan pendampingan terkait peningkatan kebugaran jasmani serta kegiatan olahraga secara kontinu dan terstruktur untuk meningkatkan kesehatan sehingga kebugaran jasmani setiap individu dalam terwujut secara baik melalui aktifitas kegiatan senam masal, jalan santai, melakukan olahraga sepak bola dan kegiatan olahraga lainnya yang digemari dan diminati oleh anggota karang taruna sepanjang Jaya. Kemudian permasalah terkait penerapan nilai – nilai ramah

anak, kami juga akan melakukan kegiatan sosialisasi bagaimana pencegahan serta penangulangan kekerasan terhadap anak tidak terjadi lagi. Kemudian kami akan melakukan kegiatan pendampingan secara berkelanjutan supaya kebugaran jasmani dan ramah anak benar – benar memberikan dampak positif terhadap masyarakat di kelurahan Sepanjang Jaya khusnya bagi Karang Taruna.

Dampak dan manfaat program PKM dari segi sosial dalam melaksanakan kegiatan kebugaran jasmani bagi karang taruna adalah :1) peningkatan kesehatan masyarakat khusunya anggota karang taruna sepanjang jaya, 2)Penguatan solidaritas social, 3) Peningkatan Kualitas Hidup, kemudian dampak secara ekonomi yaitu dapat mengembangkan sport enterpreneursip dalam setiap kegiatan olahraga,mulai dari kegiatan pertandingan olahraga, olahraga masyarakat dan penyedian produk pendukung kegiatan olahraga, Kemudian media vertical jump eletrik juga dapat digunakan oleh karang taruna sebagai penguatan ekonomi karena produk VJE dapat dijual ke sekolah, tempat pelatihan olahraga dan kelas kebugaran. Kemudian dampak dalam kegiatan ramah anak secara social adalah 1) Peningkatan Kesadaran tentang Hak Anak, 2) Pembangunan Karakter Anak, 3) Pemberdayaan Keluarga. Kemudian dampak ekonomi terhadap peningkatan kesadaran ramah anak adalah 1) pengurangan Pengeluaran untuk Kesehatan Anak, 2) terwujut keluarga yang kuat dan mapan secara ekonomi.

## Solusi

**Solusi permasalahan** dijelaskan tidak lebih dari 1500 kata dengan *font Times New Roman* ukuran 12 spasi 1 (tunggal) size paper A4, yang berisi uraian semua solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi mitra sasaran. Deskripsi lengkap bagian solusi permasalahan memuat hal-hal berikut.

- a. Tuliskan semua **solusi yang ditawarkan** untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi mitra secara sistematis sesuai dengan prioritas permasalahan. Solusi harus terkait betul dengan permasalahan prioritas mitra.
- b. Tuliskan **target luaran** yang akan dihasilkan dari masing-masing solusi tersebut baik dalam segi produksi maupun manajemen usaha (untuk mitra ekonomi produktif/mengarah ke ekonomi produktif) atau sesuai dengan solusi spesifik atas permasalahan yang dihadapi mitra dari kelompok masyarakat yang tidak produktif secara ekonomi/sosial.
- c. Setiap **solusi** mempunyai **target penyelesaian** luaran tersendiri/indikator capaian dan sedapat mungkin terukur atau dapat dikuantitatifkan dan tuangkan dalam bentuk tabel.
- d. **Uraian hasil riset tim pengusul atau peneliti** yang berkaitan dengan kegiatan yang akan dilaksanakan, akan memiliki nilai tambah.

**Solusi** yang ditawarkan didasarkan identifikasi berbagai permasalahan yang dihadapi mitra melalui analisis hasil obserfasi awal wawancara dan survey kondisi awal mitra.

**Tabel 1.** Hasil Identifikasi Permasalahan

No	Identifikasi Permasalahan	Solusi Permasalahan
1	Rendanya kebugaran jasmani yang dimiliki oleh anggota karang taruna sepanjang jaya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk mengatasi permasalahan rendahnya kebugaran jasmani langkah awal yang perlu dilakukan adalah membeikan sosialisasi terkait pengetahuan pentingnya kebugaran jasmani oleh masing – masing individu supaya memiliki kesadaran untuk melakukan kegiatan olahraga secara kontinu dan berkelanjutan serta melakukan budaya hidup sehat dan menjaga kebersihan setiap individu dan lingkungan sekitar.</li> <li>2. Melakukan pendampingan aktifitas kegiatan olahraga masyarakat dengan kegiatan senam rutin setiap minggu pagi secara kontinu selama enam bulan kedepan</li> <li>3. Melakukan pendampingan terkait pengunaan vasilitas olahraga yang ada di kelurahan sepanjang jaya khusunya cabang olahraga sepak bola dengan memberikan pelatihan terkait peningkatan kondisi fisik, peningkatan teknik dan mental dalam bermain sepak bola bagi anggota karang taruna yang gemar bermain bola</li> <li>4. Membentuk dan melakukan pelatihan kader kebugaran muda dengan perwakilan masing – masing satu orang setiap RW yang akan bertugas merencanakan dan mengkoordinir kegiatan olahraga baik ditingkat kelurahan ataupun ditingkat masing – masing RW</li> <li>5. Melakukan pertandingan olahraga secara berkala sehingga menimbulkan motifasi bagi karang taruna dan masyarakat di kelurahan sepanjang jaya untuk dapat melakukan kegiatan olahraga secara kontinu</li> </ol>

2	Belum terlaksananya nilai – nilai ramah anak secara baik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan sosialisasi dan pemahaman kepada karang taruna dan masyarakat terkait pengimplementasikan nilai – nilai ramah anak</li> <li>2. Melakukan pendampingan secara kontinu supaya nilai – nilai ramah anak dapat terealiasikan dengan baik di Kelurahan sepanjang jaya</li> <li>3. Membuat satgas ramah anak diwilayah karang taruna sepanjang jaya untuk mengidentifikasi dan menimilisir supaya tindakan kekerasan terhadap anak tidak terjadi lagi. Serta satgas ramah anak memberikan perlindungan terhadap korban supaya kekerasan terhadap anak tidak terjadi secara berkelanjutan.</li> <li>4. Melakukan kalaborasi dengan pemerintah, BABINSA, BIMASPOL, lembaga perlindungan anak dan Tokoh masyarakat untuk bersama – sama memberantas kekerasan terhadap anak diwilayah karang taruna sepanjang jaya.</li> </ol>
---	--	---

Berdasarkan solusi pada Tabel 1, dapat diketahui bahwa dua permasalahan yang menjadi prioritas utama dalam melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Karang Taruna Sepanjang jaya dapat mengatasi permasalahan rendahnya kebugaran jasmani serta implementasi nilai – nilai ramah anak dapat terlaksana secara baik sehingga dapat mewujutkan masyarakat yang sehat secara jasmani dan rohani dan bebas dari bentuk kekerasan dan permasalahan terhadap anak.

**Tabel 2. Potensi Hasil PKM**

No	Jenis Luaran	Kategori	Potensi Hasil (%)
1	Peningkatan kebugaran jasmani dan pelaksanaan ramah anak dilakukan secara baik	Luaran wajib	Capain kebugaran jasmani melalui tes pengukuran olahraga dan pemahaman ramah anak secara baik oleh karang taruna sepanjang jaya 15%
2	Terciptanya buku peningkatan kebugaran jasmani terhadap masyarakat dan implemtasni nilai – nilai ramah anak	Luaran wajib	Buku Peningkatan kebugaran jasmani terhadap masyarakat dan implemtasni nilai – nilai ramah anak yang ber ISBN dengan Standar IKPI 15%
3	Artikel Ilmiah Terakreditasi	Luaran wajib	Publikasi jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat pada Jurnal GANDRUNG terindeks Sinta 5, <a href="https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/gandrung/index">https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/gandrung/index</a> dan E ISSN 27216136 15%

4	Vidio Aktifitas PKM	Luaran Wajib	Vidi Mengambarkan Pelaksanaan Kegiatan PKM dan di unggah di chanel Youtube LPPMP Ubhara Jaya	10%	
5	Artikel Pada media masa	Luaran Wajib	Artikel yang memuat kegiatan PKM pada media onlain LIPITAN 6.Com	10%	
6	Poster	Luaran Wajib	Poster yang mengambaran kegiatan dan hasil Pelaksanaan PKM	10%	
7	HAK Cipta Untuk Buku Kegiatan PKM	Luaran Tambahan	Hak Cipta dari kementrian Hukum dan Ham terkait buku pelaksanaan kegiatan PKM	5%	
8	Kerjasama IA/ SPK	Luaran Tambahan	Peningkatan kualitas dan kuantitas kerjasama	10%	
9	Pembuatan Laporan Kemajuan dan Laporan Akhir	Luaran wajib	Laporan Kegiatan PKM	10%	
Total					100%

Potensi yang paling fundamental dari PKM ini adalah peningkatan kebugaran jasmani karang taruna Sepanjang Jaya serta implementasi nilai – nilai ramah anak dalam kehidupan masyarakat sehingga tingkat kekerasan pada anak tidak terjadi lagi di kelurahan Spanjang Jaya Kota Bekasi. Kegiatan PKM ini merupakan tindak lanjut dari penelitian atau PKM yang sebelumnya sudah dilakukan oleh TIM pengabdian ini.

Berikut beberapa hasil penelitian dan PKM yang telah dilakukan oleh tim dan memiliki relevansi dengan kegiatan pengabdian ini.

Tabel 3. Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Terdahulu

No	Peneliti	Judul	Jenis	Tahun	Hasil
1	Juli candra, dkk	Making an Electric Vertical Jump Limb Muscle xplosiveness Test Tool Using Iot Technology in Physical Education Activities	Penelitian	2024	Hasil penelitian Pembuatan media vertical jump elektrik dalam membantu pendidikan jasmani, sehingga siswa dapat melakukan pembelajaran secara baik dalam peningkatan kebugaran jasmani
2	Juli candra, dkk	Sport Science Development And Sport Assistance Entrepreneurship Using The Easy Sport V1. 0.1 Application Android Based On Village Volly Ball Club	Pengabdian	2023	Hasil PKM Pengunaan media easy sport dalam membantu pengembangan aktifitas kebugaran jasmani terhadap klub volly ball desa sekarwangi, kecamatan

		Sekarwangi, Cibadak District			cibadak, kota sukabumi(17)	
3	Juli candra, dkk	Pendampingan Dan Peningkatan Gerak Lokomotor Dengan Menggunakan Teknologi Light Emitting Didor (Led) Pada Siswa Sekolah Dasar	Pengabdian	2022	Hasil Penggunaan teknologi Teknologi Light Emitting Didor (LED) dalam peningkatan gerak lokomotor terhadap siswa sekolah dasar sehingga ketika dilakukan secara kontinu siswa akan memperoleh kebugaran jasmani.(1)	PKM
4	Juli candra, dkk	Metode Part Method dan Whole Method dengan Aplikasi Kinovea dalam Meningkatkan Pembelajaran Atletik Dasar	Penelitian	2021	Hasil penelitian ini adalah peningkatan kemampuan pembelajaran dalam olahraga atletik penggunaan metode part Method dan Whole Method dengan aplikasi kinovea sehingga siswa dapat memperoleh kebugaran jasmani secara baik.(18)	
5	Juli candra, dkk	Pembuatan Mesin Pelontar Bola (Penbal) Alat Bantu Pembelajaran Dan Latihan Olahraga Bolavoli	Penelitian	2019	Hasil penelitian ini adalah terciptanya alat pelontar bola (Penbal) yang digunakan untuk pembelajaran dan latihan olahraga bola voli secara kontinu sehingga setiap individu dapat memperoleh peningkatan kebugaran jasmani(19)	

Kelima hasil penelitian dan PKM menjadi referensi utama dalam menjalankan kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga diharapkan peningkatan kebugaran jasmani menggunakan media vertical jump elektrik serta implementasi ramah anak di Karang Taruna Sepanjang Jaya dalam dilakukan secara baik sehingga permaslahan mitra dalam

kegiatan PKM dapat terselesaikan dengan baik yang telah disusun untuk peningkatan IKU ditingkata Program Studi maupun Univeristas. Disamping itu Pengabdian ini diharapkan menjadi upaya kongkriet dalam mewujudkan program rioritas SGDS berdasarkan perpres No. 86 Tahun 2021 mengatur tentang Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) yang menjadi pedoman bagi pemerintah pusat, pemerintah daerah, organisasi olahraga, dan pihak terkait dalam penyelenggaraan keolahragaan dalam memasyarakatkan olahraga sehingga terwujutnya masyarakat yang sehat dan sejahtera.

## C. Metode Permasalahan

Metode pelaksanaan tidak lebih dari 1500 kata dengan *font Times New Roman* ukuran 12 spasi 1 (tunggal) size paper A4 yang menjelaskan:

1. **Tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan** untuk mengatasi permasalahan mitra.
  2. Jelaskan metode **tahapan pelaksanaan** pengabdian kepada masyarakat setidaknya memuat hal-hal sebagai berikut.
    - a. Sosialisasi
    - b. Pelatihan
    - c. Penerapan teknologi
    - d. Pendampingan dan evaluasi
    - e. Keberlanjutan program
  3. Metode pendekatan dan penerapan teknologi dan inovasi yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan mitra yang telah disepakati bersama, kesesuaian volume pekerjaan, kesesuaian skala prioritas dan partisipasi mitra dalam pelaksanaan program, evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program di lapangan dan peran dan tugas dari masing-masing anggota tim sesuai dengan kompetensinya dan penugasan mahasiswa.
  4. Jelaskan tahapan-tahapan di atas secara konkret dan lengkap untuk mengatasi permasalahan sesuai tahapan berikut.
    - a. Untuk **mitra yang produktif** secara ekonomi, maka metode pelaksanaan kegiatan terkait dengan tahapan pada minimal 2 (dua) aspek kegiatan yang ditangani pada mitra, seperti:
      - Permasalahan dalam bidang produksi.
      - Permasalahan dalam bidang manajemen, dan
      - Permasalahan dalam bidang pemasaran.

- b. Untuk **Mitra yang tidak produktif** secara ekonomi/sosial minimal 2 (dua) aspek kegiatan yakni sosial kemasyarakatan, **nyatakan tahapan atau langkah-langkah pelaksanaan pengabdian** yang ditempuh guna melaksanakan solusi atas permasalahan spesifik yang dihadapi oleh mitra. Pelaksanaan solusi tersebut dibuat secara sistematis yang meliputi layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, konflik sosial, kepemilikan lahan, kebutuhan air bersih, buta aksara dan lain-lain.
- c. Uraikan bagaimana **partisipasi mitra** dalam pelaksanaan program.
- d. Uraikan bagaimana **evaluasi pelaksanaan program** dan keberlanjutan program di lapangan setelah kegiatan selesai dilaksanakan.
- e. Uraikan **peran dan tugas dari masing-masing anggota tim** sesuai dengan kompetensinya dan penugasan mahasiswa.

1. **Tahapan** atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan rendahnya kebugaran jasmani dan belum optimalnya ramah anak terhadap karang taruna sepanjang jaya kota bekasi.

**Tabel 4.** Tahapan solusi dalam masalah kebugaran jasmani

Tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi masalah kebugaran jasmani

1. Identifikasi dan Analisis Masalah	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Melakukan observasi awal terhadap kondisi fisik anggota Karang Taruna.</li> <li>❖ Mengumpulkan data melalui kuesioner atau wawancara terkait kebiasaan olahraga dan gaya hidup.</li> <li>❖ Menentukan aspek kebugaran yang paling membutuhkan intervensi yang akan dicapai oleh karang taruna</li> </ul>
2. Perencanaan Program Kebugaran Jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Menyusun program latihan fisik yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan peserta.</li> <li>❖ Menentukan frekuensi, durasi, dan intensitas latihan.</li> <li>❖ Menyusun jadwal pelatihan rutin</li> <li>❖ Menyiapkan instruktur/pelatih (bila perlu, dari mahasiswa bidang olahraga atau kesehatan).</li> </ul>
3. Sosialisasi dan Edukasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mengadakan sosialisasi kepada Karang Taruna mengenai pentingnya kebugaran jasmani.</li> <li>❖ Memberikan materi edukasi tentang manfaat olahraga, pola makan sehat, dan gaya hidup aktif.</li> <li>❖ Menyampaikan tujuan dan manfaat program latihan yang akan dilaksanakan.</li> </ul>

4. Pelaksanaan Program Latihan Fisik	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Melakukan latihan fisik secara rutin sesuai dengan jadwal.</li> <li>❖ Mencakup berbagai jenis latihan: aerobik, kekuatan otot, fleksibilitas, dan koordinasi.</li> <li>❖ Melibatkan peserta aktif melalui kegiatan yang menyenangkan seperti senam bersama, games fisik, atau lomba olahraga tradisional.</li> </ul>
5. Monitoring dan Evaluasi Berkala	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Melakukan penilaian awal dan akhir terhadap kebugaran jasmani (menggunakan tes kebugaran sederhana).</li> <li>❖ Mencatat kehadiran dan partisipasi anggota.</li> <li>❖ Mengadakan sesi refleksi/feedback dari peserta tentang manfaat yang dirasakan</li> </ul>
6. Tindak Lanjut dan Keberlanjutan Program	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mendorong Karang Taruna untuk menjadikan kegiatan kebugaran sebagai agenda rutin.</li> <li>❖ Melatih kader Karang Taruna agar mampu melanjutkan program secara mandiri.</li> <li>❖ Menyusun dokumentasi hasil kegiatan sebagai bahan laporan PKM dan replikasi program di tempat lain.</li> </ul>

**Tabel 5.** Tahapan Sosialisasi ramah anak

Tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi masalah kurang optimalnya pelaksanaan ramah anak

1. Identifikasi Masalah dan Pemahaman Awal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan observasi dan studi lapangan untuk menilai kondisi pelaksanaan prinsip ramah anak di wilayah karang taruna sepanjang jaya</li> <li>• Menggali informasi dari berbagai pihak (anak-anak, orang tua, guru, tokoh masyarakat) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ketersediaan fasilitas anak.</li> <li>- Partisipasi anak dalam kegiatan sosial.</li> <li>- Perlindungan terhadap anak.</li> </ul> </li> <li>• Mengidentifikasi aspek mana yang belum optimal (misalnya: tidak ada forum anak, kurang ruang bermain, kekerasan masih terjadi).</li> </ul>
2. Penyusunan Rencana Solusi dan Strategi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyusun program kerja yang bertujuan meningkatkan pelaksanaan konsep ramah anak.</li> <li>• Menentukan strategi yang tepat, seperti: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Edukasi dan pelatihan masyarakat.</li> <li>- Pembentukan Forum Anak.</li> <li>- Pengembangan fasilitas dan kegiatan ramah anak.</li> </ul> </li> <li>• Menentukan indikator keberhasilan (misalnya: peningkatan partisipasi anak, hadirnya forum anak,</li> </ul>
3. Sosialisasi dan Pelatihan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan sosialisasi konsep ramah anak kepada anggota Karang Taruna, Kelurahan, dan masyarakat umum.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menyelenggarakan pelatihan untuk Karang Taruna mengenai: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hak-hak anak.</li> <li>- Cara menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung tumbuh kembang anak.</li> <li>- Pendekatan non-kekerasan dan inklusif dalam kegiatan anak.</li> </ul> </li> <li>Mengundang narasumber seperti psikolog anak atau perwakilan lembaga perlindungan anak</li> </ul>
4. Pelaksanaan Program Ramah Anak	<p>Beberapa aksi nyata yang bisa dilakukan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Membentuk Forum Anak di tingkat desa/kelurahan.</li> <li>Menyediakan ruang ekspresi dan bermain anak seperti taman baca, lapangan, atau kelas kreativitas.</li> <li>Mengadakan kegiatan rutin seperti: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Senam atau olahraga bersama anak.</li> <li>- Lomba edukatif.</li> <li>- Kegiatan seni dan budaya.</li> </ul> </li> <li>Meningkatkan keterlibatan anak dalam pengambilan keputusan kegiatan Karang Taruna yang berdampak pada mereka.</li> </ul>
5. Monitoring dan Evaluasi Berkala	<ul style="list-style-type: none"> <li>Memantau keterlibatan anak dalam setiap program.</li> <li>Mengumpulkan umpan balik dari anak-anak, orang tua, dan masyarakat secara berkala.</li> <li>Melakukan penilaian terhadap dampak kegiatan terhadap aspek psikologis dan sosial anak</li> </ul>
6. Tindak Lanjut dan Keberlanjutan Program	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjadikan prinsip ramah anak sebagai bagian dari AD/ART atau program kerja tetap Karang Taruna.</li> <li>Membangun kerja sama dengan pemerintah desa, Dinas Sosial, Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A), dan sekolah.</li> <li>Melatih kader Karang Taruna menjadi fasilitator anak yang bisa mengawal kegiatan-kegiatan ramah anak secara berkelanjutan.</li> </ul>
<b>2. metode tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat</b>	<p>Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode scaffolding yang di implementasikan dalam bentuk pendampingan secara terstruktur . Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan secara lansung dengan Karang Taruna Sepanjang Jaya dengan tahapan yaitu</p>
a. Sosialisasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan penyuluhan kepada anggota Karang Taruna terkait pengetahuan serta aktifitas olahraga apa saja yang dapat dilakukan dalam membantu peningkatan kebugaran jasmani yang dilakukan secara tersrtuktur</li> </ul>

- Melakukan seminar edukatif terkait penerapan ramah anak dan aktifitas FGD (Focus Group Discussion) dengan karang taruna dalam menimbulkan kasus kekerasan pada anak.
- b. Pelatihan
  - Bentuk aktifitas kepelatihan olahraga yang akan dilakukan
    1. Pelatihan Teori Dasar Kebugaran Jasmani
    2. Pelatihan Praktik Latihan Fisik
    3. Tes Kebugaran Jasmani (Pre-Test dan Post-Test)
    4. Penyusunan Program Latihan Mandiri
    5. Pembentukan Tim Kebugaran Karang Taruna
  - Pelatihan Peningkatan Kesadaran Ramah Anak di Karang Taruna
    1. Pelatihan Dasar Konsep Ramah Anak
    2. Studi Kasus dan Roleplay
    3. Pelatihan Komunikasi Positif dengan Anak
    4. Workshop Pembuatan Program Ramah Anak
    5. Deklarasi Komitmen Ramah Anak
- c. Penerapan teknologi
 

Penerapan teknologi yang digunakan dalam kegiatan PKM menggunakan media vertical jump elektrik berbasis android dalam membantu kegiatan aktifitas peningkatan kebugaran jasmani, media Vertical jump elektrik merupakan hasil penelitian dari TIM PKM.
- d. Pendampingan dan evaluasi
  - Melakukan pendampingan secara berkala dalam kegiatan peningkatan kebugaran jasmani dan sosialisasi ramah anak dan memastikan semua kegiatan dapat berjalan dengan baik
  - Melakukan evaluasi dalam kegiatan PKM supaya dapat memberikan gambaran kedepan langkah apa yang harus dilakukan supaya kegiatan selama PKM dapat terus berjalan dengan baik
- e. Keberlanjutan program

2024	2025	2026
Pendampingan kebugaran jasmani dan sosialisasi ramah anak	Pengembangan kebugaran jasmani dalam konteks peningkatan prestasi dan wilayah layak anak	Mewujutkan masyarakat madani melalui olahraga dan wilayah percontean layak anak

**Tabel 6.** Potensi Keberlanjutan Program

- 3. Metode pendekatan dan penerapan teknologi dan inovasi yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan mitra**
- a. Metode pendekatan yang digunakan
- 1) **Participatory Action Approach (Pendekatan Partisipatif)**
    - Mengajak Karang Taruna sebagai subjek aktif dalam merancang dan menjalankan kegiatan kebugaran jasmani dan ramah anak
    - Proses: Identifikasi masalah → Perencanaan → Pelatihan → Aksi → Refleksi bersama → Keberlanjutan.
    - membangun rasa memiliki agar program bisa berlanjut setelah PKM selesai.
  - 2) **Community Empowerment (Pemberdayaan Masyarakat)**

- Memberikan pelatihan dan pendampingan agar Karang Taruna memiliki kapasitas dan kompetensi untuk mengelola program kebugaran dan ramah anak secara mandiri.
  - Fokus pada peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan
- 3) Pendekatan Edukasi Preventif dan Promotif
- Edukasi untuk mencegah munculnya kebiasaan tidak sehat dan perilaku yang merugikan anak.
  - Mempromosikan pola hidup sehat dan interaksi positif antaranggota masyarakat.
- b. Teknologi dan inovasi yang ditawarkan
- dalam kegiatan ini menggunakan teknologi vertical jump elektrik untuk melakukan kegiatan lebugaran jasmani, media VJE sudah dikembangkan menggunakan androit sehingga aktifitas olahraga yang dilakukan dapat dipantau dan di evaluasi secara system dengan aplikasi androit easy sport.

#### 4. Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program PKM

##### 1. Kegiatan: Kebugaran Jasmani

**Mitra yang terlibat:** Karang Taruna Sepanjang Jaya

\*□ Bentuk Partisipasi Mitra:

- **Koordinasi & Mobilisasi Peserta:**
  - Mitra membantu mengundang dan mengorganisir peserta kegiatan PKM, khususnya anak-anak dan remaja untuk ikut serta dalam kegiatan kebugaran (senam bersama, olahraga pagi, games aktif, dll).
- **Penyediaan Fasilitas:**
  - Menyediakan tempat/lapangan, alat olahraga sederhana, atau sound system.
- **Pendampingan Kegiatan:**
  - Turut mendampingi selama kegiatan olahraga berlangsung, menjaga keamanan dan keterlibatan peserta.
- **Mendukung Keberlanjutan Program:**
  - Menjadikan kegiatan kebugaran sebagai agenda rutin Karang Taruna

##### 2. Kegiatan: Sosialisasi Ramah Anak

**Mitra yang terlibat:** Karang Taruna Sepanjang Jaya

\*□ Bentuk Partisipasi Mitra:

- **Fasilitator Lokal:**
  - Mitra menjadi co-fasilitator dalam penyampaian materi atau berbagi pengalaman selama sosialisasi berlangsung.
- **Penyebaran Informasi:**
  - Membantu menyebarkan undangan kegiatan, membagikan leaflet atau poster edukatif kepada peserta .
- **Diskusi & Advokasi:**
  - Ikut serta dalam diskusi kelompok, menyampaikan aspirasi, dan mengusulkan solusi lokal terhadap masalah anak.
- **Komitmen Dukungan:**
  - Berkomitmen membentuk Forum Anak atau kelompok kerja ramah anak pasca kegiatan.
- **Penyediaan Tempat & Konsumsi:**
  - Menyediakan balai warga, ruang pertemuan, atau aula sebagai lokasi sosialisasi.

**Evaluasi pelaksanaan program kegiatan PKM**

1. Analisis data dan hasil tabulasi data pendampingan kebugaran jasmani dan sosialisasi ramah anak
2. Penyusunan laporan kemajuan dan laporan akhir
3. Penyusunan luaran wajib
4. Penyusunan luaran tambahan
5. Surve tanggapan mitra terkait pelaksanaan PKM

**Keberlanjutan** program di lapangan setelah kegiatan selesai dilaksanakan

1. Pelibatan Aktif Mitra Sejak Awal sehingga kedepanya mampu melakukan kegiatan secara mandiri serta Meningkatkan rasa kepemilikan (ownership) terhadap program.
2. Pembentukan Tim Pelaksana Lokal yang nantinya akan melanjutkan kegiatan PKM
3. Menyerahkan modul pelatihan, panduan kegiatan, infografis, dan SOP agar masyarakat bisa menjalankan program secara mandiri.
4. Mendorong program PKM diusulkan masuk dalam agenda RKP Kelurahan (Rencana Kerja Pemerintah Kelurahan)
5. Monitoring Ringan Pasca-Pelaksanaan kegiatan PKM

**Tabel 7.** Peran Dan Tugas Dari Masing-Masing Anggota Tim

<b>Nama</b>	<b>Peran</b>	<b>Tugas Dan Tanggung Jawab</b>
Juli Candra, S.Pd, M.Pd	Ketua	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bertanggung jawab berjalannya kegiatan PKM</li><li>2. Bertanggung jawab luaran kegiatan PKM</li><li>3. Bertanggung jawab pelaksanaan kebugaran jasmani</li></ol>
Suahrjudin, S.Pd, M.Pd	Anggota Dosen	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bertanggung jawab dalam kegiatan sosialisasi ramah anak,</li><li>2. Bertanggung jawab sosialisasi ramah anak dapat diimplementasikan dalam kegiatan masyarakat</li></ol>
Ahcmad Fauzan,S.T, M.T	Anggota Dosen	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bertanggung jawab media vertikal jump Elektrik dalam kegiatan kebugaran jasmani</li><li>2. Mengumpulkan data dari media vertikal jump Elektrik dalam kegiatan PKM</li></ol>
Arbayna Balqislamy	Anggota Mahasiswa	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Membantu dalam kegiatan kebugaran jasmani</li><li>2. Membantu dalam mengambil data hasil PKM dalam tes kebugaran jasmani</li></ol>
Dear Sagala	Anggota Mahasiswa	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Membantu dalam sosialisasi ramah anak</li><li>2. Membantu dokumentasi kegiatan PKM</li></ol>

#### D. Gambaran Teknologi dan Inovasi

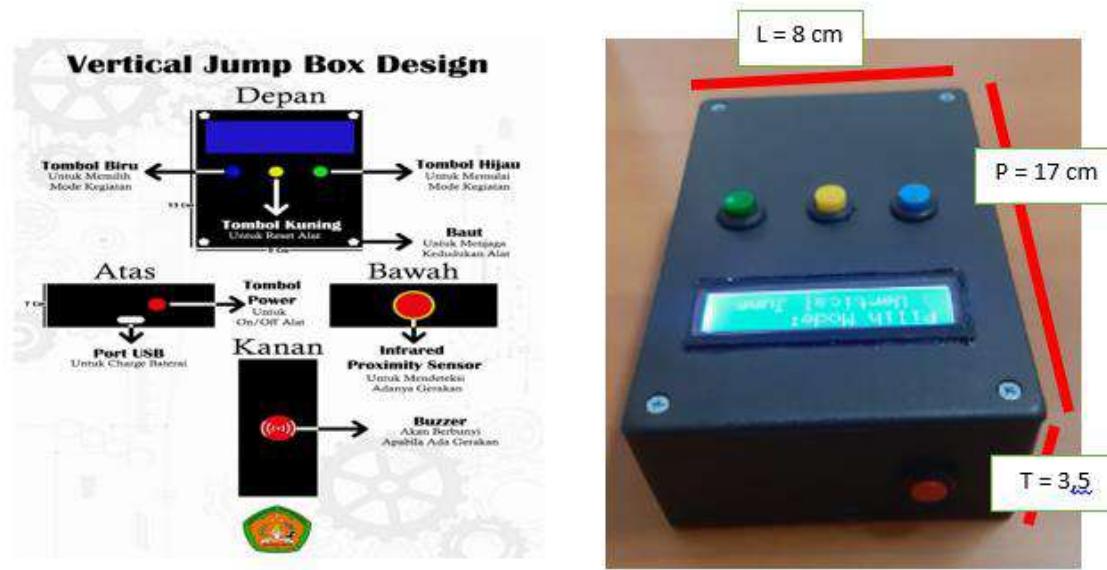
Gambaran Teknologi dan Inovasi dijelaskan tidak lebih dari 500 kata dengan *font Times New Roman* ukuran 12 spasi 1 (tunggal) size paper A4. Jelaskan **gambaran Teknologi dan Inovasi yang akan diimplementasikan** di mitra sasaran (Bentuk, ukuran, spesifikasi, kegunaan, kapasitas pemanfaatan dll).

Dibuat dalam bentuk skematis dan bernalasi, **dilengkapi** dengan

1. **gambar/foto dari teknologi dan inovasi**
2. **spesifikasi**
3. **ukuran**
4. **kebermanfaatan**
5. **kegunaan**
6. **Riwayat penelitian sebelumnya**

Dalam melakukan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat kami menggunakan media *vertical jump eletrik* berbasis androit teknologi *IOT* sebagai penunjang kegiatan di lapangan karena dengan menggunakan teknologi ini dapat membantu Karang Taruna Spanjang Jaya dalam melakukan pelaksanaan kegiatan olahraga khususnya dalam pengembangan kemampuan kebugaran jasmani dan memantau sejauh mana hasil kegiatan olahraga yang dilakukan karena setiap kegiatan fisik yang dilakukan menggunakan media *vertical jump eletrik* dapat terikord langsung dengan menggunakan HP android. Dapat yang dihasilkan dalam proses kegiatan dapat memantau secara baik kegiatan yang dilakukan dimasyarakat. Media *vertical jump eletrik* merupakan hasil dari penelitian dosen universitas bhayangkara jakarta raya yang bisa diimplementasikan di masyarakat sebagai alat pendukung dalam kegiatan olahraga dan media evaluasi dalam melihat sejauh mana hasil kegiatan olahraga dapat dicapai untuk bahan evaluasi kegiatan. Berikut ini media *vertical jump eletrik* digunakan

Gambar 5. Media Vertikal Jump Elektrik



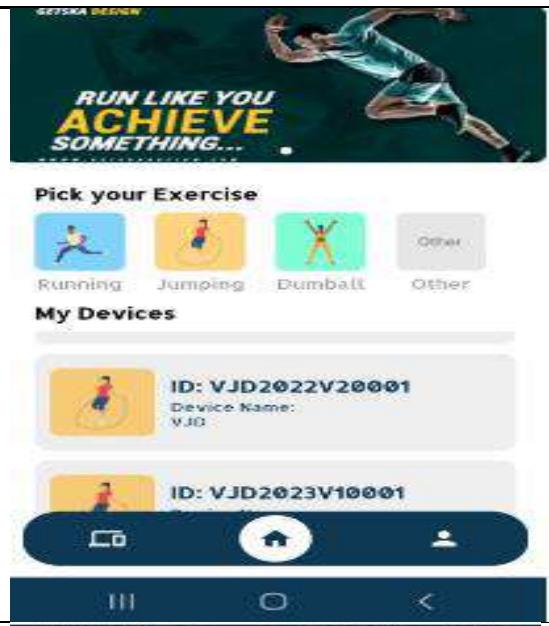
Kemudian media Vertikal Jump elektrik menggunakan teknologi Androit dalam mengoperasikan dan melihat hasil dari aktifitas olahraga yang dilakukan(20). Hasil dari kegiatan latihan dan Tes yang dilakukan menggunakan HP Androit dapat dilihat sejauh mana pencapaian yang telah dilakukan dalam melakukan kegiatan olahraga terkait peningkatan kebugaran jasmani sehingga semua aktifitas yang dilakukan dapat terpantau secara baik bagaimana progres dalam peningkatan yang dapat dilihat dari grafik hasil data yang didapatkan saat melakukan tes dan pengukuran dalam kegiatan olahraga. Data yang dihasilkan semua pihak yang terkait dapat memantau secara langsung dan melihat perkembangan yang terjadi tanpa harus melihat dan terjun langsung ke lapangan sehingga tanpa adanya pelatih atau instruktur setiap individu dapat langsung melakukan kegiatan fisik sesuai dengan ketentuan dan arahan yang telah ditetapkan

Gambar 6. Aplikasi easy sport



Tampilan Aplikasi II - Layar Profil Aplikasi

Tampilan Aplikasi III - My Devices – Pilihan Menu terkait kegiatan yang dilihat data aktifitasnya



Tampilan Aplikasi IV- Laporan Secara Umum Kegiatan yang sudah dilakukan dalam bentuk data



Tampilan Aplikasi V- Las Record dari kegiatan vertical jump yang dilakukan



Tampilan Aplikasi VI\_Menu dari kegiatan dengan menggunakan waktu seperti latihan kecepatan, kelincahan, daya tahan



## E. Jadwal Pelaksanaan

## RENCANA JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN

\* Untuk ruang lingkup PMP pelaksanaan kegiatan 8 (delapan) bulan/paling lama selama dalam tahun anggaran pengusulan yang sama sejak dimulainya kontrak dengan minimal 8x kunjungan

## F. Rangkuman Rencana Anggaran Biaya

### RANGKUMAN RAB

No	Kelompok Biaya	Jumlah Dana
1	Biaya Upah dan Jasa (maksimal 10%)	4.000.000
2	Teknologi dan Inovasi (minimal 50%)	26.830.000
3	Biaya Pelatihan (maksimal 20%)	9.400.000
4	Biaya Perjalanan (maksimal 15%)	7.450.000
5	Biaya Lainnya (maksimal 5%)	2.300.000
	<b>Total</b>	49.980.000

## G. Daftar Pustaka

Daftar pustaka disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor (*Vancouver style*) sesuai dengan urutan pengutipan. Hanya pustaka yang disitasi pada usulan pengabdian kepada masyarakat yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka.

Tata cara penulisan sitasi *Vancouver style* dapat dilihat pada panduan pengelolaan penelitian dan pengabdian atau melalui laman [YouTube](https://www.youtube.com/@DPPM_DitjenRisbang) DRTPM Diktiristek [https://www.youtube.com/@DPPM\\_DitjenRisbang](https://www.youtube.com/@DPPM_DitjenRisbang).

1. Candra J, Wijaya R. Dengan Menggunakan Teknologi Light Emitting Didor ( Led ) Pada Siswa Sekolah Dasar.
2. Romadhona E, Candra J, Jakarta UB, Silat P, Bekasi K. EVALUASI TINGKAT KONDISI FISIK ATLET PENCAK SILAT IKATAN PENCAK SILAT INDONESIA ( IPSI ) KOTA BEKASI TAHUN. 2024;114–23.
3. Candra Juli. PENCAK SILAT. 1st ed. Yuda Avinda Wati, Rasyadany Amry, editors. Vol. 1. Deepublish; 2021. 1–125 p.
4. Peraturan Presiden. Desain Besar Olahraga Nasional. Perpres No 86. 2021;5700.
5. Puspita D, Anggraeni L, ... Sosialisasi Strategi Pemasaran Produk Melalui Media Sosial bagi Pelaku UMKM. J .... 2023;
6. Maulidiyah FN. Media Pembelajaran Multimedia Interaktif Untuk Anak Tunagrahita Ringan. J Pendidik. 2020;29(2):93–100.
7. Kuswari M, Candra J, Maratis J, Hutasuhut F, Gifari N. Optimalisasi Program Tele-Exercise Dan Gizi Di Fitness Center Terhadap Peningkatan Status Gizi, Kesehatan, Kebugaran Serta Produktivitas Karyawan. JMM (Jurnal Masy Mandiri). 2023;7(6):5374.
8. Rasyidi AH, Dassucik D, Agusti A, ... Upaya peningkatan kesehatan dan kebugaran

- jasmani melalui olahraga di balai desa kedungdowo kecamatan arjasa situbondo. *J-ABDI* J .... 2023;
9. Khairani S. ... OLAHRAGA DAN KESEHATAN ANAK HAMBATAN INTELEKTUAL YANG BERMAIN GAME ONLINE FREE FIRE (Deskripsi Studi Kasus Keterampilan Olahraga). *repository.unj.ac.id*; 2022.
  10. Fauziah N, Candra J. Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai Dan Fleksibilitas Terhadap Kemampuan Tendangan Mawashi-Geri Atlet Karate Dojo Senayan Jakarta. 2019;8–32.
  11. A'la F, Candra J, Rahmalia A, ... Pendampingan Dan Peningkatan Kebugaran Jasmani Anak-Anak Diwilayah Karang Taruna Marga Mulya Dengan Menggunakan Teknologi Light Emitting Diode (Led .... *J Pengabdi* .... 2022;2(01):6–16.
  12. Prasetyo ET, Candra J, Denantara ET, Kustanto P, Pratama IGA, M. J. Penerapan Alat Gece Untuk Mendeteksi Bakat Atlet Berbasis Kearifan Lokal di Muara Gembong. *To Maega J Pengabdi Masy*. 2022 Apr 29;5(2):150.
  13. Suharjuddin S, Markum M. Child-Friendly School Policy with Children's Rights Approach in Bekasi City. *J Stud Guru dan Pembelajaran*. 2021;4(2):387–97.
  14. Suharjuddin S, Faridatul 'Ala F 'Ala, Yulianti Y. Analisis Proses Pembelajaran Ramah Anak dalam Penerapan Pembelajaran Daring. *Cokroaminoto J Prim Educ*. 2023;6(1):16–25.
  15. Rony ZT, Suharjuddin S, Silitonga TB. Obstacles build communication and coordination of institution in the university: a qualitative study. *J Siasat Bisnis*. 2021;25(1):79–90.
  16. Candra J, Prasetyo ET, Pratama GA, Kustanto P, Denatara ET, Hutagalung JM. Peningkatan Kemampuan Gross Motor Skill Terhadap Anak-Anak di Kecamatan Muara Gembong Kabupaten Bekasi Dengan Menggunakan Media GECE (Gerak Cepat). *J Kaji Ilm*. 2021;21(4):413–20.
  17. Juli Candra. Sport Science Development And Sport Assistance Entrepreneurship Using The Easy Sport V1.0.1 Application Android Based On Village Volly Ball Club Sekarwangi, Cibadak District. *GANDRUNG J Pengabdi Kpd Masy*. 2023;4(2):1271–81.
  18. Candra J, Prawira AY, Denatara ET. Metode Part Method dan Whole Method dengan Aplikasi Kinovea dalam Meningkatkan Pembelajaran Atletik Dasar. *Jendela Olahraga*. 2021;6(1):78–88.
  19. Candra J, Pasaribu AMN, Fauzan A. Pembuatan Mesin Pelontar Bola (Penbal) Alat Bantu Pembelajaran Dan Latihan Olahraga Bolavoli. *J Prestasi*. 2019;3(6):73.
  20. Candra J, Indrayana B, Sagala RS, Daulay DE. Making an Electric Vertical Jump Limb Muscle Explosiveness Test Tool Using Iot Technology in Physical Education

Activities. 2024;5(2):479–88.

# DPPM 2025

REPUBLIK INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM

# SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka pelindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002025180702, 14 November 2025

**Pencipta**

Nama : **Juli Candra, Suharjuddin dkk**  
Alamat : Kp Pengasinan, Kel. Pengasinan, Kec. Rawalumbu, Rawalumbu, Kota Bekasi, Jawa Barat, 17115  
Kewarganegaraan : Indonesia

**Pemegang Hak Cipta**

Nama : **Juli Candra, Suharjuddin dkk**  
Alamat : Kp Pengasinan, Kel. Pengasinan, Kec. Rawalumbu, Rawalumbu, Kota Bekasi, Jawa Barat, 17115  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Jenis Ciptaan : **Karya Tulis**  
Judul Ciptaan : **Pendampingan Kebugaran Jasmani Menggunakan Vertikal Jump Elektrik Dan Sosialisasi Ramah Anak Di Karang Taruna Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu pelindungan

Nomor Pencatatan

: 13 November 2025, di Kota Adm. Jakarta Selatan

Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

: 001020962

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM  
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL  
u.b  
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarsasongko, SH., MH.  
NIP. 196912261994031001

Disclaimer:

- Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.
- Surat Pencatatan ini telah disegel secara elektronik menggunakan segel elektronik yang diteribkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik, Badan Siber dan Sandi Negara.
- Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keasliannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.

**LAMPIRAN PENCIPTA**

No	Nama	Alamat
1	Juli Candra	Kp Pengasinan, Kel. Pengasinan, Kec. Rawalumbu Rawalumbu, Kota Bekasi
2	Suharjuddin	Jl. Merah Delima VI EB 7 No 18, Desa Karang Satria, Kec. Tambun Utara Tambun Utara, Kab. Bekasi
3	Ahcmad Fauzan	Griya Syarah 1 No 9, Kel Bahagia, Kec Babelan Babelan, Kab. Bekasi
4	Dear Sagala	Kp Dua, Kel Jakasampurna, Kec Bekasi Barat Bekasi Barat, Kota Bekasi
5	Arbayna Balqislamy	Jl. Pelbisit, Kel Bekasijaya, Kec. Bekasi Timur Bekasi Timur, Kota Bekasi

**LAMPIRAN PEMEGANG**

No	Nama	Alamat
1	Juli Candra	Kp Pengasinan, Kel. Pengasinan, Kec. Rawalumbu Rawalumbu, Kota Bekasi
2	Suharjuddin	Jl. Merah Delima VI EB 7 No 18, Desa Karang Satria, Kec. Tambun Utara Tambun Utara, Kab. Bekasi
3	Ahcmad Fauzan	Griya Syarah 1 No 9, Kel Bahagia, Kec Babelan Babelan, Kab. Bekasi
4	Dear Sagala	Kp Dua, Kel Jakasampurna, Kec Bekasi Barat Bekasi Barat, Kota Bekasi
5	Arbayna Balqislamy	Jl. Pelbisit, Kel Bekasijaya, Kec. Bekasi Timur Bekasi Timur, Kota Bekasi
6	Lembaga Penelitian, dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Bhayangkara Jakarta Raya	Jl. Harsono No.67 Ragunan, Pasar Minggu, Jakarta Selatan Pasar Minggu, Kota Adm. Jakarta Selatan





## SURAT PERNYATAAN KERJA SAMA

Surat Nomor: 400/03-KL.SJ

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama Individu : Sopian Sauri  
Jabatan dalam  
Kelompok/Usaha : Ketua Karang Taruna Kelurahan Sepanjang Jaya  
Jenis Mitra Sasaran : Kelompok Masyarakat/Industri Rumah Tangga\*  
Jumlah : 47 (Anggota)  
Anggota/Karyawan  
Nama Kelompok/Usaha : Karang Taruna Kelurahan Sepanjang Jaya  
Alamat : Jl. Pelabuhan Ratu Raya RT.005/RW.009 17114,  
Kelurahan Sepanjang Jaya, Kecamatan Rawalumbu, Kota  
Bekasi  
Nomor HP : 081285451911

Dengan ini menyatakan bahwa **Karang Taruna Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi** bersedia berkolaborasi menjadi Mitra Sasaran pada:

Judul Pengabdian : PENDAMPINGAN KEBUGARAN JASMANI  
MENGUNAKAN VERTIKAL JUMP ELEKTRIK DAN SOSIALISASI RAMAH ANAK DI KARANG TARUNA KELURAHAN SEPANJANG JAYA KOTA BEKASI  
Nama Ketua : Juli Candra, S.Pd, M.Pd  
NIDN/NIDK/NUPTK : 0309079201  
Instansi : Universitas Bhayangkara Jakarta Raya  
Alamat : Jl. Harsono No.67 Ragunan, Pasar Minggu Jakarta Selatan, 2550  
Nomor HP : 082321755296  
Dana yang diajukan : 49.750.000

Dan dengan ini menyatakan bahwa di antara kedua belah pihak tidak memiliki afiliasi dan hubungan kekeluargaan. Demikian surat pernyataan kesediaan kerja sama ini dibuat dengan sebenar - benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bekasi, 09-04-2025



Sopian Sauri

NIK 3275050104850011