

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Proses implementasi Program Pelatihan Senam Fantasi Kang Pisman Untuk Meningkatkan Kemampuan Kader Posyandu Mengenai Praktik Senam Kang Pisman di Kelurahan Sukapura, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung

a. Perencanaan program Pelatihan Senam Kang Pisman

Program pelatihan Senam Kang Pisman diinisiasi sebagai upaya mendukung Pemerintah Kota Bandung dalam menyadarkan masyarakat tentang pentingnya memilah, memisah, dan memanfaatkan sampah. Melalui pengenalan dan praktik senam Kang Pisman, program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader posyandu, yang kemudian akan menjadi agen perubahan dalam masyarakat. Dalam proses perencanaan, fokus utama adalah pemberdayaan kader posyandu dengan menyediakan pelatihan berbasis praktik yang komprehensif dan berkelanjutan.

b. Implementasi program

Pelaksanaan program dimulai dengan proses rekrutmen dan seleksi kader posyandu melalui koordinasi dengan berbagai pihak terkait. Materi utama yang diajarkan meliputi praktik senam Kang Pisman dan filosofi gerakannya, dengan durasi pelatihan utama selama lima jam serta sesi monitoring tambahan. Program ini berhasil dilaksanakan dengan

antusiasme tinggi dari peserta, tanpa hambatan signifikan, dan menggunakan metode pengajaran yang interaktif dan menyenangkan.

c. Evaluasi program

Evaluasi efektivitas program dilakukan melalui post-test dan praktik langsung oleh peserta tanpa bantuan instruktur, untuk menilai pemahaman teori dan keterampilan praktis mereka. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta mampu mengaplikasikan teknik yang diajarkan dengan baik. Feedback positif dari peserta dan tingkat keterlibatan yang tinggi mengindikasikan keberhasilan program ini dalam mencapai tujuannya.

2. Efektivitas Program Pelatihan Senam Fantasi Kang Pisman efektif Untuk Meningkatkan Kemampuan Kader Posyandu Mengenai Praktik Senam Kang Pisman di Kelurahan Sukapura, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung

Program pelatihan Senam Fantasi Kang Pisman secara signifikan meningkatkan pengetahuan kader posyandu, terbukti dari peningkatan rata-rata skor pre-test 10.9 menjadi 26.75 pada post-test. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah pelatihan, mengonfirmasi efektivitas program ini. Dengan dukungan berbagai pihak dan pengalaman positif peserta, pelatihan ini berhasil memberdayakan kader posyandu dalam praktik senam yang lebih baik.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Program Pelatihan Senam Fantasi Kang Pisman Untuk Meningkatkan Kemampuan Kader Posyandu Mengenai Praktik Senam Kang Pisman di Kelurahan Sukapura, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung

a. Factor Pendukung

Kerjasama yang erat antara kader posyandu, pengurus PKK, dan pemerintah setempat, serta peran aktif kordinator dan partisipasi aktif kader posyandu, menjadi faktor utama yang mendukung keberhasilan program pelatihan senam Kang Pisman. Dukungan ini memastikan pelaksanaan yang efektif dan berkelanjutan, menciptakan lingkungan yang kondusif bagi peserta untuk belajar dan berpartisipasi aktif, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

b. Faktor Penghambat

Faktor penghambat program pelatihan senam Kang Pisman mencakup kurangnya partisipasi awal, masalah logistik dan sumber daya, tantangan dalam perekrutan dan pelatihan instruktur, serta respons dan keterlibatan peserta selama pelatihan. Upaya terus dilakukan untuk mengatasi hambatan-hambatan ini melalui pendekatan personal, peningkatan koordinasi, dan penyesuaian metode evaluasi, sehingga program dapat mencapai tujuan utamanya dalam meningkatkan kesehatan dan kesadaran lingkungan Masyarakat.

B. SARAN

1. Bagi Penyelenggara Program Pelatihan Senam Kang Pisman

Penyelenggara program pelatihan Senam Kang Pisman perlu terus memperkuat kerjasama dengan berbagai pihak terkait, termasuk kader posyandu, pengurus PKK, dan pemerintah setempat. Selain itu, penting untuk meningkatkan kualitas fasilitas pelatihan dan memastikan bahwa instruktur yang terlibat memiliki kualifikasi yang memadai. Penyelenggara juga harus mempertimbangkan untuk menambahkan sesi pelatihan lanjutan dan monitoring rutin untuk memastikan keberlanjutan dan efektivitas program. Mengatasi kendala logistik dan sumber daya dengan lebih proaktif, serta meningkatkan komunikasi dan promosi program untuk meningkatkan partisipasi awal juga sangat dianjurkan

2. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat lebih aktif terlibat dalam program pelatihan Senam Kang Pisman dan mendukung kader posyandu dalam menjalankan tugas mereka. Kesadaran akan pentingnya memilah, memisah, dan memanfaatkan sampah harus ditingkatkan melalui partisipasi aktif dalam kegiatan senam dan edukasi lingkungan. Masyarakat juga diharapkan memberikan feedback yang konstruktif kepada penyelenggara program untuk membantu meningkatkan kualitas pelatihan di masa mendatang.

3. Bagi Pemerintah/Pembuat Kebijakan

Pemerintah setempat dan pembuat kebijakan perlu memberikan dukungan yang lebih besar untuk program pelatihan Senam Kang Pisman dengan menyediakan anggaran yang memadai, fasilitas pelatihan yang lebih baik, dan dukungan logistik yang diperlukan. Kebijakan yang mendukung pengembangan program kesehatan masyarakat, seperti senam Kang Pisman, perlu diperkuat dan disosialisasikan dengan baik kepada masyarakat. Pemerintah juga diharapkan dapat menginisiasi program serupa di wilayah lain untuk memperluas dampak positif yang telah terbukti dari program ini

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan studi yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan dan hambatan program pelatihan Senam Kang Pisman. Penelitian lebih lanjut juga dapat difokuskan pada pengembangan metode pelatihan yang lebih efektif dan inovatif, serta evaluasi jangka panjang dampak program ini terhadap kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Selain itu, peneliti dapat mengeksplorasi potensi kolaborasi dengan institusi pendidikan dan lembaga kesehatan untuk memperkaya program dan meningkatkan skala implementasinya.