

# Integrasi Gerak Aktif dan Pembukuan Kas Sederhana untuk Pemberdayaan Masyarakat Desa

<sup>1)</sup>Marido Bisra, <sup>2)</sup>Sherly Mutiara, <sup>3)</sup>Intan Aulia, <sup>4)</sup>Rossabel Sintya Laura, <sup>5)</sup>Abdul Qaadir, <sup>6)</sup>Cantika Starla Putri Romanda, <sup>7)</sup>Eli Suciati, <sup>8)</sup>Medyna Putri Arcena, <sup>9)</sup>Sidiq Muhammadiyah Moehdi

<sup>1)</sup>Program Studi Radiologi, Universitas Awal Bros Pekanbaru

<sup>2,4,5,8,9)</sup>Program Studi Fisioterapi, Universitas Awal Bros Pekanbaru

<sup>3,6)</sup>Program Studi Adminitrasi Rumah Sakit, Universitas Awal Bros Pekanbaru

<sup>7)</sup>Program Studi Akuntansi, Universitas Awal Bros Pekanbaru

Email Corresponding: [intanaulianasution1711@gmail.com](mailto:intanaulianasution1711@gmail.com)\*

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
<b>Kata Kunci:</b> Aktivitas Fisik Masyarakat Pencatatan Keuangan Sederhana Pengelolaan Keuangan Usaha Kecil Pemberdayaan Pelaku Usaha Penyuluhan Kesehatan Masyarakat	Masyarakat desa memiliki peran penting dalam mendukung pembangunan kesehatan dan ekonomi lokal. Namun, masih ditemukan permasalahan berupa rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya aktivitas fisik serta keterbatasan kemampuan pelaku usaha mikro dalam melakukan pencatatan keuangan usaha. Kondisi ini juga ditemukan pada masyarakat Desa Koto Masjid, Kampung Patin, Kabupaten Kampar. Hasil observasi dan wawancara awal menunjukkan bahwa aktivitas fisik belum menjadi kebiasaan rutin masyarakat, sementara pelaku usaha mikro masih mencampurkan keuangan usaha dengan keuangan pribadi dan belum melakukan pencatatan keuangan secara sistematis. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya aktivitas fisik melalui praktik gerak aktif serta meningkatkan keterampilan pelaku usaha mikro dalam melakukan pencatatan keuangan sederhana. Metode yang digunakan meliputi observasi lapangan, wawancara, edukasi kesehatan melalui praktik gerak aktif, serta pendampingan pencatatan kas sederhana secara partisipatif kepada tiga pelaku usaha mikro. Kegiatan praktik gerak aktif dilaksanakan pada 23 Januari 2026 di halaman Puskesmas Pincuran Gading, sedangkan pendampingan pencatatan keuangan dilaksanakan pada 26 Januari hingga 3 Februari 2026 pada tiga pelaku usaha mikro di Desa Koto Masjid. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya aktivitas fisik serta meningkatnya kemampuan tiga pelaku usaha mikro dalam melakukan pencatatan pemasukan dan pengeluaran usaha secara lebih sistematis menggunakan format kas sederhana. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran kesehatan dan kemampuan pengelolaan usaha mikro masyarakat.
	<b>ABSTRACT</b>

**Keywords:**

*Physical Activity*  
*Simple Financial Record-Keeping*  
*Small Business Financial Management*  
*Msme Empowerment*  
*Community Health Education*

Rural communities play an important role in supporting local health and economic development. However, several problems are still found, including low public awareness of the importance of physical activity and limited ability of micro-enterprise actors to conduct simple financial record-keeping. These conditions were also identified in the community of Koto Masjid Village, Kampung Patin, Kampar Regency. Initial observations and interviews showed that physical activity had not yet become a regular habit among community members, while micro-enterprise actors still mixed business finances with personal finances and did not maintain systematic financial records. This community service program aimed to increase public understanding of the importance of physical activity through active movement practices and to improve the ability of micro-enterprise actors in conducting simple financial record-keeping. The methods used included field observation, interviews, health education through active movement practice, and participatory assistance in simple cash bookkeeping for three micro-enterprise actors. The active movement practice activity was conducted on January 23, 2026, at the yard of Pincuran Gading Public Health Center, while financial record-keeping assistance was carried out from January 26 to February 3, 2026, involving three micro-enterprise actors in Koto Masjid Village. The evaluation results showed an increase in community understanding of the importance of physical activity and improved ability of the three micro-enterprise actors to record business income and expenses more systematically using a simple cash recording format. This program had a positive impact on increasing health awareness and improving micro-enterprise financial management skills within the community.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



## I. PENDAHULUAN

Kesehatan dan kesejahteraan masyarakat merupakan aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas masyarakat. Salah satu upaya menjaga kesehatan adalah melalui aktivitas fisik secara teratur yang dapat meningkatkan kebugaran tubuh dan membantu mencegah berbagai penyakit tidak menular (Apriliyanto et al, 2025). Selain itu, kesejahteraan ekonomi masyarakat juga dipengaruhi oleh kemampuan dalam mengelola usaha secara baik, termasuk dalam melakukan pencatatan keuangan yang sederhana dan teratur.

Desa Koto Masjid merupakan salah satu desa yang memiliki potensi ekonomi masyarakat yang cukup berkembang, terutama pada sektor usaha mikro dan budidaya perikanan. Sebagian masyarakat menggantungkan aktivitas ekonominya pada usaha mikro serta kegiatan budidaya ikan sebagai sumber penghasilan utama. Namun, berdasarkan hasil observasi lapangan dan wawancara awal dengan masyarakat serta tiga pelaku usaha mikro di Desa Koto Masjid, ditemukan beberapa permasalahan yang berkaitan dengan aspek kesehatan dan pengelolaan usaha.

Hasil observasi menunjukkan bahwa aktivitas fisik belum menjadi kebiasaan rutin bagi sebagian masyarakat, khususnya kelompok usia produktif dan ibu rumah tangga. Sebagian besar masyarakat hanya melakukan aktivitas sehari-hari yang berkaitan dengan pekerjaan rumah tangga atau kegiatan ekonomi tanpa disertai olahraga atau aktivitas fisik yang terstruktur. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat terhadap pentingnya aktivitas fisik sebagai upaya menjaga kesehatan masih tergolong rendah.

Permasalahan juga ditemukan pada pengelolaan usaha masyarakat, khususnya pada pembudidaya ikan dan pelaku usaha mikro. Berdasarkan hasil wawancara awal, sebagian besar pelaku usaha menjalankan kegiatan usaha tanpa melakukan pencatatan keuangan. Aktivitas usaha lebih berfokus pada proses produksi dan penjualan hasil panen tanpa adanya pencatatan terkait biaya pakan, modal usaha, maupun hasil penjualan. Kondisi tersebut menyebabkan pelaku usaha kesulitan dalam mengetahui kondisi keuangan usaha serta mengevaluasi perkembangan usahanya.

Padahal, dalam kondisi ideal masyarakat diharapkan memiliki kesadaran untuk melakukan aktivitas fisik secara teratur guna menjaga kesehatan serta mampu melakukan pencatatan keuangan sederhana sebagai dasar pengelolaan usaha yang lebih terencana. Kesenjangan antara kondisi ideal dan kondisi yang terjadi di masyarakat menunjukkan perlunya kegiatan edukasi yang bersifat praktis dan aplikatif.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga kesehatan serta meningkatkan kemampuan pelaku usaha mikro dalam melakukan pencatatan keuangan sederhana guna mendukung kemandirian ekonomi masyarakat desa.

## II. MASALAH

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan tenaga kesehatan di Puskesmas serta tiga pelaku usaha mikro peternak ikan di Desa Koto Masjid, ditemukan beberapa permasalahan terkait aspek kesehatan masyarakat dan pengelolaan usaha mikro. Permasalahan tersebut meliputi: 1) rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya aktivitas fisik atau gerak aktif dalam menjaga kesehatan; 2) masyarakat belum memahami bentuk aktivitas fisik sederhana yang dapat dilakukan secara rutin, seperti peregangan sebelum atau sesudah bekerja; 3) pelaku usaha mikro peternak ikan belum melakukan pencatatan keuangan usaha secara teratur; dan 4) keterbatasan pengetahuan pelaku usaha dalam melakukan pencatatan keuangan sederhana seperti pencatatan pemasukan dan pengeluaran.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat difokuskan pada dua aspek utama, yaitu peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya aktivitas fisik melalui edukasi gerak aktif sederhana serta peningkatan kapasitas pelaku usaha mikro dalam melakukan pencatatan keuangan usaha secara sederhana. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu masyarakat menjaga kesehatan sekaligus meningkatkan pengelolaan usaha secara lebih teratur dan berkelanjutan.

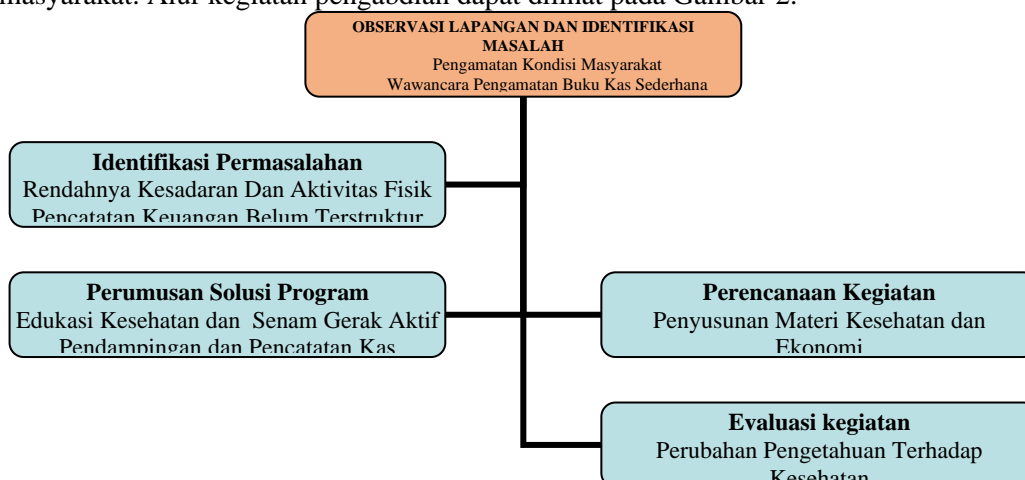


Gambar 1. Lokasi pengabdian Masyarakat

## III. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Dusun III Desa Koto Masjid, Kecamatan XIII Koto Kampar, Kabupaten Kampar. Sasaran kegiatan adalah masyarakat produktif dan pelaku usaha mikro (UMKM). Program difokuskan pada peningkatan kesadaran kesehatan melalui edukasi gerak aktif serta peningkatan kemampuan pelaku UMKM dalam melakukan pencatatan keuangan sederhana.

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan secara sistematis melalui tiga tahapan utama yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Tahapan ini dirancang agar program yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Alur kegiatan pengabdian dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Alur kegiatan pengabdian

1. Observasi Lapangan dan Identifikasi Masalah  
Tahap ini dilakukan melalui pengamatan langsung dan wawancara dengan masyarakat serta pelaku UMKM untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat dan praktik pencatatan keuangan usaha.
2. Perumusan Solusi Program  
Berdasarkan hasil observasi, dirumuskan program berupa edukasi kesehatan melalui kegiatan gerak aktif serta pendampingan pencatatan kas sederhana bagi pelaku UMKM. Perencanaan Kegiatan
3. Tahap perencanaan  
Pada tahap ini dilakukan penyusunan materi edukasi kesehatan, materi pencatatan keuangan sederhana, penyusunan jadwal kegiatan, serta penyiapan media seperti poster edukasi dan format buku kas sederhana.
4. Pelaksanaan Kegiatan  
Kegiatan meliputi penyampaian materi kesehatan, pelaksanaan senam atau gerak aktif bersama masyarakat, serta pelatihan dan pendampingan pencatatan kas sederhana yang mencakup pencatatan pemasukan, pengeluaran, dan saldo usaha
5. Evaluasi Kegiatan  
Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi masyarakat serta diskusi dengan peserta untuk mengetahui peningkatan pemahaman tentang aktivitas fisik dan kemampuan pelaku UMKM dalam melakukan pencatatan keuangan secara lebih terstruktur.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Dusun III Desa Koto Masjid diawali dengan observasi dan identifikasi permasalahan untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat serta praktik pengelolaan usaha mikro di desa tersebut. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian masyarakat belum memiliki kebiasaan melakukan aktivitas fisik secara teratur. Selain itu, sebagian pelaku UMKM juga belum menerapkan pencatatan keuangan usaha secara sistematis. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam aspek kesehatan maupun pengelolaan usaha.

Berdasarkan temuan tersebut, kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui edukasi kesehatan yang disertai praktik gerak aktif menggunakan pendekatan partisipatif. Metode ini dipilih karena memungkinkan masyarakat tidak hanya menerima informasi, tetapi juga langsung mempraktikkan gerakan yang diperagakan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta terlibat aktif selama kegiatan berlangsung dan mulai memahami bahwa aktivitas fisik dapat dilakukan melalui gerakan sederhana yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis praktik mampu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya aktivitas fisik untuk menjaga kebugaran tubuh (Zahrany et al., 2024).



Gambar 3. Edukasi Dan Senam Gerak Aktif

Dari sisi pembahasan, metode partisipatif yang menggabungkan penyampaian materi dan praktik langsung memberikan pengalaman belajar yang lebih efektif bagi masyarakat. Pendekatan ini memudahkan peserta dalam memahami materi karena mereka dapat langsung mencoba gerakan yang diperagakan. Hasil ini sejalan dengan kegiatan pengabdian sebelumnya yang menunjukkan bahwa metode partisipatif lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat dibandingkan metode ceramah satu arah (Masri et al., 2023). Selain itu, pendekatan ini juga sesuai dengan karakteristik masyarakat desa yang cenderung lebih responsif terhadap kegiatan yang bersifat praktis dan mudah diterapkan



program melalui keterlibatan kader desa dan pendampingan UMKM secara berkala menjadi penting agar manfaat kegiatan dapat dirasakan secara berkelanjutan oleh masyarakat.

## V. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa pendekatan edukasi aplikatif melalui praktik langsung mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat. Kegiatan gerak aktif yang diperkenalkan dengan metode sederhana dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan berpotensi diterapkan secara mandiri, sedangkan pelatihan pencatatan kas sederhana membantu pelaku UMKM memahami dasar pengelolaan keuangan usaha sehingga lebih mampu mengontrol arus kas. Hal ini menunjukkan bahwa program yang disesuaikan dengan karakteristik masyarakat desa dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat.

Untuk keberlanjutan program, kegiatan serupa disarankan untuk dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan perangkat desa atau kelompok masyarakat setempat. Selain itu, pengabdian selanjutnya dapat mengembangkan program pendampingan lanjutan agar penerapan gerak aktif dan pencatatan keuangan sederhana dapat terus dilakukan secara berkelanjutan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada perangkat Desa Koto Masjid, Kecamatan XIII Koto Kampar, Kabupaten Kampar, atas dukungan dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing lapangan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Awal Bros yang telah memberikan arahan, masukan, serta pendampingan selama kegiatan berlangsung. Apresiasi turut diberikan kepada seluruh masyarakat Dusun III yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap rangkaian kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriliyanto, R., dkk. (2025). *The role of physical literacy in improving fitness and active lifestyle*. *Journal Sport Area*, 10(1), 86–96.
- Dewintasari1, A., dkk (2024). *Membangun Kebiasaan Hidup Sehat melalui Gizi Seimbang dan Olahraga Teratur*. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kreasi Mahasiswa Manajemen*, 4(3), 238–241. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4814731>.
- Hidayat, F. N., & Cahyaningtyas, F. (2025). *Mengelola keuangan dengan pencatatan sederhana: Kasus UMKM Kawai Cheese Tea di Kediri*. *SEIKO: Journal of Management & Business*, 8(1), 109–119. <https://doi.org/10.37531/sejaman.v8i1.8190>
- Masri, M. A., dkk (2023). *Strategi pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan partisipasi dalam pembangunan Desa Payakameng*. *AJAD: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 26–30.
- Prasetyo, M., & Fadhiil, F. (2025). *Implementasi Program Latihan Fisik Terstruktur untuk Meningkatkan Kesehatan dan Produktivitas Masyarakat di Kabupaten Jayawijaya*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 891–897. <https://ejournal.45mataram.ac.id/index.php/swarna/article/view/1733/1488>.
- Prasetyo, M., dkk. (2025). *Gerakan Masyarakat Aktif Dan Sehat: Implementasi Program Aktivitas Fisik Senam Gembira Di Desa Tumbuh Mulia*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(10), 1045–1056. <https://ejournal.45mataram.ac.id/index.php/swarna/article/view/1767>.
- Putro, S. E., & Noordiana, N. (2021). *Pembinaan Usaha Mikro Kecil Menengah (Ukm) Dalam Rangka Pemberdayaan Ekonomi Di Era New Normal*. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 65–72.
- Sundari, M., & Wiayanti, A. (2021). *Edukasi Strategi Pemasaran Dan Pengelolaan Keuangan Dalam Meningkatkan Kinerja Usaha Mikro Kecil Menengah*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata*, 3(3), 170–175.
- Temitayo, S., dkk (2023). *ScienceDirect ScienceDirect Ergonomics and Observational Observational Ergonomics Postural Postural Risk Risk Assessment Assessment and Techniques Century Techniques in in the the 21 st Century*. *Procedia Computer Science*, 217, 1335–1344.
- Ulfah, N. H., dkk (2025). *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Peningkatan Edukasi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) dan Aktivitas Fisik Dengan Media Buku Saku di Desa Wadung, Kecamatan Pakisaji, Kabupaten Malang*. 10(2).
- Wibowo, A. T., dkk (2025). *Literasi Olahraga Terkait Gaya Hidup Aktif dan Sehat*. 4. <https://jurnal.jomparnd.com/index.php/jpabdi>.
- Zahrany, A., dkk. (2024). *Senam sehat dan edukasi manfaat aktivitas fisik pada murid sekolah dasar*. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 240–247. <https://doi.org/10.55681/swarna.v3i2.1190>.