

## Mahasiswa KKN 120 Gelar Senam Pagi Bersama Anak-Anak Teupin Ara



Mahasiswa KKN 120 Gelar Senam Pagi Bersama Anak-Anak Teupin Ara

**UNIMALNEWS | Lhoksukon** - Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kelompok 120 Universitas Malikussaleh melakukan senam pagi bersama anak-anak yang bertempat di depan meunasah Gampong Teupin Ara Kecamatan Samudera, Aceh Utara, Minggu (6/11/2022).

Kegiatan senam dilakukan untuk mendorong semangat hidup sehat kepada anak-anak gampong. Kegiatan senam yang dilakukan juga diiringi dengan edukasi pengetahuan anak-anak gampong yang di pandu oleh wakil ketua kelompok Teza Zulfahmi.

Teza Zulfahmi menuturkan, kegiatan senam pagi memiliki manfaat yang luar biasa bagi tubuh kita, terlebih lagi untuk tumbuh kembang anak-anak. Gerakan yang terdapat pada senam mempunyai banyak manfaat salah satunya untuk melatih otot-otot pada tubuh juga melatih gerakan motorik pada anak.

“Dengan gerakan motorik yang terlatih, diharapkan anak dapat lebih terampil dan kreatif lagi baik di rumah, sekolah dan lingkungan bermain,” katanya.

Lanjut Teza Zulfahmi, kegiatan ini juga di ikuti oleh masyarakat sekitar gampong. “Anak-anak gampong yang hadir mengikuti dengan baik semua gerakan pada senam serta diikuti juga oleh seluruh anggota kelompok. Terlihat begitu jelas bahwa anak-anak gampong yang ekspresif dan cepat tanggap. Direncanakan senam pagi dilakukan setidaknya paling kurang satu kali dalam seminggu agar tetap hidup sehat,” ungkapnya.

Dosen Pembimbing Lapangan (DPL), Sri Meutia MT menyampaikan, mengawali hari dengan semangat di antaranya senam pagi yang akan memberikan kontribusi positif untuk tubuh di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat.[tmi]

**Tanggal:** 08 November 2022

**Post by:** [Tami](#)

**Kategori:** [News](#), [Geliat Mahasiswa](#),

**Tags:** [Unimal](#), [Aceh](#), [KKN](#),