

Generasi Muda Berkarakter Olahraga

TANGGAL 9 September selalu diperingati sebagai Hari Olahraga Nasional (Haornas). Mendengar kata olahraga tentunya tidak terlepas dengan semboyan "mens sana in corpore sano". Artinya di dalam tubuh yang sehat, tidak hanya jasmani yang sehat, tetapi juga terdapat jiwa yang sehat pula begitu pula sebaliknya jiwa yang sehat harus diimbangi dengan jasmani yang sehat dengan aktivitas berolahraga. Apalagi bila tekun berolahraga, jiwa menjadi sehat, jiwa berpikiran positif dalam kehidupannya. Pada akhirnya melalui olahraga karakter dapat terbentuk.

Kamisa (1997: 281) mengungkapkan, karakter seseorang merupakan sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan yang satu dengan yang lain sehingga menjadi berkarakter dengan memiliki watak dan berkepribadian. Artinya, selalu mengaplikasikan nilai kebaikan akan kepribadian dengan melakukan tindakan seimbang tingkah lakunya.

Di dalam karakter seseorang terdapat beberapa nilai yang dianut, seperti kejujuran, keadilan, tanggung jawab, kedamaian, respek terhadap diri sendiri/percaya diri dan menghormati peraturan yang ada. Sebagai contoh, nilai kejujuran, bagaimana seseorang yang selalu dapat dipercaya baik dalam segala perkataan seimbang dengan tindakan maupun sesuatu yang

Oleh: Chatarina Dwi



ILUSTRASI JOS

dikerjakannya. Ditunjang pula dengan sikap kedisiplinan, kerja keras, kreatif, mandiri, cinta tanah air, menghargai prestasi, cinta damai dan lain sebagainya.

Pelaku - Peminat

Kaitannya dengan olahraga karakter dapat terbentuk bila pelaku maupun peminat olahraga selalu berwatak dan berkepribadian yang baik dengan selalu menjunjung tinggi akan peraturan yang ada. Dengan selalu memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran maupun prestasi dengan ditunjang kualitas manusia yang selalu menanamkan nilai karakter bangsa (sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan kesatuan bangsa serta memperkokoh

ketahanan nasional) sehingga dapat mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Karena itu, melalui olahraga, karakter suatu bangsa dapat terbentuk bila dilandasi kebersamaan yang lebih berkepribadian luhur. Salah satunya melalui nilai karakter disiplin, dapat selalu mematuhi aturan main dalam olahraga, baik ketentuan maupun peraturan yang telah dipatenkan dan sesuai prosedur. Melalui karakter semangat kebangsaan dengan diwujudkan dalam berolahraga mampu menorehkan prestasi bukan hanya bagi pribadinya sendiri ataupun kelompoknya sendiri, melainkan bahwa prestasi yang dicapai semua hanya demi kepentingan serta kehormatan bangsa dan

negaranya, terwujudlah kebanggaan tanah air.

Inilah yang perlu terbangun dan dibangun di dalam diri generasi muda. Generasi muda perlu berkarakter olahraga. Menjauhkan sikap egoisme kelompok atau pribadi untuk membangun cinta damai terlebih mempererat persatuan dan kesatuan. Sikap toleransi dan kebersamaan perlu dijunjung dan terbentuk rasa tanggung jawab, bahwa apa yang dilakukan sama halnya melaksanakan tugas dan kewajiban. Kewajiban yang seharusnya dilakukan, baik bagi dirinya sendiri, masyarakat, lingkungan sekitarnya (alam, sosial dan budaya), negara sampai kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Sebagai generasi muda, saatnya menunjukkan dan memperkuat karakter yang dimiliki, salah satunya melalui olahraga. Keberhasilan pembangunan nasional terletak bagaimana kita dapat mengembangkan maupun mewujudkan karakter melalui kegiatan keolahragaan. Baik untuk menjadikan sebagai gaya hidup yang sehat dan bugar, disamping itu sebagai pemersatu yang selalu menunjukkan karakter bangsa.

** Chatarina Dwi,
Siswi Kelas XI
Jurusan Bisnis Daring
dan Pemasaran, SMKN 1,
Jalan Kemetiran Kidul
Gedongtengen
Yogyakarta.*

Puisiku

Senandung Getir Nelayan Karya: Nanda Marlina

Angin membawa lamunan langit biru
Merayu getir ombak
Menuju markas penghempas dahaga
Menjaring suapan kasih buah keluarga

Meraih jala enggan menjelma
Kakap tenggiri malu mendekapnya
Mungkinkah sebuah pertanda?
Bapak melintas menuju tangan hulu

Pucat usang terlihat pelupuk mata bapak
Komat-kamit getir mencekam bibir laut
Merayu-rayu menggerutu
Hanya harapan kdp mata palsu

Nabastala waktu melarut sergap
Menantang karang dibalik getir petang
Bapak meminta pada semesta
Berdzikir senandungnya

Beralih pandang merampas selaksa bintang
Meraih mendayung menuju tembok beratap
Sepasang pelana hampa
Terhentinya langkah kaki

Banjarnegara, 10 Juli 2022

**) Nanda Marlina,
Siswi Madrasah Aliyah
Cokroaminoto Pagedongan 1,
Banjarnegara*

Ayo Kirimkan Karyamu !

AYO kirim karyamu di Rubrik KACA - Kedaulatan Rakyat, edisi Jumat untuk siswa-siswi SLTP - SLTA. Kiriman naskah bisa berupa: Opini tema aktual - Siswa Bicara, puisi - Parade Karya, cerita remaja, profil siswa-siswi berprestasi.

@ Cantumkan identitas diri, nama penulis, sekolah, kontak HP/WA, email, nomor rekening.

@ Materi tulisan - foto difile sendiri-sendiri. Naskah yang dimuat ada honorarium.

@ Materi dikirim ke email: jayadi.kastari@gmail.com. Terima kasih.

(Redaksi KACA - KR)

KAWANKU ARENA KREASI ANAK

MARI MENULIS

Sakit Perut

SAAT ibu dan bapakku membangunkan aku dari tidur pagi. Badanku terasa lemah dan perutku sakit. Ibu menyiapkan air hangat untuk mandi agar aku bisa segera berangkat ke sekolah. Tetapi saat aku selesai memakai seragam sekolah perutku sakit lagi. Akhirnya ibuku memintakan izin tidak berangkat sekolah kepada Bapak Yusup selaku wali kelas 3. Ibu memberiku obat agar sakit perutku segera sembuh.***

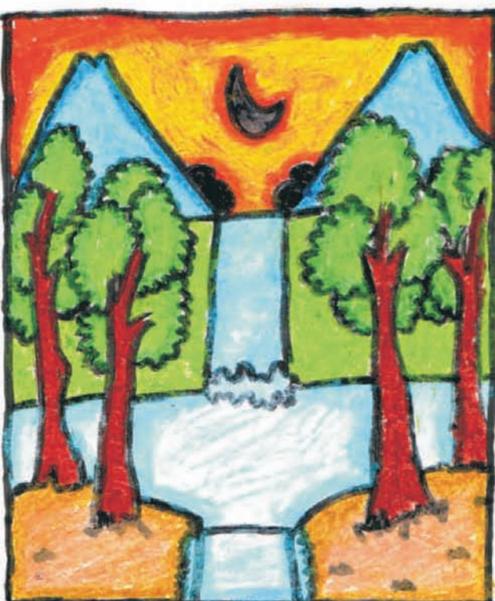
ILUSTRASI JOS



Naura Nayzila

Kelas 3 SDN Ngijon 1 Gedongan
Sumberagung Moyudan Sleman 55563

MARI MENGGAMBAR



Intan Khairunnisa

Kelas 5 SD Muh Bodon, Jagalan, Banguntapan, Bantul

CERNAK

Komandan Jempolan

Oleh : Wening Niki Yuntari

SENIN pagi, ketika jarum jam menunjukkan pukul setengah tujuh, wajah Tegar sudah tampak kuyu. Ia yang biasanya menyapa teman-teman dengan ramah, kini hanya duduk di bangkunya sambil menahan tangis. Tangan kanannya memegang pundak kirinya yang kecil. Angga yang melihat keanehan itu, menghampirinya lalu bertanya, "kamu kenapa?"

Tegar melepas tangannya yang ada di pundak. Seragamnya sobek cukup lebar, hingga memperlihatkan bahunya yang kecil. Matanya semakin merah, tangisnya mulai pecah. Teman-temannya di kelas mengerumuninya penuh rasa ingin tahu.

"Tadi Fira menarik seragamku hingga sobek," kata Tegar terbata-bata di sela isaknya. Seragamnya yang sudah lusuh terlihat semakin mengesankan.

Angga menatap temannya itu kasihan. Tegar memang pernah bilang kalau seragamnya belum pernah ganti sejak kelas satu. Padahal sekarang mereka sudah kelas empat. Mungkin jahitan seragamnya sudah tak sekuat dulu.

Tiba-tiba saja Fira mendekat ke arah mereka lalu minta maaf sambil menangis. Dia takut sekaligus dan ikut sedih melihat temannya terisak seperti itu karena ulahnya. Padahal selama ini Tegar dikenal sebagai siswa yang pintar, murah senyum, jarang menangis, dan tidak mudah marah.

"Maafkan aku, Tegar. Sungguh aku tidak sengaja saat bercanda tadi. Aku tidak tahu kalau seragammu bisa sampai sobek. Aku akan menggantinya," katanya penuh penyesalan. Tegar tak menanggapi karena masih saja menangis.

Di tengah hujan tangis itu, Pak guru memanggil petugas upacara untuk lekas ke lapangan. Suasana menjadi



ILUSTRASI JOS

gaduh. Pasalnya hari ini adalah jatah kelas empat menjadi petugas upacara.

"Bagaimana ini? Tegar kan jadi pemimpin upacara!" bisik salah satu anak.

Angga melihat Tegar masih menangis tersedu-sedu. Ia jadi paham alasan Tegar bisa sampai seperti itu. Hari ini Tegar harus bertugas sebagai pemimpin upacara. Bagaimana bisa dia tampil dengan kondisi seragam yang sobek? Dia pasti malu dan takut teman-teman menertawakannya.

Angga lantas membuka seragam putihnya dengan cepat lalu menyerahkannya pada Tegar. Anak itu menatap Angga bingung.

"Pakai seragamku. Kamu harus menjadi pemimpin upacara hari ini. Seragammu biar aku pakai, sepertinya muat," katanya sambil tersenyum.

Isak Tegar sedikit berkurang, lalu bertanya pada Angga, "apa tidak masalah?"

"Tentu tidak. Aku hari ini tidak ikut bertugas, jadi tak akan ada yang memperhatikanku. Kelas kita harus menjadi petugas upacara yang luar biasa hari ini!" kata anak itu begitu menggebu-gebu. "Sekarang hentikan tangismu dan segera ganti baju. Kamu harus melakukan persiapan di lapangan."

Tegar yang merasa bertanggung jawab langsung menyeka air mata dan ingusnyanya. Ia ambil seragam Angga lalu menyerahkan miliknya. Mereka bertukar

seragam. Ia memakai seragam itu dan atributnya dengan cepat, kemudian mencuci muka. Tegar tak ingin ada satu pun peserta upacara yang mengetahui bahwa ia baru saja menangis. Setelah minum air sedikit, ia bergegas pergi ke lapangan bersama petugas yang lain.

"Terima kasih, Ngga. Kamu baik sekali," katanya pada Angga yang tengah mengancingkan seragam. Temannya itu mengangguk memberinya jempol tanda penyemangat.

Tak lama kemudian, upacara dimulai. Kegiatan rutin hari Senin itu berlangsung dengan khidmat. Petugas upacara dari kelas empat menjalankan perannya dengan luar biasa hingga bendera bisa berkibar di tiang tertinggi.

Tegar pun menjalankan tugasnya dengan baik. Tak ada yang tahu bahwa dia sempat menangis sesaat sebelum upacara dan seragam yang ia pakai bukanlah miliknya. Bahkan peserta upacara banyak yang kagum pada Tegar dan terang-terangan memujinya.

Setelah upacara selesai, ibu kepala sekolah mendekati Tegar lalu berkata, "Tegar, penampilan kamu bagus sekali. Kamu memang komandan jempolan! Kamu sangat berani dan percaya diri. Suaramu juga lantang. Besok kalau ada lomba upacara, kamu jadi komandan ya."

Tegar tersenyum gembira mendengarnya.

"Ciee, komandan jempolan," goda Angga yang tak sengaja mendengar percakapannya dengan ibu kepala sekolah.

"Terima kasih, Ngga. Karenamu aku bisa menjadi pemimpin upacara dengan baik," ucapnya tulus, "setelah ini seragammu akan kukembalikan."

"Siap, Pak komandan!" sahut Angga sambil memberi hormat. Keduanya tertawa bersama lalu berjalan dengan riang menuju kelas.

Berbah, 06 September 2022

**Pengirim: Wening Niki Yuntari,
Tlogowono RT 06 RW 05, Tegaltirto,
Berbah, Sleman, Yogyakarta**

Naskah dan gambar untuk Rubrik Kawanku bisa dikirim melalui e-mail: Kawankukaer@gmail.com