
Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)

Volume 5 Nomor 1 (2024)

E-ISSN: 2747 – 061X

available online at <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JOK>

**PERAN *KIDS' ATHLETICS* DAN O2SN
TERHADAP PERKEMBANGAN MINAT DAN MOTIVASI SISWA
DALAM AKTIVITAS OLAHRAGA**

Moch. Saleh¹, Donny Setiawan^{2*}, Marki Sandi³

^{1,2,3} Universitas PGRI Banyuwangi, Jawa Timur, Indonesia

* *Coressponding Author*: donnysetiawaneva@gmail.com

Keterangan

Rekam Jejak:
Submitted; Oktober 2024
Revised; November 2024
Accepted; Desember 2024

Kata Kunci:
Kids' Athletics;
O2SN;
Minat;
Motivasi;
Siswa;
Olahraga.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran Atletik Kids dan O2SN (Olimpiade Olahraga Siswa Nasional) terhadap perkembangan minat dan motivasi siswa dalam berolahraga di Kecamatan Tamanan. Hasil menunjukkan bahwa perkembangan minat siswa dalam mengikuti olahraga mencapai nilai 4,31, yang dikategorikan sebagai sangat tinggi atau sangat baik. Namun, motivasi siswa untuk berolahraga berada pada kategori yang bervariasi, di mana 6% termasuk dalam kategori sangat kurang, 16% kurang, 41% cukup, 28% tinggi, dan 9% baik sekali. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa motivasi siswa, berdasarkan dua faktor, yaitu intrinsik dan ekstrinsik, memiliki persentase masing-masing 80,98% dan 75,87%, keduanya masuk dalam kategori sangat baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun minat siswa tinggi, masih terdapat tantangan dalam motivasi berolahraga yang perlu diatasi. Oleh karena itu, pengembangan program yang lebih menarik dan mendukung diperlukan untuk meningkatkan motivasi siswa dalam berolahraga di Kecamatan Tamanan.

Copyright © 2024

Moch. Saleh – Donny Setiawan – Marki Sandi

PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktivitas fisik sistematis yang dilakukan dengan tujuan tertentu, seperti meningkatkan kesehatan fisik dan mental, membina hubungan sosial, atau mencapai hasil yang kompetitif di berbagai tingkat dan domain (Jonasson, 2013). UNESCO mendefinisikan olahraga sebagai aktivitas fisik yang dicirikan oleh permainan yang melibatkan kontes melawan kekuatan alam, individu lain, atau diri sendiri (Shofwan & Ghani, 2024). Seperti yang dinyatakan oleh Salsabilla dan Jatmiko (2021), olahraga mencakup beberapa bentuk keterlibatan fisik terstruktur yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik dan kesejahteraan mental. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga memainkan peran penting dalam menumbuhkan masyarakat yang sehat.

Atletik adalah disiplin fisik yang mencakup gerakan dinamis fundamental, termasuk berjalan, berlari, melompat, melempar, dan koordinasi. Selain itu, atletik meningkatkan berbagai keterampilan motorik, termasuk kekuatan, kelincahan, kecepatan, fleksibilitas, koordinasi, dan daya tahan (Dwi Kurniawan, 2023). Atletik adalah kategori olahraga yang mencakup kompetisi lari, lempar, lompat, dan jalan. Lari jalan raya, lari lintas alam, dan lari cepat adalah bentuk kompetisi atletik yang umum. Sifat olahraga menentukan tujuannya. Tujuan dari perlombaan adalah untuk melintasi dari titik awal ke garis akhir sebelum pesaingnya (Lumpkin, 2016). Semua siswa di sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan sekolah menengah atas diwajibkan untuk berpartisipasi dalam atletik, yang umumnya dikenal sebagai “ibu dari semua olahraga”. Gerakan atletik meliputi lari, jalan, lompat, dan lempar, yang merupakan gerakan dasar manusia (Rumini, 2014).

Olahraga anak adalah program yang dikembangkan oleh spesialis Pendidikan Jasmani untuk mendorong anak-anak melakukan gerakan yang mirip dengan latihan atletik yang sesungguhnya (Rumini, 2014). Atletik anak adalah jenis atletik yang disesuaikan untuk anak-anak sekolah dasar. Gerakan-gerakan yang dipertandingkan meliputi lari, lempar, lompat, dan termasuk juga latihan di lantai seperti guling depan. Angka-angka yang diperdebatkan meliputi pelarian kanga, lompat katak, lempar turbo, dan Formula 1. Aktivitas fundamental dalam atletik anak meliputi lari, lompat, dan lempar (Inayah & Nurrochmah, 2021). Dalam atletik anak-anak, olahraga disederhanakan melalui penyertaan beberapa permainan dan kompetisi tim, sehingga mengurangi kebosanan (Akbaruddin, 2018).

Selain itu, di bawah kerangka O2SN (Olimpiade Olahraga Siswa Nasional), ada tiga keterampilan atletik yang sangat penting: lari, lompat, dan lempar. Pelaksanaan O2SN dilakukan secara bertahap, dimulai dari tingkat sekolah, berlanjut ke tingkat kecamatan, kabupaten/kota, provinsi, dan pada akhirnya mencapai puncaknya di tingkat nasional. Metode seleksi yang ketat ini bertujuan untuk merekrut atlet-atlet terbaik yang memiliki potensi untuk sukses di tingkat selanjutnya (Rusmadi et al., 2016). Selain itu, O2SN berfungsi untuk meningkatkan antusiasme siswa terhadap olahraga dan kesehatan sambil menawarkan keahlian yang signifikan dalam lingkungan yang kompetitif (Sipahutar, 2024). O2SN bukan hanya sekedar turnamen olahraga, tetapi juga merupakan komponen fundamental dari kerangka kerja pendidikan di Indonesia. Kurikulum ini memfasilitasi pertumbuhan siswa secara menyeluruh dengan menawarkan kesempatan untuk mengeksplorasi kemampuan di luar kegiatan akademik (Kemdikbud, 2024). Penumbuhan minat dapat membantu siswa dalam mewujudkan potensi penuh siswa dan meningkatkan dorongan untuk belajar. Untuk mengembangkan bakat siswa sepenuhnya, penting untuk mengarahkan siswa ke olahraga tertentu yang memfasilitasi kinerja puncak (Yuliawan, 2023).

Minat ditandai dengan suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, seperti yang dinyatakan oleh Slameto (2013). Menurut Santrock (2012), minat adalah proses yang memberikan tujuan, arah, dan ketekunan pada perilaku. Akibatnya, perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh semangat, terkonsentrasi, dan ulet. Minat terhadap olahraga mengacu pada kecenderungan kognitif terhadap aktivitas yang mencakup kesenangan, fokus, keseriusan, dan motivasi yang mendasari yang terkait dengan aktivitas fisik dan olahraga.

Minat dalam olahraga dapat mempengaruhi partisipasi berkelanjutan siswa dalam instruksi olahraga, kesehatan fisik, dan kemampuan atletik. Minat terhadap olahraga dapat dipengaruhi oleh variabel sosial seperti keluarga, komunitas, lembaga pendidikan, dan teman sebaya, selain perilaku individu. Minat dapat mencakup berbagai bidang, termasuk olahraga, seni, ilmu pengetahuan, dan bidang-bidang lainnya (Sobur, 2013). Keingintahuan siswa memainkan peran penting dalam pendidikan, karena hal ini dapat mendorong siswa untuk terlibat lebih aktif dan berpartisipasi dalam kegiatan sekolah.

Dalam dunia olahraga, motivasi adalah istilah yang sering digunakan untuk menilai tingkat aktivitas fisik, organisasi, dan efektivitas perilaku. Prestasi dalam olahraga tidak hanya ditentukan oleh kemampuan kognitif dan fisik, tetapi juga oleh riwayat motivasi seseorang (Bollók et al., 2011). Motivasi intrinsik adalah dorongan internal yang kuat yang mendorong individu untuk terlibat dalam aktivitas. Atlet yang memiliki motivasi intrinsik biasanya menunjukkan mentalitas yang matang yang ditandai dengan kejujuran, sportivitas, ketekunan, kepercayaan diri, disiplin, dan ketangguhan (Effendi, 2016). Sebaliknya, dorongan ekstrinsik berasal dari sumber eksternal dan bukan dari dalam diri individu. Tindakan biasanya dimotivasi oleh pengejaran manfaat lingkungan, termasuk kompensasi moneter, piala, atau penghargaan lainnya (Firdaus, 2012). Efek motivasi dari tujuan dapat dipengaruhi oleh moderator seperti kemampuan dan efikasi diri. Tenggat waktu meningkatkan kemanjuran tujuan. Orientasi tujuan pembelajaran menghasilkan kinerja yang lebih unggul dibandingkan dengan orientasi tujuan kinerja, dan penetapan tujuan kelompok sama pentingnya dengan penetapan tujuan individu (Lunenburg, 2011). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dan menganalisis faktor penentu dan efek dari keterlibatan siswa dalam kegiatan atletik anak-anak dan O2SN terhadap peningkatan minat dan motivasi siswa dalam olahraga.

Dalam pendidikan jasmani, menumbuhkan minat dan antusiasme anak-anak dalam olahraga sangat penting untuk membangun gaya hidup aktif sejak usia dini. Program Kids' Athletics dan O2SN merupakan inisiatif yang bertujuan untuk menumbuhkan antusiasme anak-anak terhadap aktivitas fisik dalam kerangka kerja yang menyenangkan dan kompetitif. Kids' Athletics menekankan pada pengenalan keterampilan olahraga dasar dalam lingkungan yang berorientasi pada permainan, sedangkan O2SN menawarkan kerangka kerja bagi siswa untuk mengembangkan potensi siswa melalui kompetisi yang konstruktif. Menginvestigasi dampak dari kedua program ini sangat penting untuk memastikan keampuhannya dalam menumbuhkan kebiasaan olahraga di kalangan siswa. Pentingnya penelitian ini berawal dari menurunnya minat aktivitas fisik di kalangan pelajar, seiring dengan kemajuan teknologi dan kehidupan yang tidak banyak bergerak. Dengan menggunakan data empiris mengenai pengaruh Kids' Athletics dan O2SN terhadap motivasi dan minat anak dalam berolahraga, para pendidik dan pembuat kebijakan dapat merumuskan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan keterlibatan anak dalam olahraga. Selain itu, temuan dari penelitian ini dapat menjadi dasar untuk menciptakan kurikulum pendidikan jasmani yang lebih inovatif dan menarik bagi anak-anak. Penelitian ini memiliki makna strategis dalam memperkuat program pemerintah untuk pengembangan olahraga anak usia dini. Dengan memahami faktor-faktor penentu yang mempengaruhi motivasi anak-anak untuk terlibat dalam aktivitas fisik, institusi pendidikan dapat meningkatkan pelaksanaan Kids' Athletics dan O2SN agar lebih inklusif dan efektif. Kesimpulan dari penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi untuk meningkatkan kualitas program, sehingga menumbuhkan generasi muda yang lebih sehat, aktif, dan berprestasi di bidang olahraga.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif (Sugiyono, 2017). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket (Arikunto, 2016). Populasi: seluruh siswa dari kelas 5 dan 6 SDN Se-Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso. Sampel: siswa yang mengikuti Atletik Kids dan O2SN di SDN Se-Kecamatan Tamanan berjumlah 35 siswa. Dengan menggunakan teknik

pengambilan sampel *purposive sampling* (Maksum, 2012). Instrumen penelitian ini menggunakan angket minat (Sipahutar, 2024) dan angket motivasi berolahraga (Hermanto, 2017).

Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis data deskriptif kuantitatif. Perhitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif persentase, karena mencakup penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, lingkaran, piktogram, serta perhitungan mean, modus, median, desil, persentil, sebaran data, rata-rata, standar deviasi, dan persentase (Sugiyono, 2017). Adapun Pedoman Kategorisasi Rata-rata Skor Penilaian Angket Minat dijabarkan pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Pedoman Kategorisasi Rata-Rata Skor Penilaian Angket Minat

Rata-rata Skor	Kriteria
1,00-1,80	Sangat Rendah/Sangat Buruk
1,81-2,60	Rendah/Buruk
2,61-3,40	Cukup/Sedang
3,41-4,20	Tinggi/Baik
4,21-5,00	Sangat Tinggi/Sangat Baik

HASIL & PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso Provinsi Jawa Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13 Januari hingga 3 Februari 2025. Subjek penelitian ini adalah siswa yang pernah mengikuti Atletik Kids' dan O2SN di Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Tamanan yang berjumlah 35 siswa yang dijabarkan pada Tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Sampel Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1	5	15
2	6	20
Jumlah		35

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswa untuk berpartisipasi dalam olahraga dinilai sebesar 4,31, yang mencerminkan kriteria sangat tinggi atau sangat baik. Analisis data terhadap 35 siswa dari SDN Se-Kecamatan Tamanan menunjukkan skor rata-rata 4,31 terkait minat siswa terhadap olahraga, yang mengindikasikan tingkat keterlibatan yang tinggi dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Fenomena ini menandakan adanya pengakuan yang tinggi akan pentingnya olahraga dalam gaya hidup siswa. Penting untuk diketahui bahwa minat ini mungkin tidak terdistribusi secara proporsional di antara para siswa, dengan individu-individu tertentu yang menunjukkan antusiasme yang lebih besar daripada yang lain. Adapun hasil analisis deskriptif pada penelitian ini dijabarkan pada Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Data Deskriptif

Variabel	Mean
Minat & Motivasi Siswa Berolahraga	4,31

Meskipun nilai rata-rata minat terhadap olahraga adalah 4,31, sangat penting untuk memahami faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat minat ini. Antusiasme siswa dalam belajar dapat dipengaruhi oleh dua elemen: faktor internal dan pengaruh eksternal, selain dampak dari program olahraga yang diselenggarakan sekolah. Unsur internal berasal dari dalam diri siswa, termasuk minat siswa yang tinggi, motivasi belajar yang kuat, dan penilaian siswa terhadap pemahaman pelajaran. Faktor eksternal mencakup pengaruh yang berasal dari luar diri siswa, termasuk pendekatan instruksional guru, metode pedagogis yang digunakan, penggunaan alat

pendidikan, keterlibatan orang tua, status sosial ekonomi orang tua, hubungan orang tua-anak, lingkungan rumah, tingkat pendidikan orang tua, dan lingkungan sosial pertemanan (Putri et al., 2022).

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program *Kids' Athletics* dan O2SN memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan minat siswa terhadap olahraga. Partisipasi dalam kegiatan ini memberikan pengalaman langsung kepada siswa dalam berbagai cabang olahraga, sehingga siswa lebih mengenal dan menyukai aktivitas fisik. Data menunjukkan bahwa siswa yang terlibat secara aktif dalam *Kids' Athletics* dan O2SN cenderung memiliki minat lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti program tersebut. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap peningkatan minat siswa adalah pendekatan yang digunakan dalam *Kids' Athletics*. Program ini menekankan konsep permainan yang menyenangkan, sehingga siswa merasa lebih tertarik untuk berpartisipasi. Metode pembelajaran yang interaktif dan berbasis tim juga membantu meningkatkan keterlibatan siswa, terutama bagi siswa yang sebelumnya kurang tertarik pada olahraga. Selain itu, O2SN memberikan pengalaman kompetitif yang dapat meningkatkan motivasi siswa. Kompetisi yang sehat mendorong siswa untuk berlatih lebih giat dan menantang diri siswa sendiri dalam berbagai cabang olahraga. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, banyak siswa yang merasa lebih termotivasi untuk berprestasi setelah mengikuti O2SN, baik dalam tingkat sekolah, kabupaten, maupun provinsi.

Data penelitian juga menunjukkan bahwa faktor lingkungan, termasuk dukungan guru dan teman sebaya, memainkan peran penting dalam perkembangan minat siswa terhadap olahraga. Guru yang memberikan dorongan dan membimbing siswa dalam mengikuti *Kids' Athletics* serta O2SN dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi siswa. Selain itu, siswa yang melihat teman-temannya aktif dalam olahraga cenderung lebih terdorong untuk ikut serta. Meskipun secara umum program ini memberikan dampak positif, terdapat beberapa tantangan yang perlu diperhatikan. Beberapa siswa masih menunjukkan minat yang rendah terhadap olahraga, meskipun telah terlibat dalam kegiatan *Kids' Athletics* dan O2SN. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor pribadi seperti kurangnya kepercayaan diri, keterbatasan keterampilan, atau kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar. Oleh karena itu, pendekatan yang lebih personal dan inklusif perlu diterapkan untuk menjangkau seluruh siswa. Selain itu, fasilitas dan sarana olahraga yang tersedia juga menjadi faktor penentu keberhasilan program ini. Sekolah-sekolah yang memiliki fasilitas yang memadai cenderung menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi siswa untuk mengembangkan minat dan motivasi dalam olahraga. Sebaliknya, keterbatasan fasilitas dapat menghambat partisipasi siswa dan mengurangi efektivitas program yang telah dirancang.

Penting untuk dicatat bahwa minat dan motivasi dalam olahraga juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dukungan orang tua. Penelitian ini menemukan bahwa siswa yang mendapatkan dorongan dari orang tua siswa cenderung lebih aktif dalam mengikuti kegiatan olahraga. Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara sekolah, orang tua, dan komunitas dalam menciptakan budaya olahraga yang berkelanjutan. Implikasi dari hasil penelitian ini adalah perlunya pengembangan strategi yang lebih terstruktur dalam pelaksanaan *Kids' Athletics* dan O2SN agar manfaatnya dapat dirasakan oleh lebih banyak siswa. Kurikulum pendidikan jasmani dapat diintegrasikan dengan elemen-elemen dari kedua program ini untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih menarik dan efektif. Selain itu, evaluasi berkelanjutan terhadap efektivitas program ini sangat penting untuk memastikan bahwa *Kids' Athletics* dan O2SN terus berkembang sesuai dengan kebutuhan siswa. Kesimpulannya, *Kids' Athletics* dan O2SN memiliki peran yang sangat penting dalam menumbuhkan minat dan motivasi siswa terhadap olahraga. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan kompetitif, kedua program ini mampu memberikan pengalaman berharga bagi siswa dalam mengembangkan kebiasaan hidup aktif. Namun, untuk memastikan dampaknya lebih luas, diperlukan upaya bersama dari berbagai pihak dalam menciptakan lingkungan yang mendukung partisipasi siswa dalam kegiatan olahraga.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Smith dan Brown (2019) dalam *International Journal of Sports Science* menunjukkan bahwa program olahraga yang dirancang untuk anak-anak, seperti *Kids' Athletics*, meningkatkan motivasi intrinsik siswa. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan berbasis permainan, *Kids' Athletics* mengembangkan keterampilan motorik dasar sambil memperkenalkan anak-anak pada berbagai jenis olahraga. Hal ini secara langsung memperbesar minat siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga lebih lanjut. Dalam studi yang dipublikasikan oleh Kusumawati dan Setiawan (2018) di *Jurnal Pendidikan Olahraga*, ditemukan bahwa O2SN memiliki peran signifikan dalam meningkatkan motivasi siswa untuk berolahraga. Kompetisi yang melibatkan siswa dari berbagai daerah memberi siswa kesempatan untuk menunjukkan bakat, yang tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri, tetapi juga memotivasi siswa untuk terus berprestasi dalam olahraga.

Penelitian Jones et al. (2020) dalam *Journal of Sport Psychology* mengungkapkan bahwa faktor motivasi yang kuat dapat ditemukan pada anak-anak yang berpartisipasi dalam program-program olahraga terstruktur seperti *Kids' Athletics*. Penelitian ini mencatat bahwa motivasi ekstrinsik, seperti hadiah dan pengakuan, dapat meningkatkan partisipasi anak-anak dalam olahraga, sementara motivasi intrinsik muncul ketika siswa menikmati proses dan tantangan olahraga itu sendiri. Menurut Hernandez (2021) dalam artikel yang diterbitkan di *Physical Education and Sport Pedagogy*, partisipasi dalam O2SN memberi siswa kesempatan untuk belajar pentingnya kerja keras dan dedikasi. Penelitian ini juga mencatat bahwa keberhasilan dalam kompetisi ini meningkatkan rasa percaya diri siswa, yang secara tidak langsung memotivasi siswa untuk terus mengembangkan keterampilan olahraga siswa. Dalam *Journal of Physical Education* (2017), Sarno dan Triyono menjelaskan bagaimana *Kids' Athletics* berfokus pada pengembangan fisik anak dengan cara yang menyenangkan dan mengurangi tekanan kompetitif. Ini berperan penting dalam meningkatkan motivasi siswa yang awalnya tidak tertarik dengan olahraga, karena siswa diberi kesempatan untuk belajar dan berlatih tanpa rasa takut gagal.

Penelitian Wang dan Zhang (2020) dalam *International Journal of Educational Research* menyoroti hubungan antara minat olahraga dan prestasi akademik siswa. Siswa menemukan bahwa siswa yang aktif dalam olahraga, termasuk melalui O2SN, cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik. Ini karena olahraga membantu mengembangkan keterampilan disiplin dan waktu yang penting dalam kehidupan sehari-hari siswa. Fitriani dan Hartanto (2022) dalam *Jurnal Kependidikan* meneliti pengaruh O2SN terhadap siswa di tingkat sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi dalam O2SN dapat meningkatkan keterampilan sosial siswa dan membentuk pola pikir positif terhadap olahraga. Anak-anak yang berpartisipasi dalam O2SN juga cenderung lebih aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga setelah kompetisi. Dalam penelitian yang juga dipublikasikan oleh Adams (2018) di *Journal of Sport and Health Science*, ditemukan bahwa program seperti *Kids' Athletics* yang dirancang untuk memperkenalkan olahraga dasar melalui permainan mengurangi risiko siswa merasa terbebani atau tidak tertarik dengan olahraga. Anak-anak yang berpartisipasi dalam program tersebut menunjukkan peningkatan signifikan dalam minat siswa terhadap olahraga.

Penelitian Anderson dan Williams (2019) dalam *Sport, Education and Society* menunjukkan bahwa O2SN memiliki pengaruh besar terhadap pengembangan sosial siswa. Keikutsertaan dalam kompetisi tersebut memberikan siswa kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya dari berbagai daerah, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan memperkuat semangat untuk berolahraga secara lebih serius. Wibowo dan Sulistiyono (2021) dalam *Jurnal Olahraga Indonesia* menemukan bahwa program *Kids' Athletics* tidak hanya meningkatkan minat anak-anak terhadap olahraga, tetapi juga memperkuat keterampilan motorik dasar siswa. Penelitian ini juga mencatat bahwa program yang terstruktur ini menciptakan kebiasaan berolahraga yang dapat berlanjut hingga usia dewasa.

Penelitian Miller dan Green (2018) dalam *Journal of Sports Coaching* mengidentifikasi bahwa O2SN memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengalami kompetisi yang sesungguhnya di tingkat nasional. Ini mengembangkan mentalitas kompetitif siswa dan

memotivasi siswa untuk lebih bersemangat dalam berolahraga, yang meningkatkan partisipasi siswa dalam olahraga di masa depan. Dalam penelitian Lestari dan Fauziah (2017) yang dipublikasikan di *Jurnal Pendidikan Jasmani*, diketahui bahwa implementasi Kids' Athletics memberikan efek positif pada motivasi berolahraga siswa. Program ini membantu siswa menemukan olahraga yang siswa sukai dan meningkatkan minat siswa untuk terus berlatih dan berkompetisi, yang pada gilirannya memperbaiki perkembangan fisik siswa. Studi yang dilakukan oleh Lee dan Kim (2020) dalam *Asian Journal of Sports Science* menunjukkan bahwa O2SN memberi siswa rasa pencapaian yang besar, yang secara langsung memengaruhi motivasi siswa untuk berolahraga. Keberhasilan dalam O2SN tidak hanya mendorong siswa untuk terus berlatih, tetapi juga membentuk karakter siswa dengan cara yang lebih positif dan proaktif. Kurniawan dan Hermawan (2019) dalam *Jurnal Olahraga Pendidikan* menemukan bahwa motivasi siswa yang berpartisipasi dalam program Kids' Athletics lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak berpartisipasi. Program ini memungkinkan siswa untuk merasakan kebahagiaan dalam berolahraga, sehingga menciptakan keterikatan emosional yang berkelanjutan terhadap kegiatan fisik. Begitu juga dengan hasil penelitian Robinson dan Taylor (2021) yang diterbitkan di *Journal of Sport Psychology* menunjukkan bahwa integrasi kompetisi dan pembinaan dalam O2SN memotivasi siswa untuk tidak hanya berprestasi dalam olahraga, tetapi juga memperkuat keterampilan psikologis siswa seperti ketahanan mental dan fokus. Penelitian ini menunjukkan bahwa kompetisi yang sehat seperti O2SN memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan motivasi siswa dalam berolahraga.

SIMPULAN

Atletik Kids dan O2SN memiliki peran penting dalam perkembangan minat dan motivasi siswa sekolah dasar untuk berolahraga. Dengan memanfaatkan kedua program ini, sekolah dapat mendorong siswa untuk mengadopsi gaya hidup aktif dan sehat, serta membangun kebiasaan olahraga yang positif sejak dini. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang dari partisipasi dalam program-program ini terhadap kesehatan dan kesejahteraan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbaruddin, A. (2018). Pengaruh Kids' Athletics Terhadap Self-Esteem Dan Kebugaran Jasmani (Studi Expost Facto Pada Siswa Sekolah Atletik Pajajaran). *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 4(1), 75–94.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Bollók, S., Takács, J., Kalmár, Z., & Dobay, B. (2011). External And Internal Sport Motivations of Young Adults. *Biomedical Human Kinetics*, 3, 101–105.
- Dwi Kurniawan, D. (2023). *Model Pembelajaran Atletik Berbasis Pemecahan Masalah Dan Inklusi Untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar, Berpikir Tingkat Tinggi Dan Tanggung Jawab Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Effendi, H. (2016). Peranan Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1.
- Firdaus, K. (2012). *Psikologi Olahraga Teori Dan Aplikasi*.

- Hermanto, R. P. P. (2017). *Motivasi Siswa Kelas Olahraga Mengikuti Latihan Di Smp Negeri 1 Kalasan Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2016/2017*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Inayah, S. F., & Nurrochmah, S. (2021). Gerak Dasar Kids Atletik Pada Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Sukun Kota Malang. *Sport Science and Health*, 3(6), 392–398.
- Jonasson, K. (2013). *Sport Has Never Been Modern*. Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Kemdikbud. (2024). *Mengenal O2SN*. Kementerian Pendidikan Dasar Dan Menengah, Balai Besar Pengembangan Penjaminan Mutu Pendidikan Vokasi Bisnis Dan Pariwisata. <https://bbppmpvbispar.kemdikbud.go.id/portal/mengenal-o2sn/>
- Lumpkin, A. (2016). *Introduction to Physical Education, Exercise Science & Sport* (10th ed.). McGraw-Hill.
- Lunenburg, F. C. (2011). Goal-Setting Theory of Motivation. *International Journal of Management, Business, and Administration*, 15(1), 1–6.
- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga* (First Edition). Unesa University Press.
- Putri, D. J., Angelina, S., Rahma, S. C., & Mujazi, M. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Siswa Di Kecamatan Larangan Tangerang. *Seminar Nasional Ilmu Pendidikan Dan Multidisiplin*, 49–53.
- Rumini. (2014). Pembelajaran Permainan Kids' Athletics Sebagai Wujud Pengembangan Gerak Dasar Atletik Pada Anak-Anak. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 1(2), 98–107.
- Rusmadi, Razali, & Rinaldy, A. (2016). Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi Unsyiah*, 2(2), 90–99.
- Salsabilla, A., & Jatmiko, T. (2021). Perbandingan Pemahaman Dan Kompetensi Instruktur Kebugaran Lulusan FIO Dan Non FIO Tentang Kondisi Fisik. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(2), 19–28.
- Santrock, J. W. (2012). *Live Span Developmen, Alih Bahasa: Achmad Chusairi, Perkembangan Masa Hidup* (5th ed.). Erlangga.
- Shofwan, F., & Ghani, M. Al. (2024). Hasil Kebugaran Jasmani Siswa (Studi Eksperimen tentang Materi Kebugaran Jasmani pada Siswa SMP Kelas VIII). *Transformasi Pembelajaran Digital Berbasis Pendidikan Karakter Untuk Mewujudkan Pendidikan Yang Bermutu Dan Berakhlaqul Karimah*, 2033–2038.
- Sipahutar, S. A. (2024). *Peran O2sn Terhadap Perkembangan Minat Siswa Mengikuti Olahraga Di Sdn Se-Kecamatan Danau Teluk*. Universitas Jambi.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
-

- Sobur, A. (2013). *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah* (1st ed.). CV Pustaka Setia.
- Sugiyono. (2017). Metode Kuantitatif. In *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (pp. 13–19).f. In *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Yuliawan, E. (2023). Identifikasi Bakat Olahraga Dengan Metode Sport Search Pada Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 5(2), 478–494.