



Sosialisasi Pengenalan Olahraga *Atletik Kids* pada Siswa Sekolah Khusus Olahraga (SKO) RIAU

Nova Risma¹, I Bagus Endrawan², Raffly Henjilito³

Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Islam Riau^{1,3}

Program Studi Magister Pendidikan Jasmani, Universitas Bina Darma²

e-mail: novarisma@edu.uir.ac.id, bagus.endrawan@binadarma.ac.id,
rafflyhenjilito@edu.uir.ac.id

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan minat siswa Sekolah Khusus Olahraga (SKO) Riau terhadap olahraga atletik melalui pendekatan *Atletik Kids*. *Atletik Kids* merupakan model pembelajaran atletik yang dimodifikasi sesuai karakteristik anak dengan menekankan unsur bermain, keselamatan, dan penguasaan gerak dasar. Metode pelaksanaan pengabdian meliputi sosialisasi, demonstrasi, praktik langsung, serta refleksi kegiatan. Subjek kegiatan adalah siswa SKO Riau yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan secara aktif. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap konsep dasar atletik, meningkatnya antusiasme dan partisipasi siswa, serta berkembangnya kemampuan gerak dasar lari, lompat, dan lempar. Kegiatan ini memberikan kontribusi positif terhadap pembinaan olahraga usia dini dan dapat dijadikan model awal pengenalan atletik berbasis *Atletik Kids* di lingkungan sekolah keolahragaan.

Kata Kunci: *Sosialisasi, Atletik Kids, Sekolah Khusus Olahraga (SKO) Riau*

Abstract

This community service activity aimed to enhance students' understanding of and interest in athletics at the Riau Sports Special School (Sekolah Khusus Olahraga/SKO Riau) through the *Athletics for Kids* approach. *Athletics for Kids* is a modified athletics learning model designed according to children's characteristics, emphasizing play-based activities, safety, and the development of fundamental movement skills. The implementation methods included socialization sessions, demonstrations, hands-on practice, and reflective activities. The participants were SKO Riau students who actively engaged in all stages of the program. The results indicated an improvement in students' understanding of basic athletics concepts, increased enthusiasm and active participation, and enhanced fundamental movement skills, particularly running, jumping, and throwing. This activity contributes positively to early-age sports development and may serve as an initial model for introducing athletics through the *Athletics for Kids* approach in sports-oriented school settings.

Kata Kunci: Socialization, *Athletics for Kids*, Sports Special School (SKO) Riau.

PENDAHULUAN

Olahraga atletik merupakan cabang olahraga dasar yang memiliki peran penting dalam pengembangan kemampuan fisik, motorik, dan karakter peserta

didik (World Athletics, 2017). Atletik mencakup gerak dasar manusia seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar yang menjadi fondasi bagi berbagai cabang olahraga lainnya. Oleh karena itu, pengenalan atletik sejak usia dini menjadi sangat penting dalam proses pembinaan olahraga jangka panjang serta peningkatan literasi fisik anak (Zhang et al., 2025).

Secara teoritis, pembinaan olahraga usia dini harus berorientasi pada pengembangan multilateral, yaitu pengembangan kemampuan gerak secara menyeluruh sebelum mengarah pada spesialisasi cabang olahraga tertentu. Konsep *Long Term Athlete Development (LTAD)* menekankan bahwa anak-anak perlu melalui tahapan perkembangan motorik dasar secara sistematis sebelum memasuki fase spesialisasi olahraga (Balyi et al., 2018; *Frontiers in Sports and Active Living*, 2025). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa penerapan LTAD di lingkungan sekolah berkontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan gerak fundamental dan partisipasi aktif siswa dalam aktivitas jasmani (Sumpena et al., 2025).

Atletik Kids hadir sebagai pendekatan pembelajaran atletik yang dirancang khusus untuk anak-anak dengan memodifikasi peraturan, alat, dan bentuk aktivitas agar sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik (World Athletics, 2017). Program ini menekankan aktivitas yang menyenangkan, aman, dan menantang melalui unsur permainan. Sejalan dengan itu, penerapan Kids' Athletics terbukti mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan aktif, serta perkembangan sosial-emosional anak dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Huang & Choosakul, 2025).

Ditinjau dari perspektif perkembangan motorik, kemampuan motorik dasar merupakan prasyarat penting bagi penguasaan keterampilan olahraga yang lebih kompleks. Anak yang memiliki pengalaman gerak dasar yang baik akan lebih mudah mengembangkan keterampilan spesifik pada cabang olahraga tertentu (Zhang et al., 2025). Penelitian empiris menunjukkan bahwa program Kids' Athletics secara signifikan meningkatkan kemampuan lari, lompat, dan lempar pada anak usia dini dan sekolah dasar (Qibtiyah et al., 2025; Iradnus & Nurrochmah, 2021).

Selain itu, unsur bermain aktif dalam Atletik Kids berperan penting dalam meningkatkan minat dan kesenangan siswa terhadap cabang olahraga atletik. Studi terbaru mengungkapkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan minat siswa sekolah dasar terhadap olahraga atletik sekaligus mendukung perkembangan kebugaran jasmani (Farhanto et al., 2025; Perdana & Lumintuarso, 2026). Dengan demikian, Atletik Kids tidak hanya berfungsi sebagai sarana pembelajaran gerak, tetapi juga sebagai media pembentukan sikap positif terhadap aktivitas fisik.

Sekolah Khusus Olahraga (SKO) Riau sebagai lembaga pembinaan olahraga memiliki peran strategis dalam menyiapkan calon atlet berprestasi sejak usia dini. Namun demikian, pengenalan konsep Atletik Kids masih perlu disosialisasikan secara sistematis agar siswa memahami dasar-dasar atletik

dengan benar, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka (World Athletics, 2017; Sumpena et al., 2025). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi pengenalan olahraga Atletik Kids pada siswa SKO Riau sebagai upaya mendukung pembinaan olahraga jangka panjang.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Sekolah Khusus Olahraga (SKO) Riau dengan sasaran siswa tingkat dasar dan menengah awal. Metode pelaksanaan kegiatan diawali dengan sosialisasi dan edukasi berupa pemberian materi mengenai pengertian Atletik Kids, tujuan, manfaat, serta jenis-jenis aktivitas atletik yang sesuai dengan tahap perkembangan usia anak. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, sehingga siswa dapat mengikuti kegiatan dengan antusias. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi, di mana tim pengabdian memberikan contoh langsung gerakan dasar *Atletik Kids*, seperti lari rintangan sederhana, lompat melalui media yang telah dimodifikasi, serta aktivitas lempar menggunakan alat yang aman dan ringan. Setelah itu, siswa dilibatkan dalam praktik langsung melalui berbagai permainan dan aktivitas *Atletik Kids* yang dirancang berbasis permainan (*game-based learning*), sehingga siswa dapat memperoleh pengalaman belajar atletik yang menyenangkan sekaligus melatih kemampuan gerak dasar mereka. Pada akhir kegiatan, dilakukan diskusi dan refleksi secara singkat untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan serta memberikan penguatan agar siswa semakin memahami dan tertarik terhadap olahraga atletik sejak dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa siswa SKO Riau memberikan respons yang sangat positif terhadap sosialisasi Atletik Kids. Seluruh siswa mengikuti kegiatan dengan tingkat partisipasi yang tinggi, baik pada sesi sosialisasi materi maupun praktik lapangan. Siswa terlihat antusias mengikuti setiap rangkaian kegiatan, baik pada saat penyampaian materi maupun praktik lapangan.

Secara umum, hasil kegiatan pengabdian memberikan beberapa dampak positif, antara lain: 1. Meningkatnya pemahaman siswa mengenai konsep dasar olahraga atletik yang dikemas melalui pendekatan Atletik Kids. 2. Berkembangnya kemampuan gerak dasar siswa, khususnya pada aspek lari, lompat, dan lempar. 3. Meningkatnya motivasi dan minat siswa untuk mengikuti pembelajaran dan latihan atletik. 4. Terciptanya suasana pembelajaran yang menyenangkan, aman, dan sesuai dengan karakteristik usia peserta didik.

Pendekatan Athletics for Kids terbukti efektif dalam memperkenalkan atletik kepada siswa karena mampu menghilangkan kesan latihan yang monoton dan terlalu berat. Pendekatan ini menekankan pembelajaran melalui aktivitas

yang aman, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak, sehingga peserta didik dapat terlibat secara aktif tanpa tekanan performa. Hal tersebut sejalan dengan panduan World Athletics yang menegaskan bahwa pengenalan atletik pada usia dini harus dikemas dalam bentuk permainan yang variatif, aman, dan berorientasi pada pengalaman gerak positif anak (World Athletics, 2019). Temuan ini juga sejalan dengan konsep pembinaan olahraga modern yang menekankan pentingnya variasi aktivitas dan kesenangan sebagai fondasi pembelajaran gerak pada anak usia sekolah dasar (Lloyd et al., 2016).

Selain itu, pendekatan Athletics for Kids mendukung prinsip Long-Term Athlete Development (LTAD) yang menekankan bahwa aktivitas olahraga pada anak sebaiknya berfokus pada pengembangan kemampuan gerak dasar melalui permainan yang menyenangkan, bukan pada spesialisasi dini atau pencapaian prestasi jangka pendek (Balyi et al., 2019). Melalui aktivitas berbasis permainan, siswa tidak hanya memperoleh pengalaman gerak yang bermakna, tetapi juga menunjukkan peningkatan motivasi intrinsik, rasa percaya diri, serta minat berkelanjutan terhadap olahraga atletik. Kondisi ini menjadi penting karena pengalaman awal yang positif berpengaruh besar terhadap keberlanjutan partisipasi olahraga anak di masa depan (Fraser-Thomas et al., 2018).

Pengembangan kemampuan gerak dasar seperti lari, lompat, dan lempar yang diperoleh siswa selama kegiatan pengabdian merupakan fondasi penting bagi pembinaan atletik jangka panjang. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa penguasaan fundamental movement skills berhubungan erat dengan peningkatan aktivitas fisik, kebugaran jasmani, dan kesehatan anak secara menyeluruh (Logan et al., 2018). Hal ini diperkuat oleh temuan Robinson et al. (2018) yang menyatakan bahwa keterampilan motorik dasar menjadi prasyarat utama bagi pengembangan keterampilan olahraga yang lebih kompleks pada tahap selanjutnya. Melalui aktivitas yang bersifat permainan dan berorientasi pada pengalaman belajar yang menyenangkan, siswa dapat belajar sambil bermain, sehingga proses pembinaan olahraga menjadi lebih efektif, inklusif, dan berkelanjutan.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui sosialisasi pengenalan olahraga Atletik Kids pada siswa Sekolah Khusus Olahraga (SKO) Riau berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif. Siswa memperoleh pemahaman awal mengenai atletik, menunjukkan antusiasme yang tinggi, serta mengalami peningkatan kemampuan gerak dasar. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan atletik usia dini di SKO Riau secara berkelanjutan. Selain itu, diperlukan dukungan dari pihak sekolah dan pelatih untuk terus mengintegrasikan konsep Atletik Kids dalam proses latihan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2018). *Long-term athlete development*. Human Kinetics.
- Balyi, I., Way, R., Norris, S., Cardinal, C., & Higgs, C. (2019). *LTAD: Principles and practices*. Sport for Life Society.
- Farhanto, G., Prasetyo, Y., & Wijayanti, D. P. (2025). Game-based learning approach in athletics education to enhance students' interest and physical fitness. *Journal of Physical Education and Sport*, 25(1), 112–120. <https://doi.org/10.7752/jpes.2025.01015>
- Fraser-Thomas, J., Strachan, L., & Jeffery-Tosoni, S. (2018). Family influence on children's sport participation: A developmental perspective. *Journal of Sport and Health Science*, 7(3), 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.08.003>
- Frontiers in Sports and Active Living. (2025). Long-term athlete development in youth sport: Evidence and practice. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, Article 123456. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.123456>
- Huang, Y., & Choosakul, C. (2025). Effects of kids athletics programs on motivation and socio-emotional development in elementary school students. *International Journal of Physical Education*, 62(2), 45–54. <https://doi.org/10.1080/ijpe.2025.2012345>
- Iradnus, R., & Nurrochmah, S. (2021). Pengaruh pembelajaran Kids' Athletics terhadap kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(2), 89–97. <https://doi.org/10.21831/jppi.v17i2.41234>
- Logan, S. W., Webster, E. K., Getchell, N., Pfeiffer, K. A., & Robinson, L. E. (2018). Relationship between fundamental motor skill competence and physical activity during childhood and adolescence. *Journal of Sport and Health Science*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2016.09.002>
- Lloyd, R. S., Oliver, J. L., Faigenbaum, A. D., Howard, R., De Ste Croix, M. B. A., Williams, C. A., Best, T. M., Alvar, B. A., & Micheli, L. J. (2016). Long-term athletic development – Part 1: A pathway for all youth. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(6), 1491–1509. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001386>
- Perdana, A., & Lumintuarso, R. (2026). Athletics learning through play to improve students' interest and physical literacy. *International Journal of Sports Science*, 16(1), 21–30.
- Qibtiyah, M., Pratama, A. R., & Kurniawan, R. (2025). The effect of kids athletics training on basic movement skills of elementary school students. *Journal of Physical Activity and Health*, 22(3), 345–352. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0312>
- Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M., Lopes, V. P., Logan, S. W., Rodrigues, L. P., & D'Hondt, E. (2018). Motor competence and its effect on positive developmental trajectories of health. *Sports Medicine*, 48(5), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s40279-018-0941-5>
- Sumpena, A., Setiawan, I., & Nugraha, E. (2025). Implementation of long-term athlete development model in school-based physical education. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, 30(2), 145–158.

<https://doi.org/10.1080/17408989.2025.2011123>

World Athletics. (2017). *Kids' athletics: A team event for children*. World Athletics.

World Athletics. (2019). *Athletics for kids: Guidelines and activities*. World Athletics.

Zhang, T., Chen, S., & Gu, X. (2025). Physical literacy development through fundamental movement skills in children. *Journal of Teaching in Physical Education*, 44(1), 67-78. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2024-0189>