



Membangun Karakter dengan Olahraga (Jalan Sehat) dalam Memperingati HUT RI di Dukuh Gatak Gede

Building Character with Sports (Healthy Walk) in Commemorating the Indonesian Independence Day in Gatak Gede Hamlet

Muhammad Fajrul Falaah^{1*}, Muhammad Jalari²

¹Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, Indonesia

²Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Surakarta, Indonesia

Korespondensi penulis : muhammadfalaah66@gmail.com

Article History:

Received: Juli 17, 2025;

Revised: Juli 31, 2025;

Accepted: Agustus 18, 2025;

Published: Agustus 21, 2025

Keywords: Character, Nationalism, Sport, Togetherness, Unity

Abstract: This community service has the main purpose of building community character through sports activities in commemoration of the Anniversary of the Republic of Indonesia (HUT RI) in Gatak Gede Hamlet. The commemoration of the Indonesian Independence Day is not just an annual ceremony, but a momentum to foster a sense of love for the homeland and strengthen social ties between citizens. The background of this activity is based on the importance of instilling character values such as sportsmanship, togetherness, discipline, and the spirit of nationalism. These values are believed to be developed effectively through enjoyable physical activities, involving all levels of society, and having a positive impact on social life. The method of implementing the activity was carried out in a healthy way which was followed by participants from various circles, ranging from children, adolescents, to adults who live in Gatak Gede Hamlet, Kateguhan, Sawit, Boyolali. Healthy walking was chosen because it is a simple sports activity that is easy to do, can reach a wide range of ages, and has great benefits both physically and socially. In addition, healthy walks are a means of joint recreation that can give rise to positive interactions between residents, thereby fostering a sense of togetherness. The goals to be achieved through this activity are to strengthen social relations, strengthen the spirit of mutual cooperation, and instill the value of togetherness in the community. Healthy walks carried out in the framework of the Indonesian Independence Day have proven to be an effective means to build positive character, foster a sense of unity, and improve physical health.

Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat ini memiliki tujuan utama untuk membangun karakter masyarakat melalui kegiatan olahraga dalam rangka memperingati Hari Ulang Tahun Republik Indonesia (HUT RI) di Dukuh Gatak Gede. Peringatan HUT RI bukan hanya sekadar seremoni tahunan, melainkan momentum untuk menumbuhkan rasa cinta tanah air serta memperkuat ikatan sosial antarwarga. Latar belakang kegiatan ini didasarkan pada pentingnya penanaman nilai-nilai karakter seperti sportivitas, kebersamaan, disiplin, dan semangat nasionalisme. Nilai-nilai tersebut diyakini dapat dikembangkan secara efektif melalui aktivitas fisik yang menyenangkan, melibatkan seluruh lapisan masyarakat, serta memberikan dampak positif bagi kehidupan sosial. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan jalan sehat yang diikuti oleh peserta dari berbagai kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa yang berdomisili di Dukuh Gatak Gede, Kateguhan, Sawit, Boyolali. Jalan sehat dipilih karena merupakan aktivitas olahraga sederhana yang mudah dilakukan, dapat menjangkau berbagai usia, dan memiliki manfaat besar baik secara fisik maupun sosial. Selain itu, jalan sehat menjadi sarana rekreasi bersama yang dapat memunculkan interaksi positif antarwarga, sehingga menumbuhkan rasa kebersamaan. Tujuan yang ingin dicapai melalui kegiatan ini adalah mempererat hubungan sosial, memperkuat semangat gotong royong, serta menanamkan nilai kebersamaan di tengah masyarakat. Jalan sehat yang dilaksanakan dalam rangka HUT RI terbukti menjadi sarana efektif untuk membangun karakter positif, menumbuhkan rasa persatuan, serta meningkatkan kesehatan jasmani. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya

bermanfaat bagi kesehatan tubuh, tetapi juga mampu memperkuat nilai-nilai luhur bangsa yang harus terus dilestarikan. Melalui aktivitas sederhana namun penuh makna ini, masyarakat Dukuh Gatak Gede dapat merayakan HUT RI dengan semangat persaudaraan, kebersamaan, dan kecintaan terhadap tanah air.

Kata kunci: Karakter, Kebersamaan, Nasionalisme, Olahraga, Persatuan

1. PENDAHULUAN

Peringatan Hari Ulang Tahun Republik Indonesia (HUT RI) merupakan momen penting yang dirayakan di seluruh penjuru tanah air sebagai wujud penghargaan terhadap jasa para pahlawan bangsa dan perwujudan rasa cinta tanah air. Kegiatan yang dilakukan dalam rangka memperingati HUT RI tidak hanya bersifat seremonial, tetapi juga memiliki potensi besar sebagai sarana pendidikan karakter yang melibatkan seluruh lapisan masyarakat.

Salah satu kegiatan yang efektif dalam menumbuhkan nilai-nilai karakter adalah melalui olahraga. Bentuk olahraga yang dilaksanakan salah satunya dengan jalan sehat. Jalan sehat tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan fisik, tetapi juga memperkuat kohesi sosial dan membangun masyarakat yang berintegritas. Dalam konteks peringatan HUT RI, olahraga jalan sehat dapat dikemas dengan makna kebersamaan dan persatuan.

Aspek mental mempunyai peran penting dalam membentuk karakter untuk mendorong prestasi pemain. Program psikologi olahraga sudah menjadi pendekatan yang semakin banyak diterapkan oleh pelatih demi meningkatkan hasil peserta (Koogler & Smith, 2023). Lebih jauh lagi, pelatih yang kompeten dapat memengaruhi beragam faktor dalam pengalaman olahraga, kemampuan sosial, sifat karakter, serta dapat mengembangkan karakter pemain tersebut (Stupuris et al., 2013).

Dukuh Gatak Gede, sebagai salah satu wilayah perdukahan, memiliki potensi besar untuk mengembangkan kegiatan olahraga berbasis partisipasi masyarakat, salah satunya dengan jalan sehat. Warga Dukuh Gatak Gede dikenal memiliki semangat gotong royong yang tinggi, sehingga peringatan HUT RI menjadi momentum strategis untuk mengoptimalkan potensi tersebut. Namun, kegiatan serupa sering kali masih bersifat rutin tanpa dirancang secara khusus untuk membentuk karakter, sehingga manfaatnya terhadap penguatan nilai-nilai kebangsaan belum optimal.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada penyelenggaraan kegiatan olahraga dalam bentuk jalan sehat memperingati HUT RI yang dirancang secara terstruktur untuk membangun karakter masyarakat. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya nilai-nilai positif yang terkandung dalam jalan sehat, sekaligus memperkuat karakter di Dukuh Gatak Gede.

a. Tempat Penelitian

PKM di dukuh Gatak Gede, Kateguhan, Sawit, Boyolali dilaksanakan kurun waktu mulai tanggal 1 sampai 10 Agustus 2025. Adapun kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat hari ahad, 10 Agustus 2025 di fasilitas umum balai dukuh Gatak Gede. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai wujud mempererat hubungan sosial dan memperkuat semangat gotong royong di tengah masyarakat dengan jalan sehat sebagai bentuk olahraga dalam peringatan HUT RI terbukti menjadi sarana efektif untuk membangun karakter positif.

b. Alasan Memilih Subjek Pendamping

Pemilihan subjek pendamping dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini didasarkan pada pertimbangan strategis agar pelaksanaan program dapat berjalan efektif, terarah, dan memberikan dampak maksimal bagi masyarakat. Subjek pendamping yang dipilih adalah tokoh masyarakat, perangkat desa, dan perwakilan pemuda dukuh Gatak Gede yang memiliki peran sentral dalam kehidupan sosial.

c. Kondisi Subjek dampingan Saat ini

Subjek dampingan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah warga dukuh Gatak Gede yang terdiri dari berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Secara umum, kondisi sosial masyarakat menunjukkan tingkat kebersamaan yang baik, tercermin dari budaya gotong royong yang masih terjaga dalam berbagai kegiatan desa. Namun, dalam konteks pembentukan karakter melalui aktivitas bersama, potensi yang ada belum dimanfaatkan secara maksimal.

Beberapa kondisi yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

a) Tingkat Partisipasi Masyarakat

Warga Dukuh Gatak Gede memiliki antusiasme tinggi terhadap kegiatan peringatan HUT RI, terutama lomba-lomba tradisional dan kegiatan olahraga seperti Jalan Sehat sebagai bentuk optimalisasi untuk penanaman nilai-nilai karakter seperti sportivitas, disiplin, dan kerja sama.

b) Kesadaran Akan Pentingnya Olahraga (Jalan Sehat)

Kesadaran masyarakat terhadap manfaat olahraga bagi kesehatan cukup baik, tetapi pemahaman bahwa olahraga juga dapat menjadi media pembentukan karakter masih terbatas. Hal ini membuat sebagian warga hanya memandang kegiatan olahraga sebagai ajang kompetisi atau rekreasi semata.

c) Peran Pemuda dan Sarpras

Kelompok pemuda di Dukuh Gatak Gede aktif dalam menyelenggarakan acara desa, termasuk peringatan HUT RI. Pola kegiatan yang dengan pembaruan inovasi untuk

menanamkan nilai-nilai kebangsaan secara terstruktur. Fasilitas olahraga di Dukuh Gatak Gede masih sederhana, seperti lapangan serbaguna dan beberapa peralatan tradisional. Meskipun terbatas, sarana tersebut cukup memadai untuk menyelenggarakan kegiatan olahraga berbasis komunitas, terutama lomba-lomba khas peringatan HUT RI.

d) Kondisi Sosial dan Hubungan Antarwarga

Hubungan antarwarga relatif harmonis, namun interaksi lintas generasi masih terbatas. Kegiatan olahraga jalan sehat yang dirancang dengan pendekatan kolaboratif dapat menjadi jembatan untuk mempererat hubungan tersebut.

d. Strategi Yang Dilakukan

Untuk mencapai tujuan pengabdian dalam membangun karakter masyarakat melalui olahraga pada peringatan HUT RI di Dukuh Gatak Gede, digunakan strategi pelaksanaan yang bersifat partisipatif, kolaboratif, dan edukatif. Strategi ini dirancang agar kegiatan tidak hanya menjadi ajang hiburan, tetapi juga sarana efektif untuk menanamkan nilai-nilai karakter positif. Melibatkan seluruh lapisan masyarakat sejak tahap perencanaan, mulai dari anak-anak, remaja, orang dewasa, hingga tokoh masyarakat. Keterlibatan aktif ini memastikan bahwa kegiatan yang diselenggarakan sesuai dengan kebutuhan dan karakter warga setempat.

Setiap lomba dan permainan olahraga dirancang untuk mengandung nilai-nilai seperti sportivitas, kerja sama tim, disiplin, tanggung jawab, dan rasa nasionalisme. Misalnya, lomba estafet yang menekankan koordinasi tim, atau permainan tradisional yang mengedepankan kejujuran. Kemudian, menggandeng tokoh masyarakat, perangkat desa, dan perwakilan pemuda sebagai pendamping kegiatan. Mereka berperan sebagai fasilitator, pengawas, sekaligus teladan dalam penerapan nilai-nilai positif selama kegiatan berlangsung.

Kegiatan olahraga dikemas dalam modern yang menarik, mudah diikuti, dan memungkinkan partisipasi lintas usia serta gender. Hal ini memastikan semua warga merasa terlibat dan memiliki peran. Setelah kegiatan selesai, dilakukan evaluasi bersama warga dan pendamping untuk mengidentifikasi keberhasilan, tantangan, serta perbaikan kegiatan di tahun berikutnya. Evaluasi ini membantu memastikan keberlanjutan program dan peningkatan dampaknya

e. Pihak yang dilibatkan dalam kegiatan dan bentuk keterlibatannya

Pihak-pihak yang dilibatkan dalam kegiatan ini sebagai berikut :

- a) Kepala Desa Kateguhan Mulyo handoyo beserta jajaran nya memberikan dukungan atas pelaksanaan kegiatan PKM 2025.

- b) Ketua RW dan RT yang sangat menerima dan mendukung terselenggaranya kegiatan PKM dengan memberi informasi kepada muda mudi sekitar untuk antusias mengikuti kegiatan tersebut.
- c) Pemuda Kemamiga gatak Gede menyediakan ruang konsultasi terpadu guna memastikan bahwa kegiatan PKM dapat berjalan dengan baik.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang menggunakan pendekatan partisipatif dan kolaboratif, dengan melibatkan seluruh komponen masyarakat Dukuh Gatak Gede mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Pendekatan ini bertujuan untuk memastikan keberhasilan program dalam membangun karakter melalui olahraga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat di Dukuh Gatak Gede dalam rangka memperingati HUT RI berhasil terlaksana sesuai rencana. Kegiatan melibatkan seluruh lapisan masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa, dengan total partisipasi mencapai $\pm 85\%$ dari jumlah warga.

Jenis kegiatan yang dilaksanakan meliputi:

- **Olahraga tradisional:** pecah air, memasukan bolpoin dalam botol
- **Olahraga modern:** senam dan Jalan Sehat

Kegiatan berlangsung selama tiga hari, dimulai dengan sosialisasi nilai-nilai karakter, pelaksanaan lomba, dan diakhiri dengan penyerahan hadiah serta refleksi bersama warga. Selama kegiatan, panitia memastikan setiap lomba dijalankan dengan aturan yang menekankan sportivitas, kejujuran, dan kerja sama. Berdasarkan observasi, terjadi peningkatan interaksi positif antarwarga, termasuk lintas generasi. Anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi, remaja berperan aktif sebagai panitia dan peserta, sedangkan orang dewasa turut serta sebagai peserta maupun pendukung kegiatan.

Peserta datang tepat waktu sesuai jadwal lomba, menunjukan tingkat kedisiplinan yang baik. Panitia dan pendamping juga bertanggung jawab mengatur perlombaan sehingga berjalan tertib. Peringatan HUT RI melalui kegiatan olahraga menumbuhkan kebanggaan terhadap bangsa. Lagu-lagu perjuangan dan atribut merah putih yang digunakan menambah semangat kebersamaan warga. Kegiatan ini mempererat hubungan antarwarga, termasuk yang jarang berinteraksi sebelumnya. Interaksi lintas usia dan RT menjadi lebih intens, menciptakan

suasana harmonis di lingkungan dukuh. Hasil ini sejalan dengan teori pendidikan karakter yang menyatakan bahwa kegiatan berbasis kolaborasi dan interaksi sosial dapat memperkuat nilai-nilai positif dalam masyarakat (Lickona, 2012).



Gambar 1. Kegiatan Jalan Sehat

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam rangka Membangun Karakter Dengan Olahraga Dalam Memperingati HUT RI di Dukuh Gatak Gede telah terlaksana dengan baik dan sesuai tujuan yang direncanakan. Kegiatan olahraga dalam rangka HUT RI di Dukuh Gatak Gede terbukti mampu menjadi sarana pembentukan karakter masyarakat. Melalui perencanaan yang partisipatif, pelaksanaan yang kolaboratif, dan penekanan pada nilai-nilai karakter, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan partisipasi warga tetapi juga memperkuat ikatan sosial dan rasa nasionalisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Feldman, D. B., & Schwartz, S. H. (2015). Values and ethics – circumplex value model. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 35(1), 35–50. <https://doi.org/10.1037/a0038964>
- Feltz, D. L., Chase, M. A., Moritz, S. E., & Sullivan, P. J. (1999). A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Educational Psychology*, 91(4), 765–776. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.91.4.765>
- Gaines, S. A. (2012). Developing individual and team character in sport. *Strategies: A Journal for Physical and Sport Educators*, 25(8), 30–32. <https://doi.org/10.1080/08924562.2012.10592183>
- Hardy, S., Padilla-Walker, L. M., & Carlo, G. (2008). Adolescent involvement in sports and internalisation of moral values. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(4), 451–461. <https://doi.org/10.1007/s10964-007-9211-8>
- Hinkle Smith, S. L. (2021). Character and moral development in sport and physical education. EBSCO Research Starters. <https://www.ebsco.com/research-starters/education/character-and-moral-development-sport-physical-education>
- Kavussanu, M., & Boardley, I. D. (2009). The prosocial and antisocial behavior in sport scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 97–117. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.1.97>
- Koogler, J., & Smith, J. (2023). The importance of sport psychology programs at the collegiate level. *Journal of Psychiatry Research Reviews & Reports*, 5(156), 1–4. [https://doi.org/10.47363/JPSRR/2023\(5\)156](https://doi.org/10.47363/JPSRR/2023(5)156)
- Lee, M. J., Cockman, R., & Lee, M. M. (2008). Youth sport values questionnaire-2 (YSVQ-2): Testing the factorial validity. *Journal of Sport Behavior*, 31(4), 368–388.
- Lickona, T. (2012). Character matters: Persoalan karakter (J. W. Wamaungu & J. A. R. Zien, Trans.; U. Wahyuddin & Suryani, Eds.). Jakarta: Bumi Aksara.
- Ring, C., Whitehead, J., & Gürpınar, B. (2020). An unethicity profile of values in sport: Evidence from doping attitudes and behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101638. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101638>
- Shields, D. L., & Bredemeier, B. J. (1995). Moral development and behavior in sport. In K. B. Pandolf & J. O. Holloszy (Eds.), *Exercise and sport sciences reviews* (Vol. 23, pp. 331–378). Williams & Wilkins.
- Stupuris, T., Šukys, S., & Tilindienė, I. (2013). Relationship between adolescent athletes' values and behavior in sport and perceived coach's character development competency. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 4(91), 37–45. <https://doi.org/10.33607/bjshs.v4i91.526>
- Sukys, S., & Jansonienė, A. J. (2012). Relationship between athletes' values and moral disengagement in sport. *Education, Physical Training, Sport*, 1(84), 55–61. <https://doi.org/10.33607/bjshs.v1i84.365>
- Walker, D. I., Gungordu, N., & Nabizadehchianeh, G. (2023). The role of character strengths on adolescents' participation in sports. *Journal of Psychology and Psychotherapy Research*, 10(1), 13–22. <https://doi.org/10.12974/2313-1047.2023.10.2>
- Weiss, M. R., Smith, A. L., & Stuntz, C. P. (2008). Developing individual and team character in sport. *Strategies: A Journal for Physical and Sport Educators*, 21(6), 30–32. <https://doi.org/10.1080/08924562.2008.10590798>