



Available online at:

<http://journal.upgris.ac.id/index.php/jpom/article/view/23378>

<https://doi.org/10.26877/jpom.v6i3.23378>

Eco-Friendly Sport Sebagai Program Penguatan Sekolah Adiwiyata Nasional

Wahyu Ragil Kurniawan*, Hijrah Maulidiah Afifah, Agus Widodo Suropto, Muhamad Charisudin, Fasi Kulisan Arba, Laila Qohar Ikhsani, Revalina Anggraeni

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

Article Info

Article History :

Received 2025-06-15

Revised 2025-07-21

Accepted 2025-07-31

Available 2025-10-13

Keywords:

*Eco-Friendly Sport, Environment,
Strengthening, Adiwiyata School*

Kata Kunci:

*Eco-Friendly Sport, Lingkungan,
Penguatan, Sekolah Adiwiyata*

Abstract

The Adiwiyata program at SDN Langensari 02 is still not fully comprehensive, with limited program types and diversity, and its impact is limited to the school environment. Therefore, this community service aims to strengthen environmental awareness through the “Eco-Friendly Sport” program, which combines physical activities with clean and healthy lifestyles. The service learning methods include preparation and planning, reviewing challenges on-site, implementation, evaluation, and reporting, involving all teachers and students. Data was collected through observation and interviews. The results of the community service show that this program has successfully increased the involvement of school members in physical activities accompanied by environmental education, reached more comprehensive elements of the school, and strengthened the character of discipline, responsibility, and concern for the environment. As a follow-up, the “Eco-Community Collaboration” program is recommended, which involves the surrounding community, such as parents and residents, through activities such as environmental clean-up actions and recycling training. This program aims to expand the impact of Adiwiyata beyond the school and foster sustainable environmental awareness in the students' residential communities.

Program Adiwiyata di SDN Langensari 02 masih belum sepenuhnya menyeluruh, dengan jenis dan keberagaman program yang kurang bervariasi serta dampaknya yang terbatas pada lingkungan sekolah. Oleh sebab itu, pengabdian ini bertujuan untuk memperkuat karakter peduli lingkungan melalui program “Eco-Friendly Sport” yang menggabungkan aktivitas fisik dengan pola hidup bersih dan sehat. Metode pengabdian meliputi persiapan dan perencanaan, tinjauan ulang kendala di lapangan, implementasi, evaluasi, dan pelaporan, dengan melibatkan seluruh guru dan siswa. Data diperoleh melalui observasi dan wawancara. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa program ini berhasil meningkatkan keterlibatan warga sekolah dalam aktivitas fisik yang disertai edukasi lingkungan, menjangkau elemen sekolah secara lebih menyeluruh, serta memperkuat karakter disiplin, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap lingkungan. Sebagai tindak lanjut, direkomendasikan program “Eco-Community Collaboration” yang melibatkan masyarakat sekitar, seperti orang tua dan warga, melalui kegiatan seperti aksi bersih lingkungan dan pelatihan daur ulang. Program ini bertujuan memperluas dampak Adiwiyata ke luar sekolah dan menumbuhkan kesadaran lingkungan di lingkungan tempat tinggal siswa secara berkelanjutan.

✉ Correspondence Address : Jl. Kelud Utara No. 15, Semarang, Jawa

Tengah

E-mail : wahyuragil@mail.unnes.ac.id

A. PENDAHULUAN

Sekolah Adiwiyata adalah konsep yang diterapkan di berbagai lembaga pendidikan untuk mempromosikan kepedulian lingkungan dan keberlanjutan. Ini melibatkan mengintegrasikan masalah lingkungan ke dalam visi, misi, dan kurikulum sekolah (Sinaga et al., 2023). Sekolah Adiwiyata fokus pada kegiatan seperti penghijauan, pertanian, daur ulang, pengelolaan limbah, dan mempromosikan lingkungan yang bersih dan hijau (Suprpto & Hartini, 2023). Pelaksanaan program Adiwiyata telah menunjukkan hasil yang positif, dengan siswa dan anggota sekolah berpartisipasi aktif dalam upaya pelestarian lingkungan (Pramono & Lestari, 2023). Program ini juga bertujuan untuk menanamkan sikap peduli terhadap lingkungan di antara siswa, yang mengarah pada perilaku yang bertanggung jawab dan disiplin (Wibowo et al., 2023). Perbedaan gender telah diamati dalam sikap peduli lingkungan siswa, dengan siswa perempuan menunjukkan tingkat kepedulian yang lebih tinggi terhadap lingkungan. Penguatan pendidikan karakter merupakan aspek penting dari sekolah Adiwiyata, dengan guru memfasilitasi pengembangan karakter berdasarkan nilai-nilai Pancasila dan kepedulian lingkungan. Secara keseluruhan, program Adiwiyata memainkan peran penting dalam mempromosikan kesadaran lingkungan dan menumbuhkan rasa tanggung jawab di kalangan siswa (Istiqomah et al., 2023).

Sekolah peduli terhadap lingkungan dengan menerapkan berbagai program dan kegiatan untuk mempromosikan kesadaran dan keberlanjutan lingkungan (Pramono & Lestari, 2023). Program-program ini termasuk mengintegrasikan pendidikan lingkungan ke dalam kurikulum, melakukan kegiatan ekstrakurikuler yang berkaitan dengan lingkungan, dan menerapkan kebijakan ramah lingkungan (Zarin et al., 2023). Sekolah juga melibatkan siswa dalam kegiatan seperti penghijauan, pertanian, daur ulang, pengelolaan limbah, dan konservasi energi.

Dengan menanamkan sikap peduli terhadap lingkungan, sekolah bertujuan untuk mengembangkan siswa yang bertanggung jawab, disiplin, dan sadar akan dampaknya terhadap lingkungan (Hidayat et al., 2023). Faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan program ini antara lain motivasi yang kuat dari guru, kerja sama dari pemerintah daerah, dan ketersediaan fasilitas dan prasarana (Abu & Subur, n.d.). Secara keseluruhan, sekolah memainkan peran penting dalam memelihara sikap peduli terhadap lingkungan di antara siswa dan mempromosikan praktik berkelanjutan (Riyanto et al., 2023).

Kegiatan olahraga ramah lingkungan telah mendapatkan perhatian karena meningkatnya masalah lingkungan dan perubahan harapan sosial (Kim et al., 2023). Berbagai penelitian telah mengeksplorasi penentu dan efek dari sikap dan perilaku ramah lingkungan dalam olahraga. Satu studi menemukan bahwa otonomi dan kompetensi tidak secara signifikan mempengaruhi niat untuk berpartisipasi dalam plogging, kombinasi jogging dan pengumpulan sampah, tetapi keterkaitan merupakan faktor yang signifikan (Widawska-Stanis, 2022). Studi lain meneliti pengaruh faktor lingkungan pada niat konsumen untuk membeli pakaian atletik ramah lingkungan dan menemukan bahwa sikap lingkungan, kekhawatiran, tanggung jawab, dan pengaruh teman sebaya secara positif terkait dengan perilaku pembelian hijau (Sofyan et al., 2024). Selain itu, penelitian mengungkapkan bahwa efek dari faktor-faktor ini pada perilaku pembelian hijau bervariasi antar jenis kelamin (Channa et al., 2021). Temuan ini menyoroti pentingnya memahami nilai-nilai ramah lingkungan dan mengintegrasikan solusi ramah lingkungan ke dalam perusahaan olahraga dan rekreasi untuk membangun kepercayaan timbal balik, beradaptasi dengan lingkungan yang berubah, dan menumbuhkan hubungan positif dengan konsumen (Portegijs et al., 2023).

SD Negeri Langensari 02, merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang terletak di Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah yang berhasil meraih predikat sebagai Sekolah Adiwiyata Nasional pada tahun 2021. Berkat praktik baik penerapan nilai-nilai yang berwawasan lingkungan pada peserta didik sejak dini, sekolah tersebut berhasil dan mampu menjadi contoh sebagai sekolah dengan konsep hijau bersih dan peduli lingkungan. Sdelain dipenuhi dengan pepohonan yang rindang, di setiap sudut sekolah tersebut juga dipenuhi tanaman. Harapan sekolah adalah ingin semua peserta didiknya memiliki rasa peduli terhadap lingkungan sejak usia dini. Sehingga nantinya bisa menjadi duta lingkungan di masing-masing lingkungannya. Namun demikian, setelah upaya penanaman rasa kepedulian terhadap lingkungan ini rutin digalakkan, SD Negeri langensari 02 bersama dengan mitra tim pengabdian sepakat untuk menginisiasi bagaimana menanamkan kepedulian terhadap lingkungan namun tidak melupakan untuk membudayakan aktifitas fisik yang tentunya juga akan berpengaruh positif unuk jiwa maupun raga peserta didik. Untuk menjawab pertanyaan tersebut, Eco-Friendly Sport dimunculkan sebagai salah satu bentuk solusi yang akan dilaksanakan.

Adapun potret sekolah SD Negeri Langensari 02 dengan label Sekolah Adiwiyata Nasional adalah sebagai berikut.



Gambar 1. Potret Siswa Belajar Menanam Sayuran di Lingkungan Sekolah



Gambar 2. Potret Salah Satu Sudut Taman Sekolah Tempat Siswa Belajar

Beberapa dokumentasi diatas adalah potret gambaran sekolah mitra sekaligus bukti dari hasil studi pendahuluan lapangan. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan lapangan dan musyawarah bersama Mitra dalam hal ini SD Negeri Langensari 02, tim pengabdi sepakat dengan mitra untuk menyusun suatu program bertajuk “*Eco-Friendly Sport*” yaitu serangkaian program kegiatan yang berfokus pada penguatan dan peningkatan kapasitas semua warga sekolah di SD N Langensari 02 sebagai Sekolah Adiwiyata Nasional. Kegiatan didalam “*Eco-Friendly Sport*” ini diharapkan mampu menjadi media dan solusi dalam memfasilitasi

para siswa, guru dan warga sekolah untuk lebih memperhatikan dan membiasakan pola hidup bersih dan sehat, peduli terhadap lingkungan, dan bagaimana menjadi disiplin serta bertanggungjawab.

Permasalahan yang menjadi prioritas dan berhasil diidentifikasi adalah kurangnya program dan kegiatan penguatan yang ditujukan kepada semua warga sekolah, untuk meningkatkan kapasitas sekolah sebagai sekolah Adiwiyata Nasional. Saran dari mitra, sangat penting dilakukan penyusunan program program yang menjadikan khas dari konsep Sekolah Adiwiyata. Hasil identifikasi dilingkungan mitra ditemukan beberapa permasalahan mitra yang menjadi prioritas tim pengabdian adalah diantaranya; a) Masih banyaknya siswa yang tidak tahu dan tidak paham tentang apa itu Sekolah Adiwiyata, b) Tidak semua warga sekolah mengetahui tentang apa itu sekolah adiwiyata, c) Belum tersedianya program kegiatan khusus di lingkungan sekolah yang mampu menjadi media edukasi, penguatan serta peningkatan pemahaman dan aksi nyata dari Sekolah Adiwiyata Nasional. Berdasarkan beberapa permasalahan yang muncul dari mitra tersebut, maka tim pengabdian bersama mitra sepakat untuk memunculkan solusi dengan program pengabdian bertajuk “*Eco- Friendly Sport* Sebagai Program Penguatan Sekolah Adiwiyata Nasional di SD Negeri Langensari 02 Kecamatan Ungaran Barat”

Solusi yang ditawarkan dari tim pengabdian masyarakat adalah menyiapkan program *Eco-Friendly Sport* dengan tahapan sebagai berikut; a) Pengamatan kembali dan mendaftar apa saja kelemahan yang masih terjadi dalam penyediaan program kegiatan terkait tentang Sekolah Adiwiyata di sekolah mitra; b) Koordinasi bersama pihak sekolah (Mitra) tentang desain program “*Eco-Friendly Sport*”; c) Penyusunan jenis kegiatan apa saja yang akan masuk dalam “*Eco-Friendly Sport*”; c) Membentuk tim kepanitiaan pelaksana program (gabungan antara tim pengabdian dan pihak mitra dalam hal ini adalah guru); d) Pelaksanaan *Eco-Friendly Sport*

Tabel 1. Pemetaan Permasalahan dan Solusi yang dilakukan tim pengabdian

No	Aspek	Permasalahan	Solusi	Aset/TTG yang akan diberikan ke mitra
1.	Sarana Prasarana	- Belum ada pembaharuan dan masih terbatas	- Melakukan pembaharuan - Pengadaan secukupnya	- Peralatan kebersihan
2.	SDM	-Belum menyebar secara menyeluruh tentang pemahaman warga sekolah terhadap sekolah adiwiyata -Belum ada media berupa kegiatan rutin yang menunjukkan kekhasan darisekolah adiwiyata nasional	- Melakukan FGD antara tim pengabdian dan Mitra Sekolah - Memberikan pemahaman kepada semua warga sekolah melalui ikut serta dalam program pengabdian - Membuat tim kepanitiaan penyelenggara Eco- Friendly Sport.	-Bentukan tim pengelola program -Detail program Eco-Friendly Sport

Adapun solusi permasalahan yang diberikan adalah sebagai berikut:

Beberapa jenis kegiatan dalam *Eco-Friendly Sport* yang akan disuguhkan antara lain:

Senam Sehat Bangsaku

Senam sehat telah terbukti memiliki efek positif pada berbagai aspek kesehatan. Hal ini dapat mengurangi tekanan darah pada klien dengan hipertensi (Warsiti & Abidin, 2022). Selain itu, senam sehat dapat membantu menjaga dan meningkatkan kesehatan aerobik (Paramitha et al., 2022).

Permainan Tradisional

Permainan tradisional seperti jeg-jegan, benthik dan ular naga masih dimainkan oleh anak-anak. Dalam permainan tersebut terkandung nilai-nilai karakter seperti, disiplin, jujur, toleransi, kerja keras, bersahabat, cinta damai, demokratis, peduli dan mandiri. Melalui permainan tradisional ini orang tua dapat menanamkan pendidikan karakter kepada anak tidak hanya sebatas pemberian nasihat akan tetapi dapat langsung dipraktekkan oleh anak (Pangastuti, 2015).

Gerakan PHBS

Beberapa kebiasaan anak yang dapat mempengaruhi kesehatan pada anak khususnya di sekolah yaitu pola sarapan anak, kebiasaan mencuci tangan, kebersihan telinga, kebersihan kulit, kebersihan kuku, kebersihan rambut, mandi dan juga kebiasaan anak-anak untuk jajan di tempat sembarangan dengan jajanan yang rata-rata tidak sehat untuk dikonsumsi oleh anak-anak, melalui Gerakan PHBS akan mampu membantu mensosialisasikan pengetahuan pola hidup bersih dan sehat kepada para peserta didik (Nurhaeda & Uki, 2022).

Jalan Sehat Peduli Lingkungan

Tujuan dari Jalan Sehat Peduli Lingkungan adalah menggabungkan aktivitas fisik yang ramah lingkungan, dengan tindakan nyata peduli lingkungan. Dengan mengkonsep jalan sehat kemudian ditentukan titik dimana semua warga sekolah akan membersihkan dan membuang sampah ditempatnya dalam perjalanan sesuai rute yang ditentukan. Jalan sehat menjadi salah satu pilihan aktifitas fisik yang sederhana murah tetapi memiliki kebermanfaatan yang sangat tinggi (Purbosari et al., 2019).

Gambaran manfaat dan kelebihan dari “Eco-Friendly Sport”

Manfaat untuk sekolah:

- a. Terbentuknya program baru tahunan yang mampu menjadi ruang praktik upaya mempertahankan budaya hidup bersih
- b. Terjaganya lingkungan sekitar sekolah dengan program program eco-friendly sport yang identik dengan aktivitas berolahraga sambil membersihkan lingkungan.
- c. Sekolah mampu menjadi contoh bagi sekolah lain, terkait upaya memaksimalkan budaya hidup bersih dan sehat sehingga capaian prestasi sebagai sekolah adiwiyata nasional dapat dipertahankan dan bahkan ditingkatkan

Manfaat untuk guru:

- a. Menjadi akses guru dalam membelajarkan pola hidup bersih dan sehat kepada para siswanya
- b. Meningkatkan keterampilan guru dalam mengelola kegiatan kekhasan sekolah adiwiyata

Manfaat untuk siswa:

Membiasakan siswa belajar dengan tetap memperhatikan lingkungannya

- a. Siswa mampu mengeksplorasi aktivitas fisik dengan tetap mengutamakan kebersihan lingkungan
- b. Meningkatkan semangat belajar siswa

Adapun sedikit gambaran bahwa *eco-friendly sport* juga memiliki beberapa kelemahan diantaranya:

- a. Tidak semua mengetahui aktivitas *eco-friendly sport*
- b. Lebih membutuhkan waktu yang lama dalam pelaksanaannya
- c. Aktivitas olahraga sederhana, namun membutuhkan konsep yang jelas dalam pelaksanaannya.

Tabel 2. Target capaian yang ditentukan

No	Aspek	Solusi	Target capaian (terukur/kuantitatif)
1.	Sarana dan Prasarana	FGD bersama guru di sekolah untuk pendataan pembaharuan sarana kebersihan yang sudah tidak layak pakai	- Tersedianya sarana kebersihan dengan kondisi yang lebih baik
2.	SDM	- Pengenalan program <i>Eco-Friendly Sport</i> - Penyusunan tim kepanitiaan Penyelenggaraan kegiatan - Pelaksanaan <i>Eco-Friendly Sport</i>	- Pemahaman warga sekolah tentang <i>Eco-Friendly Sport</i> - Tersusunnya program rutin tahunan bertajuk <i>Eco-Friendly Sport</i> dengan tujuan peningkatan kapasitas warga sekolah sebagai sekolah adiwiyata nasional

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini, pendekatan yang digunakan adalah metode Participatory Action Research (PAR) atau Penelitian Tindakan Partisipatif. Metode ini merupakan suatu pendekatan ilmiah yang melibatkan partisipasi aktif dari masyarakat dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari identifikasi permasalahan, perencanaan, implementasi, hingga evaluasi dan pelaporan. Dengan kata lain, masyarakat tidak hanya menjadi objek, tetapi juga sebagai subjek yang turut berperan aktif dalam proses pelaksanaan program.

Metode PAR dipilih karena memiliki karakteristik yang sangat relevan dengan semangat pengabdian kepada masyarakat, yaitu kolaboratif, partisipatif, dan transformatif. Dalam metode ini, hubungan antara pelaksana program (misalnya dosen atau tim pengabdian) dan masyarakat bersifat setara, di mana keduanya bersama-sama membangun pemahaman, menentukan tindakan, serta melakukan evaluasi terhadap hasil yang dicapai.

Menurut (Kemmis & McTaggart, 1988) tahapan pelaksanaan program dalam konteks PAR secara umum meliputi:

- a. Perencanaan/Persiapan,
Tahapan perencanaan/persiapan adalah proses identifikasi kebutuhan masyarakat serta penyusunan rencana kegiatan secara bersama-sama antara tim pelaksana dan masyarakat sasaran.
- b. Penyaringan,
Penyaringan, yaitu tahap seleksi atau pemilihan peserta dan mitra yang akan dilibatkan, disesuaikan dengan kriteria serta potensi kontribusi terhadap keberhasilan program.

c. Implementasi/Pelaksanaan,

Implementasi/pelaksanaan, yaitu kegiatan utama berupa aksi nyata yang dilakukan di lapangan, yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam proses perubahan atau perbaikan yang diinginkan.

d. Evaluasi,

Tahapan evaluasi, yaitu tahap penilaian terhadap proses dan hasil kegiatan untuk melihat sejauh mana tujuan program tercapai serta mengidentifikasi perbaikan ke depan.

e. Pelaporan

Pelaporan, yaitu dokumentasi seluruh proses dan hasil kegiatan dalam bentuk laporan tertulis yang dapat menjadi bahan pembelajaran dan rujukan untuk program lanjutan.

Diagram alir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik “*Eco-Friendly Sport* Sebagai Program Penguatan Sekolah Adiwiyata Nasional di SD Negeri Langensari 02 Kecamatan Ungaran Barat.”



Gambar 3. Prosedur Kegiatan Pengabdian

Secara ilmiah, penggunaan metode Participatory Action Research (PAR) memiliki landasan yang kuat. Metode ini terbukti mampu menghasilkan solusi yang lebih kontekstual dan sesuai dengan kebutuhan nyata masyarakat, karena masyarakat sendiri terlibat langsung dalam perumusan dan pelaksanaan solusi tersebut. Selain itu, keterlibatan masyarakat menciptakan rasa memiliki (sense of belonging) terhadap program, yang pada akhirnya mendorong keberlanjutan kegiatan walaupun program formal telah selesai.

Metode ini juga bersifat adaptif dan fleksibel, sehingga dapat diterapkan dalam berbagai bidang pengabdian, baik itu di sektor pendidikan, kesehatan, ekonomi, lingkungan, maupun teknologi. Dengan demikian, PAR tidak hanya meningkatkan efektivitas program, tetapi juga memperkuat hubungan antara akademisi dan masyarakat dalam proses pembangunan sosial.

Metode pelaksanaan disusun atas hasil koordinasi dengan mitra. Solusi yang ditawarkan dieksekusi dengan menyuguhkan serangkaian kegiatan bertajuk *Eco-Friendly Sport* dengan tujuan membiasakan, dan menguatkan serta meningkatkan rasa cinta dan peduli terhadap hidup sehat dan lingkungan yang bersih dan nyaman. Kesepakatan tersebut dimunculkan untuk memberikan pengetahuan dan menguatkan pembiasaan pola hidup bersih dan sehat, untuk semua warga sekolah dengan status sekolah adiwiyata nasional.

Peluang yang menjadi sorotan antara tim pengabdian dan mitra diantaranya pembiasaan dan peningkatan rasa cinta dan peduli lingkungan melalui beraktifitas fisik dengan konsep *eco-friendly sport* di jenjang sekolah dasar. Ini penting dilakukan, karena dalam kurikulum satuan pendidikan di jenjang sekolah dasar juga memuat tentang capaian kompetensi peserta didik dalam hal mampu menunjukkan dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Maka dari itu, tim pengabdian bersama mitra merumuskan bahwa program pengabdian ini akan berfokus tidak hanya kepada peserta didik saja, melainkan kepada semua warga di sekolah mitra.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian telah dilaksanakan dengan baik dan lancar di SD N Langensari 02, Ungaran, Kabupaten Semarang. Pelaksanaan program pengabdian dibagi menjadi beberapa tahapan diantaranya; perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi untuk rencana tindak lanjut.

Tahapan perencanaan dilakukan oleh tim pengabdi bersama dengan pihak mitra yaitu guru pendidikan jasmani dan kepala sekolah SD N Langensari 02. Berdasarkan hasil diskusi tersebut, dihasilkan kesepakatan bahwa kegiatan dilaksanakan dalam satu hari penuh dengan alasan efektifitas informasi dan perlakuan kepada para peserta didik.



Gambar 4. Diskusi Konsep Kegiatan Bersama Guru Pendidikan Jasmani dan Kepala Sekolah

Hasil diskusi diantaranya kesepakatan terkait dengan waktu pelaksanaan kegiatan, yaitu pada tanggal 2 Agustus 2024 dengan lokasinya adalah halaman sekolah SDN Langensari 02. Selain kesepakatan terkait dengan waktu, diskusi juga menghasilkan rangkaian kegiatan yang akan dilakukan antara tim pengabdi unnes dengan mitra yaitu SDN Langensari 02.

Kegiatan diawali dengan aktivitas senam bersama, diikuti oleh semua warga sekolah. Kegiatan ini dipilih sebagai salah satu aktivitas eco-friendly sport dengan dasar bahwa aktivitas senam dilakukan dipagi hari dalam kondisi udara masih segar dan siswa belum lelah dalam aktivitas dan tidak memberikan pencemaran lingkungan. Aktivitas senam aerobik dipimpin oleh instruktur dari UKM Senam Aerobik UNNES sebagai salah satu bentuk jalinan kemitraan antara SDN Langensari 02 dengan UNNES.



Gambar 5. Aktivitas Senam Pagi Bersama

Kegiatan senam berjalan lancar semua siswa mengikuti mulai dari kelas I sampai dengan VI dan diikuti juga oleh semua warga sekolah yaitu guru dan tenaga pendidik di sekolah tersebut. Gerakan senam yang diberikan sangat sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar, irama musik yang digunakan juga sesuai dengan usia dan karakteristik anak – anak di jenjang sekolah dasar.

Setelah kegiatan senam selesai, siswa dan guru bersama dengan tim pengabdian melaksanakan aktivitas jalan sehat bersama. Jalan sehat bersama dilakukan dengan konsep jalan sehat menyusuri desa sekitar sekolah, dengan rute sekitar 2-3 Km, hanya mengitari perkampungan di dekat sekolah tersebut.



Gambar 6. Jalan Sehat dilakukan Diarea Rute Jalan Kampung Dibawah Kaki Gunung Ungaran

Jalan sehat bersama dilakukan dengan rute antara 2 – 3 Km dilingkungan sekolah yang berada di bawah kaki gunung Ungaran. Jalan sehat dilakukan sebagai salah satu aktivitas Eco-friendly sport karena dalam aktivitas ini tentunya peserta tidak mencemari lingkungan, dan dalam kondisi udara yang tidak tercemar. Jalan

sehat ini dilakukan dengan siswa sesekali mengambil dan membuang sampah di tempatnya.

Setelah jalan sehat siswa kembali ke sekolah untuk istirahat sejenak dan menyantap snack sehat sebelum nantinya akan dilakukan kegiatan bermain pilah sampah.



Gambar 7. Siswa Menyantap Makanan Setelah Berjalan Sehat

SDN Langensari 02 membiasakan siswa untuk selalu memperhatikan pola dan menu makanan sehat. Makadari itu, pengabdian ini dilaksanakan dengan tetap memperhatikan snack yang dibagikan kepada semua siswa. Santap snack ringan ini dilakukan sebagai jeda istirahat siswa sebelum mengikuti kegiatan berikutnya yaitu permainan pilah sampah.



Gambar 8. Aktivitas Game Pilah Sampah

Aktivitas ini dipilih untuk mengaktualisasikan eco-friendly sport dengan konsep permainan belajar memilah sampah, kemudian membuangnya ketempat yang sudah disediakan. Anak- anak kelas 4-6 mengikuti permainan ini ini. Respon siswa sangat antusias, dan guru juga mendukung serta sepakat dengan konsep tersebut.

Setelah permainan pilah sampah selesai, tim pengabdian bersma sama dalam sesi dokumentasi menyerahkan beberapa bibit diantaranya bibit pohon mangga, dan bibit buah jeruk minum.



Gambar 9. Sesi Penyerahan Bibit Pohon dan Buah dari Tim Pengabdian kepada Pihak Sekolah

Penyerahan bibit pohon ini sebagai salah satu bentuk upaya mendukung dan membantu sekolah dalam upaya melestarikan dan menguatkan program sekolah adiwiyata nya, dengan memastikan lingkungan hijau an sehat diarea sekolah SDN Langensari 02. Setelah serangkaian kegiatan bersama dilakukan, tim pengabdian FIK UNNES bersma dengan SDN Langensari 02 melakukan sesi foto bersama.

D. PENUTUP

Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat "Eco-Friendly Sport" di SDN Langensari 02 berjalan sukses berkat dukungan sekolah, yang ditandai dengan meningkatnya partisipasi warga sekolah dalam kegiatan fisik yang edukatif seperti senam, jalan sehat, permainan pilah sampah, dan penanaman pohon, yang secara signifikan memperkuat budaya hidup bersih, sehat, dan peduli lingkungan, serta mendukung posisi sekolah sebagai Sekolah Adiwiyata Nasional yang berkelanjutan. Lebih lanjut, program ini berhasil menumbuhkan kemandirian sekolah, ditunjukkan dengan terbentuknya tim pelaksana dan program tahunan berbasis Eco-Friendly Sport, yang memastikan kemampuan sekolah untuk merancang dan melaksanakan kegiatan serupa secara mandiri di masa depan demi mempertahankan dan meningkatkan predikat Adiwiyata.

Saran

Evaluasi yang dilakukan dari hasil pengabdian ini adalah diantaranya terkait dengan pembagian waktu dan penentuan aktivitas eco-friendly sport yang dilakukan. Adapun saran untuk kegiatan pengabdian selanjutnya jika dapat dilakukan di sekolah yang sama adalah, tentang bagaimana keberlanjutan program sekolah adiwiyata ini berjalan di sekolah dan bagaimana tips serta strategi untuk selalu konsisten dalam menjalankan role model sebagai sekolah adiwiyata nasional. Saran yang lain, dapat dilakukan perjanjian kontrak kerjasama antara sekolah dengan PT untuk secara rutin menjadi desa mitra disetiap agenda yang diinisiasi oleh perguruan tingginya.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Abu, A. D., & Subur, S. (n.d.). Irra Wahidiyati.(2023). Strengthening character education caring for the environment based on Adiwiyata Mandiri in high school. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 18(1), 327–338.
- Channa, N., Tariq, B., Hussain, A., Ghumro, N., & Qureshi, N. (2021). Predicting consumers' intentions to purchase eco-friendly athletic wear in a moderated model of individual green values and gender. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, ahead-of-print. <https://doi.org/10.1108/IJSMS-12-2020-0215>
- Hidayat, A., Utomowati, R., Nugraha, S., Amanto, B. S., Adiasuti, A., & Astirin, O. P. (2023). Students' perception of the green school program: an evaluation for improving environmental management in schools. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1180(1), 12029.
- Istiqomah, A., Arsila, F., Lubis, N. S., Hasibuan, R. J., & Perangin Angin, L. M. (2023). The Implementation of Adiwiyata Program to Improve Character of Students Concern in Maintaining the School Environment at SD Negeri 101768 Tembung Academic Year 2022/2023. *Journal of Educational Analytics*, 2(2), 273–284. <https://doi.org/10.55927/jeda.v2i2.4339>
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). The action research planner Victoria. *Australia: Deakin University*.
- Kim, J., Kim, S., & Chung, J. (2023). Examining the relationship between pro-environmental attitudes, self-determination, and sustained intention in eco-friendly sports participation: A study on Plogging participants. *Sustainability*, 15(15), 11806.
- Nurhaeda, N., & Uki, E. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswa Dengan Praktek PHBS Di Sekolah Dasar 2 Inpres Lambunu Kecamatan Bolano Lambunu Kabupaten Parigi Moutong. *Media Publikasi Penelitian Kebidanan*, 3(1), 8–14. <https://doi.org/10.55771/mppk.v3i1.31>
- Pangastuti, L. (2015). Permainan Tradisional Sebagai Sarana Pendidikan Karakter Anak Di Desa Garjoyo Kelurahan Imogiri Kecamatan Imogirikabupaten Bantul Tahun 2014. *Academy of Education Journal*, 6(1), 74–94. <https://doi.org/10.47200/aoej.v6i1.127>
- Paramitha, S. T., Komarudin, Fitri, M., Anggraeni, L., & Ramadhan, M. G. (2022). Implementation of Healthy Gymnastics and Use of Technology as an Effort to Maintain Body Immunity during the Pandemic. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 10(2), 328–340. <https://doi.org/10.46328/ijemst.2166>
- Portegijs, E., Lee, C., & Zhu, X. (2023). Activity-friendly environments for active aging: The physical, social, and technology environments. *Frontiers in Public Health*, Volume 10-2022.
- Pramono, S. E., & Lestari, P. (2023). Recipient school environment care character adiwiyata grace in pemalang district. *JESS (Journal of Educational Social Studies)*, 12(1), 27–35.
- Purbosari, P. P., Atmoko, V., Wijayaningsih, N., Sugotro, D., Munawaroh, A. N., Khoirunnisa, K., Putri, S. N. R., Yulianti, Y., Herdayanti, K., & Ambarsari, R. (2019). Peningkatan Kesadaran Berolahraga Masyarakat Dusun Badean Desa Jatimulyo Melalui Pelaksanaan Senam, Jalan Sehat Dan Pertandingan

- Tonis. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 1–4.
<https://doi.org/10.12928/jp.v3i1.449>
- Riyanto, M., Hajani, T. J., Mislawaty, S. E., Zuhri, Z., Subakti, A., Agussalim, A., Anggereni, D. T., Haryanti, N., & Purwandari, E. (2023). The Environmental Caring Character through Activities to Maintain School Cleanliness. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(6), 8020–8029.
- Sinaga, E. J., Sitorus, H., Situngkir, L. D. M., & Agustina, W. (2023). Increasing Interest in Early Childhood Learning in North Tapanuli through the Implementation of the Adiwiyata School Concept. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3 SE-Articles), 3764–3770.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.3707>
- Sofyan, D., Abdullah, K. H., Nurfadila, F., Tanucan, J. C. M., Akinci, A. Y., & Rojo, J. R. (2024). Research journey of sports promotion: A bibliometric analysis. *PROfesi Humas*, 8(2), 145.
<https://doi.org/10.24198/prh.v8i2.52577>
- Suprpto, A. S. S., & Hartini, T. I. (2023). Evaluation of the Implementation of the Adiwiyata Program in Elementary Schools in Grogol Petamburan District, Jakarta, Indonesia. *Community Medicine and Education Journal*, 4(2), 286–292.
- Warsiti, W., & Abidin, Z. (2022). the Influence of Healthy Heart Gymnastic Intervention on Decrease Blood Pressure in Hypertension Clients : a Systematic Review. *Jurnal Studi Keperawatan*, 3(1), 8–14.
<https://doi.org/10.31983/j-sikep.v3i1.8356>
- Wibowo, N. A., Sumarmi, S., Utaya, S., Bachri, S., & Kodama, Y. (2023). Students' environmental care attitude: a study at adiwiyata public high school based on the New Ecological Paradigm (NEP). *Sustainability*, 15(11), 8651.
- Widawska-Stanisiz, A. (2022). Environmentally friendly activities in sports and leisure services as an expression of the corporate social responsibility. *Journal of Education, Health and Sport*, 12(5), 243–251.
- Zarin, P. A., Ichsan, A. S., & Yuniarta, R. D. (2023). Aktualisasi Sistem Green School dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa MI Gunungkidul Yogyakarta. *EDUCASIA: Jurnal Pendidikan, Pengajaran, Dan Pembelajaran*, 8(2), 129–146.