

SEMANGAT HAORNAS, MENEMBUS MEGA MENDUNG SMANTA



Ada apa dengan mega SMANTA hari ini? Mendung? Iya, namun ada semangat membara dibawah langit abu-abu hari Kamis, tanggal 11 September 2025. Ribuan warga SMAN 1 Tenganan kompak mengenakan kaos olahraga, ada beberapa warna yang muncul yakni biru navy, orange, merah ada juga hitam. Walau tak satu warna namun kompak bergerak mengikuti irama, melodi yang dipimpin oleh coach/ instruktur senam.

Pagi ini, dimulai jam 07.15-09.15 WIB SMAN 1 Tenganan memperingati Hari Olahraga Nasional (Haornas). Kegiatan dibuka oleh Bapak Drs. Tri Ajar Suprpto AL Kusworo, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMAN 1 Tenganan. Dalam pembukaannya turut menyampaikan frasa latin yang menunjang kegiatan Haornas,

".... *Mens sana in corpore sano* artinya di dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang sehat. Untuk memiliki jiwa yang sehat salah satunya dengan berolahraga. Hari ini kita akan berolahraga/ senam maka ikuti kegiatan dengan baik sebagai awal nanti kalian dapat menjunjung kegiatan olahraga di tempat kalian masing-masing...."

Semangat semboyan ini mengedepankan aktivitas fisik dan olahraga secara teratur untuk menjaga Kesehatan tubuh, dan akan menopang kesehatan mental pada psikologi seseorang. Beliau mengajak agar warga SMAN 1 Tenganan mau berolahraga minimal sehari 30 menit agar tubuh tetap kuat dan berjiwa sehat. Siswa yang rajin berolahraga akan lebih fokus, bugar, dan memiliki semangat belajar yang tinggi. Selain itu, melalui kegiatan olahraga siswa dapat mengembangkan bakat dan minat yang kelak bisa menjadi jalan menuju prestasi Tingkat daerah, nasional, bahkan internasional.

Hari olahraga Nasional di sekolah tidak hanya menjadi ajang seremonial, namun juga momentum untuk menumbuhkan semangat, kerja sama, dan gaya hidup sehat dikalangan siswa. Diharapkan lahir generasi muda yang sehat jasmani, Rohani, cerdas, dan berkarakter. Dengan semangat haornas, mari kita jadikan olahraga sebagai bagian dari kehidupan kita sehari-hari, dan siswa mampu meraih prestasi sekaligus menjaga Kesehatan untuk masa depan yang gemilang.

Selamat Hari Olahraga Nasional, kuat, sehat, dan cerdas generasi muda.

Nika Nur Hidayati, S. Pd.