



Medali Emasku di Kompetisi Gimnastik

Mutiara Kinari Vidyananda



Tara Salvia
Centre of Excellence



Pada hari Minggu, 31 Oktober 2025 aku pergi ke Kanika. Kanika adalah tempatku latihan gimnastik di Bintaro Sektor I. Aku pergi ke Kanika bersama papa, mama, dan kakak. Aku pergi ke sana untuk mengikuti acara yang bernama *In House*. *In House* adalah semacam kompetisi gimnastik. Untuk kompetisi tersebut, aku memakai *leotard* berwarna merah muda. *Leotard* adalah pakaian khusus yang dipakai saat gimnastik. Bentuknya seperti baju yang menyatu dengan celana, dan biasanya sangat

pas di badan supaya tidak mengganggu saat bergerak.

Aku sampai di sana sekitar pukul 12.30. Saat tiba, aku merasakan suasana yang ramai dan cukup berisik. Sambil menunggu, aku bertemu seorang anak perempuan. Aku pun berkenalan dengannya.

“Halo, nama kamu siapa? Aku Kinari,” ucapku.

Lalu dia menjawab, “Halo, namaku Hana.”

Saat itu, Hana menggunakan baju pendek berwarna hitam, memakai jepit poni, dan rambutnya dikepang satu. Sambil menunggu kompetisi dimulai, aku dan Hana bermain bersama. Sedangkan kakak, papa, dan mama menunggu di *waiting area* sambil memakan donat yang sudah dibeli kakak.

“Mas, aku juga mau,” ucapku.

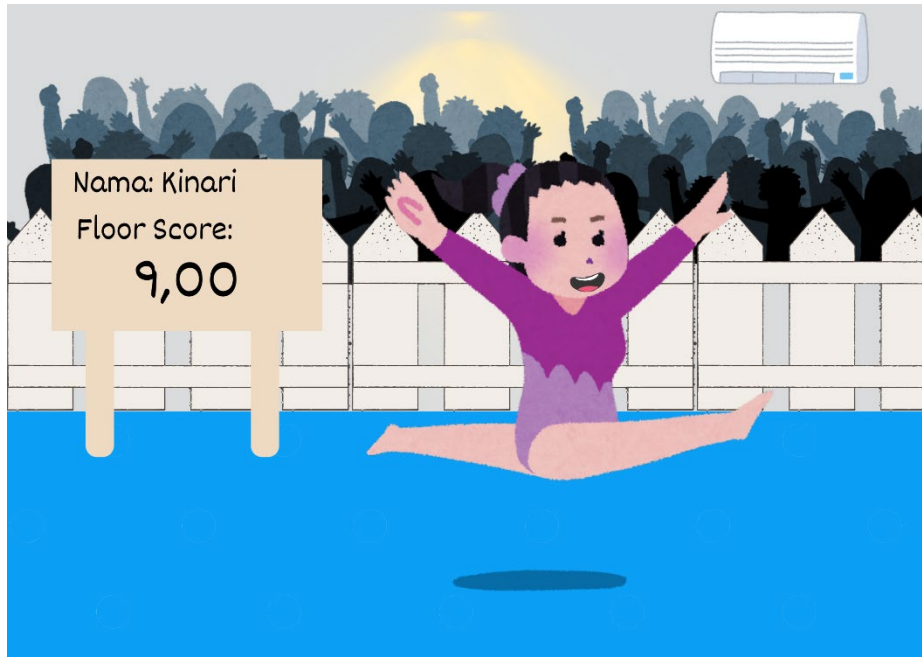
“Iya, ini yang meses buat Kinari,” jawab Kakak.

“Oke, makasih,” aku pun berterima kasih.

Pukul 13.15, aku diperbolehkan memasuki area kompetisi. Aku merasa sangat tegang karena ada empat puluh sampai lima puluh orang yang mengikuti kompetisi tersebut. Aku juga merasa sangat cemas karena ini adalah kompetisi gimnastik pertamaku. Sebelum kompetisi dimulai, kami dibagi menjadi beberapa kelompok, dan aku satu kelompok dengan Hana di kelompok C. Lalu, kami melakukan pemanasan dan diabsen terlebih dahulu.

Setelah itu, kelompok C menuju *beam*. *Beam* adalah balok keseimbangan, dan kami harus menjaga keseimbangan saat melewatinya. Aku merasa cukup cemas, karena

jika tidak seimbang aku akan jatuh dan poinku berkurang. Namun, untungnya aku tidak jatuh dan aku mendapat poin 9,30.



Setelah itu, kelompok C menuju *floor*. Pada bagian ini, kami harus melakukan *handstand*, *roll* depan, dan gerakan lainnya. Aku juga merasa cemas karena ada gerakan *handstand*. Menurutku, *handstand* adalah gerakan yang cukup sulit bagiku di *floor* karena aku terkadang jatuh. Namun, untungnya *handstand*-ku bagus dan aku mendapat poin 9,00. Juri berkata bahwa aku sudah bagus, tetapi ada

satu gerakan yang masih cukup sulit bagiku, yaitu *hollow*.

Setelah *floor*, kelompok C lanjut ke *vault*. Pada bagian ini, kami harus melompat cepat melewati sebuah alat yang disebut meja lompat. Aku tidak terlalu merasa cemas karena menurutku *vault* tidak terlalu sulit. Namun, ternyata menurut juri aku belum terlalu bagus sehingga aku hanya mendapat poin 8,90.

Setelah itu, kelompok C lanjut ke bagian selanjutnya, yaitu *bars*. Aku sangat merasa cemas karena harus melakukan *roll* di *bars*. Alhamdulillah poin di *bars* menjadi poin terbaikku, yaitu 9,65 dan aku mendapatkan peringkat kedua di *bars*.

Setelah itu, kami diperbolehkan meninggalkan area kompetisi dan harus

menunggu di *waiting area*. Di sana, kami akan diberi tahu medali apa yang kami dapatkan.



Saat menunggu hasil nilaiku, aku sangat cemas. Alhamdulillah, aku mendapat medali emas! Aku berada di peringkat 19 dari sekitar 40 sampai 50 peserta.

Aku mengenal gimnastik sejak Oktober 2024. Awalnya, sepupuku mengajakku untuk latihan gimnastik bersama di Kanika. Satu bulan kemudian, kami mulai berlatih gimnastik sampai sekarang. Aku menyukai gimnastik karena membuat tubuhku menjadi sehat dan kuat.

Gimnastik juga menginspirasiiku untuk menjadi atlet gimnastik.

Aku akan tetap berlatih gimnastik sampai *level 10*. Supaya aku bisa mewujudkan cita-citaku, aku harus semangat dan pantang menyerah. Walaupun menurutku *uneven bars* cukup sulit bagiku karena tanganku pernah robek, aku tetap harus rajin berlatih agar tidak merasa kesulitan lagi.

Hal yang dapat aku pelajari dari pengalamanku mengikuti kompetisi ini adalah pantang menyerah, percaya diri, berusaha, dan tidak boleh bermalas-malasan.



Tara Salvia

Centre of Excellence

1. Cerita ini milik dan karya siswa kelas 2-5 SD Tara Salvia.
2. Cerita dibuat melalui serangkaian proses menulis.
3. Publikasi dilaksanakan sebagai bagian dari proses belajar siswa dan menjadi salah satu bentuk kontribusi pengembangan literasi.
4. Cerita tidak untuk kepentingan komersial atau tidak untuk diperjual belikan.
5. Pemanfaatan cerita oleh umum harus mendapatkan izin dari Sekolah Tara Salvia.