

HUBUNGAN ANTARA LITRASI FISIK DAN PERKEMBANGAN PERSONAL PADA REMAJA

Achmad Faqih Arifin¹, Carsiwan², Burhan Hambali³

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia

Email: achmadfaqih@upi.edu, carsiwan@upi.edu, burhanhambali@upi.edu

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara literasi fisik dengan perkembangan personal pada remaja tingkat SMP dan SMA di Bandung Raya. Populasi dalam penelitian ini siswa remaja tingkat SMP dan SMA di Bandung Raya dengan berjumlah 2 Sekolah Menengah Pertama dan 11 Sekolah Menengah Atas di Bandung Raya. Pengambilan sampel random sampling sebanyak 370 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan metode Angket/kuesioner untuk semua variabel. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang rendah antara Literasi Fisik dan Perkembangan Personal Remaja tingkat SMP dan SMA di Bandung Raya.

Keywords: *literasi fisik, Perkembangan personal*

PENDAHULUAN

Pada awalnya, literasi hanya mencakup aktivitas menulis dan membaca. Meskipun demikian, makna dan cakupan literasi menjadi lebih luas seiring dengan perkembangan zaman. Istilah “*physical literacy*” mulai digunakan pada awal abad kedua puluh satu. Margaret Whitehead adalah tokoh penting dalam literasi fisik. Dalam beberapa tahun terakhir, beberapa negara, terutama Inggris dan Kanada, telah mengangkat subjek literasi fisik sebagai topik utama dalam pendidikan bahasa Inggris mereka.

Sampai saat ini, istilah *physical literacy* belum ditemukan dalam Bahasa Indonesia. Akibatnya, ada beberapa guru pendidikan jasmani di Indonesia yang masih menggunakan berbagai istilah untuk menerjemahkan ide keterampilan fisik. Sebagian orang menggunakan istilah *physical literacy*, literasi jasmani, melek fisik, dan melek jasmaniah, tetapi penulis menggunakan melek jasmaniah untuk menerjemahkan literasi fisik.

Orang yang melek jasmaniah didefinisikan sebagai seseorang yang memiliki kecerdasan atau pengetahuan yang berkaitan dengan aspek jasmani, badan, atau tubuhnya. Individu yang melek jasmaniah akan memiliki kemampuan untuk melakukan berbagai aktivitas selama kehidupan mereka. Saat ini olahraga menjadi gaya hidup manusia dan pemerinthan memperhatikannya. Ilmu olahraga telah masuk ke dalam kurikulum Sekolah-sekolah di Indonesia dan menjadi mata pelajaran yang harus dipelajari di semua jenjang pendidikan (Sofiarini, 2016) Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan (Brown et al., 2020) dan begitu penting pendidikan jasmani untuk perkembangan siswa (Scott et al., 2021)

Sementara itu (Abduljabar, 2018) menyatakan bahwa saat ini, istilah "olahraga" menjadi lebih kuat dan menghasilkan studi luas ilmu keolahragaan atau ilmu olahraga, karena olahraga pendidikan dan prestasi telah berbaur atau bahkan bercampur dengan olahraga rekreasi dan *sport science*.

Salah satu komponen kondisi fisik yang mempengaruhi hasil keterampilan adalah Vo₂max dan kelincahan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat dampak dari dua komponen ini. Kapasitas aerobik (VO₂max) adalah prediktor kesehatan dan kinerja yang kuat dan dianggap sebagai ukuran fisiologis utama dalam aktivitas fisik (Langeskov-Christensen et al., 2015). Konsep literasi muncul dalam kaitannya dengan pendidikan kesehatan pada tahun 1970 di Amerika Serikat dan ketertarikan terhadap topik ini telah meningkat dengan pesat sejak tahun 1990 (Berens et al., 2016).

Bagi orang tua, anak adalah anugerah dan titipan dari Tuhan untuk dididik dan dikembangkan. Anak-anak harus dibina, dipelihara, dan dididik dengan cara yang memungkinkan mereka menjadi insan kamil di masa depan. atau manusia ideal yang bermanfaat bagi agama, suku, dan negara serta sebagai penyelamat kedua orang tuanya. Selain itu, seorang anak menguntungkan kedua orang tuanya di masa depan, menenangkan hati dan rasa hormat keluarga.

Perkembangan adalah suatu hal yang pasti dialami oleh semua manusia baik perkembangan biologis, fisik dan mental. Teori Psikoanalisa Freud (dalam Ayun, 2016) menggambarkan perkembangan sebagai sesuatu yang diwarnai oleh emosi dan biasanya tidak disadari (diluar kesadaran). Ahli teori psikoanalisis menekankan bahwa pengalaman awal anak dengan orang tua sangat memengaruhi perkembangan kepribadiannya. Menurut teori psikoanalisa Sigmund Freud, struktur kepribadian manusia terdiri dari tiga sistem: id, ego, dan superego. Pada orang yang sehat mental, ketiga sistem ini bekerja sama dengan baik, yang memungkinkan mereka berhubungan dengan lingkungan secara efektif dan memuaskan. Namun, ketika ketiga sistem ini bertentangan satu sama lain, seseorang akan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri. Interaksi antara ketiga sistem ini hampir selalu menyebabkan tingkah laku manusia.

Program olahraga dan pendidikan jasmani, tetapi penting untuk diingat bahwa berpartisipasi dalam olahraga tidak secara otomatis menghasilkan karakter yang baik atau buruk. Pendidikan jasmani dapat sangat memengaruhi kepribadian dan karakter siswa jika diberikan dan diterapkan dengan cara yang tepat. (Winarni, 2011).

Beberapa penelitian ini telah mendukung olahraga sebagai media idela untuk pengembangan ketrampilan hidup. Maka dari itu, penulis ingin mengetahui seberapa kuat hubungan antara literasi fisik pada hubungan perkembangan personal remaja dalam pendidikan jasmani

METODE

Metode ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Literasi fisik dianggap sebagai variable bebas dan perkembangan personal dianggap sebagai variable terikat dalam penelitian ini.

Untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini, kami menggunakan angket. Penelitian ini menggunakan angket dan kuesioner. Penelitian ini melibatkan siswa atau peserta didik SMP se-Bandung Raya.

Data yang diperoleh dari observasi untuk mengetahui hubungan antara literasi fisik dan perkembangan personal pada remaja adalah dengan menggunakan instrumen penelitian angket/kuesioner yang di ujikan kepada sampel penelitian sejumlah 370 siswa. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan dua buah yaitu literasi fisik 7 item dan perkembangan personal 6 item scale yang item kedua sekalaini menggunakan skali likert, yang mana mempunyai gradasi dengan memberi skor nilai sangat setuju (SS), Setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS) sangat tidak setuju (STS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan bahwa: 1) ada tidaknya hubungan antara literasi fisik dan perkembangan personal pada remaja SMP dan SMA di Bandung raya; 2) ada tidaknya perkembangan personal pada remaja SMP dan SMA di Bandung raya.

1. Analisis Deskriptif

Untuk mendapatkan gambaran umum tentang subjek penelitian, analisis deskriptif yang didasarkan pada demografi digunakan. Usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan digunakan sebagai indikator dalam demografi ini, menurut hasil analisis deskriptif sebagai berikut:

NO	Demografi		Frekuensi	Presentasi
1	Jenis Kelamin	Pria	174	47,00%
		Wanita	196	53,00%
2	Usia	13 Tahun	15	4,10%
		14 Tahun	65	17,6%
		15 Tahun	31	8,40%
		16 Tahun	105	28,40%
		17 Tahun	145	39,2%
		18 Tahun	9	2,40%
3	Tingkat Pendiakn	SMP	96	25,90%
		SMA	274	74,10%

Berdasarkan table demografi, dapat dilihat jumlah siswa yang mengikuti dalam penelitian ini sebanyak 370 siswa. 174 berjenis kelamin Pria (47%) sedangkan yang berjenis kelamin Wanita sebanyak 196 (53%) Siswa. Terdapat 6 kelompok usia yang ikut berkontribusi dalam penelitian ini yaitu 13 tahun (15 siswa), 14 tahun (65 siswa), 15 tahun (31 siswa), 16 tahun (105 siswa), 17

tahun (145 siswa), 18 tahun (9 siswa). Siswa yang mengikuti dalam penelitian ini di dominasi oleh SMA Sebanyak 274 Siswa (74,10%) dan Siswa SMP sebanyak 96 siswa (25,90%).

Berdasarkan data yang telah di kumpulkan, berikut gambaran analisis deskriptif untuk variable penelitian literasi fisik pada remaja .

Tabel 2.1 Analisis deskriptif variable *Litasi Fisik*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Litasi Fisik	370	13	31	21,51	3,264
Valid N (listwise)	370				

Ada 7 item dalam skala literasi fisik dengan skor mulai dari 1 hingga 5. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai minimum (terendah) sebesar 13 dan nilai maximum (tertinggi) sebesar 31. Sementara nilai hipotetis adalah 21,51 dan standar deviation sebesar 3,264. Hasil dari analisis deskriptif variabel literasi fisik kemudian dimasukkan ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Hasil kategorisasi literasi bisa dilihat pada table di bawah ini

Tabel 2.2 Hasil Kategorisasi skor literasi fisik

Batas Kategori	Frekuensi	Presentase	Kategori
< 18,09	83	22.4	Rendah
18,09 – 25,63	258	69.7	Sedang
>26,63	29	7.8	Tinggi

Menurut tabel di atas, jawaban responden menunjukkan bahwa sebagian besar siswa termasuk dalam kategori tersebut **Sedang** yaitu sebanyak 258 responden (69,7%), sementara itu 83 siswa (22,4%) siswa SMP dan SMA di Bandung raya masuk kedalam kategori yang paling rendah dan 29 siswa (7,9%) siswa yang termasuk kedalam kategori tertinggi kedalam mendapatkan Kesehatan literasi fisik.

Tabel 2.3 Analisis deskriptif data Perkebnagan Personal

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Litasi Fisik	370	6	26	18,83	2,523
Valid N (listwise)	370				

Dalam skala regulasi perkembangan personal, ada 6 item dengan rentang skor antara 1 dan 5. Hasil analisis deskriptif menunjukan nilai minimum (terendah) sebesar 6 dan nilai maximum (tertinggi) sebesar 26 namun nilai mean hipotetik sebesar 18,83 dan standar deviation sebesar 2,253. Hasil analisis deskriptif variable perkembangan personal ini dikategorikan dalam tiga kategorisasi, yaitu

Tabel 2.4

Batas Kategori	Frekuensi	Persentase	Kategori
< 16,39	57	15,4	Rendah
16,39 – 22,91	286	77,3	Sedang
>22, 91	27	7,3	Tinggi

Menurut tabel di atas, 57 siswa termasuk dalam kategori rendah dengan persentase 15,4%, 286 siswa termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 77,3%, dan 27 siswa termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase 7,3%.

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data penelitian ini menggunakan metode Kolmogorov Smirnov dan menggunakan program computer SPSS for window versi 27. Hasil uji Normalitas dapat dilihat pada table 3

Tabel 3

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		370
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.51797720
Most Extreme Differences	Absolute	.064
	Positive	.064
	Negative	-.049
Test Statistic		.064
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.001
	Sig.	.001

Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	99% Confidence Interval	Lower Bound	.000
		Upper Bound	.002
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.			

Berdasarkan Tabel 3, maka dapat di nyatakan bahwa uji normalitas **tidak normal** variable litrasi fisik terhadap *perkembangan personal* sebesar 0,002. Sehingga dapat di lihat bahwa hasil nilai yang normal itu >0,05. Haltersebut menyatakan bahwa pada ke dua vaariabel dalam penelitian ini berdistribusi **tidak normal**.

Maka peneliti menggunakan uji Wilcoxon, sebuah tes nonparametik, yang dapat digunakan untuk menentukan apakah dua sampel dependent dipilih dari populasi dengan distribusi yang sama.

Tabel 3.1 Table Wilcoxon

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Personal - Litrasi Fisik	Negative Ranks	260 ^a	183.49	47708.50
	Positive Ranks	75 ^b	114.29	8571.50
	Ties	35 ^c		
	Total	370		
a. Personal < Litrasi Fisik				
b. Personal > Litrasi Fisik				
c. Personal = Litrasi Fisik				

Tabel 3.2

Test Statistics ^a	
Personal	-
Litrasi Fisik	

Z	-11.058 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Berdasarkan Output “Test Statistics”, diketahui Asymp Sig. (2-tailed) bernilai 0,001. Karena nilai 0,001 lebih kecil dari <0.005, maka dapat di simpulkan bahwa litrasi fisik terhadap *perkembangan Personal* “ **ada hubungan antara litrasi fisik dan perkembangan personal pada remaja**”.

Uji Linearitas

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai Sig, *deviation from linearity* sebesar 0,611 >0,05, maka dapat di simpulkan bahwa terdapat **hubungan yang linear** antara litrasi fisik dengan perkembangan personal .

Tabel. 4 Hasil uji linearitas

			Sum of	df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
Personal * Litrasi Fisik	Between	(Combined)	103.947	18	5.775	.903	.575
	Groups	Linearity	9.406	1	9.406	1.471	.226
		Deviation from Linearity	94.541	17	5.561	.869	.611
Within Groups			2244.996	351	6.396		
Total			2348.943	369			

Tabel 5. Uji Korelasi

Correlations		
	Litrasi Fisik	Perkembangan Personal
Litrasi Fisik	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.225
N	370	370

Perkembangan Personal	Pearson Correlation	.063	1
	Sig. (2-tailed)	.225	
	N	370	370

Tabel. 5.1. pedoman untuk memberikan Interpretansi koefisien korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Hasil analisis berdasarkan perhitungan menggunakan uji korelasi dan uji koefisien korelasi personal dengan menggunakan aplikasi SPSS, diperoleh nilai korelasi sebesar 0,225 yang di tujukkan pada table indikatif untuk memberikan penjelasan tentang keefisien korelasi yang di masukan pada interval 0,20-0,399, sehingga dapat menyimpulkan bahwa tingkat kekuatan hubungan antara literasi fisik dan perkembangan personal merupakan tingkatan hubungan yang **rendah**.

PEMBAHASAN

Pengujian hipotesis bertujuan untuk mengetahui kebenaran hipotesis yang dirumuskan. Ini juga bertujuan untuk menentukan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Penulis menggunakan teknik korelasi yang dijabarkan untuk menguji hipotesis penelitian sesuai dengan bertujuan sebagai berikut :

Hubungan antara Literasi Fisik (X) terhadap Perkembangan personal (Y) pada Remaja.

Dari table output diatas diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara Literasi fisik (X) terhadap Perkembangan Personal adalah $0,225 > 0,05$, yang berarti tidak ada korelasi yang signifikan antara variabel Literasi Fisik, dan Perkembangan Personal. Selanjutnya, berdasarkan r Hitung dapat di ketahui di lihat bahwa nilai r Hitung hubungan antara Literasi Fisik dan Perkembangan Personal adalah sebesar 0,063 dan di dapati bahwa r table sebesar 0,113. Maka $r \text{ Hitung} < r \text{ table}$ dan dapat di simpulkan bahwa tidak ada hubungan atau korelasi antara variabel Literasi Fisik dengan Perkembangan Personal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Hubungan Antara Litrase Fisik dan Perkebangan Personal Pada Remaja menunjukan adanya hubungan antara analisis koefisien korelasi pearson, dan hasil analisis berdasarkan perhitungan menggunakan uji koefisien korelasi pearson. Menggunakan SPSS, dan nilai krelasinya adalah 0,225, dan dapat dilihat di table indikasi untuk memberikan interoretasi yang koefisien yang di masukan pada periode 0,20-0,399 sehingga dapat di simpulkan bahwa tingkatan kekuatan hubungan litrase fisik dan perkebangan personal memiliki tingkatan hubungan yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2018). Re-Orientasi Pendidikan Jasmani Kedalam Perspektif Kependidikan Dan Kemanusiaan: Meraih Belajar Siswa Mengantar Terdidik Jasmaniah Siswa. In *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani* (Vol. 53, Issue 9).
- Ayun, Q. (2016). Pendidikan Dan Pengasuhan Keluarga Dalam Membentuk Perkembangan Kepribadian Anak: Perspektif Psikologi Perkembangan Islam. *Attarbiyah*, 26, 91. <https://doi.org/10.18326/tarbiyah.v26i0.91-118>
- Berens, E. M., Vogt, D., Messer, M., Hurrelmann, K., & Schaeffer, D. (2016). Health literacy among different age groups in Germany: results of a cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3810-6>
- Brown, D. M. Y., Dudley, D. A., & Cairney, J. (2020). Physical literacy profiles are associated with differences in children’s physical activity participation: A latent profile analysis approach. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(11), 1062–1067. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.05.007>
- Langeskov-Christensen, M., Heine, M., Kwakkel, G., & Dalgas, U. (2015). Aerobic Capacity in Persons with Multiple Sclerosis: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, 45(6), 905–923. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0307-x>
- Scott, J. J., Hill, S., Barwood, D., & Penney, D. (2021). Physical literacy and policy alignment in sport and education in Australia. *European Physical Education Review*, 27(2), 328–347. <https://doi.org/10.1177/1356336X20947434>
- Sofiarini, A. M. (2016). Hubungan Antara Pembelajaran Penjas Dengan Perilaku Sosial Siswa (Studi Deskriptif di SMA Negeri 10 Kota Bandung). *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), 68. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i1.3665>
- Winarni, S. (2011). Pengembangan Karakter Dalam Olahraga Dan Pendidikan Jasmani. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 2, 124–139. <https://doi.org/10.21831/cp.v0i2.1460>