

**PERBANDINGAN ANALISIS LITERASI FISIK PESERTA
DIDIKPADA MATA PELAJARAN PJOK TERHADAP
KEBUGARAN JASMANI JENJANG SEKOLAH DASAR,
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA, DAN SEKOLAH
MENENGAH ATAS DI KABUPATEN MADIUN
TAHUN 2026**

TESIS

Diajukan Untuk Penulisan Tesis Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan (M.Pd.)
Pada Prodi MKO UN PGRI Kediri



Oleh :

AGUS SUPRIANTO

NPM: 2401010011

**PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2026**

**PERBANDINGAN ANALISIS LITERASI FISIK PESERTA
DIDIKPADA MATA PELAJARAN PJOK TERHADAP
KEBUGARAN JASMANI JENJANG SEKOLAH DASAR,
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA, DAN SEKOLAH
MENENGAH ATAS DI KABUPATEN MADIUN
TAHUN 2026**

TESIS

**Diajukan Untuk Penulisan Tesis Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan (M.Pd.)
Pada Prodi MKO UN PGRI Kediri**

Oleh :

AGUS SUPRIANTO

NPM: 2401010011

**PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2026**

Tesis oleh:

AGUS SUPRIANTO

NPM: 2401010011

Judul:

**PERBANDINGAN ANALISIS LITERASI FISIK PESERTA DIDIK
PADA MATA PELAJARAN PJOK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI
JENJANG SEKOLAH DASAR, SEKOLAH MENENGAH PERTAMA,
DAN SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KABUPATEN MADIUN
TAHUN 2026**

Telah Disetujui untuk Dilanjutkan Kepada Panitia Ujian/Sidang Tesis
Prodi (MKO) Program Pasca Sarjana UN PGRI Kediri

Tanggal: 26 Juni 2026

Dosen Pembimbing I



Dr. Atrup, M.M., M.Pd.
NIDN. 0709116101

Dosen Pembimbing II



Puspodari, M.Pd.
NIDN. 0709116101

Tesis oleh:

AGUS SUPRIANTO

NPM: 2401010011

Judul:

**PERBANDINGAN ANALISIS LITERASI FISIK PESERTA DIDIK
PADA MATA PELAJARAN PJOK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI
JENJANG SEKOLAH DASAR, SEKOLAH MENENGAH PERTAMA,
DAN SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KABUPATEN MADIUN
TAHUN 2026**

Telah Dipertahankan Di Depan Panitia Ujian/Sidang Tesis Program Studi
Magister Keguruan Olahraga Program Pasca Sarjana UN PGRI Kediri

Tanggal: 16 Juli 2026

Dan Dinyatakan Telah memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

Ketua : Dr. Atrup, M.M, M.Pd.

Sekretraris : Dr. Puspodari, M.Pd.

Penguji I : Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or.

Penguji II : Dr. Wasis Himawanto, M.Or.



Mengetahui,

Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Drs. M. Muchson, S.E.,M.M.

NIDN. 0018126701

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Agus Suprianto
Jenis Kelamin : Laki-laki
Tempat/tgl. Lahir : Magetan, 25 Agustus 1990
NPM : 2401010011
Fak/Jur/Prodi : MKO/ Program Pascasarjana

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Madiun, 26 Juni 2026

Yang Menyatakan

Agus Suprianto

NPM. 2401010011

MOTTO

"Kesetiaan pada satu bidang akan melahirkan pengalaman, pengalaman melahirkan keahlian, dan keahlian menghadirkan kebermanfaatan."

"Allah mencintai hamba yang apabila mengerjakan suatu pekerjaan, ia menyempurnakannya."

Karya ini saya persembahkan kepada :
Seluruh Keluarga Tercinta

ABSTRAK

Agus Suprianto. NIM 2401010011.

Perbandingan Analisis Literasi Fisik Peserta Didik pada Mata Pelajaran PJOK terhadap Kebugaran Jasmani Jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Madiun.

Tesis, Program Studi Magister Kependidikan Olahraga, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat literasi fisik dan kebugaran jasmani peserta didik, serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut pada jenjang SD, SMP, dan SMA di Kabupaten Madiun. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif pendekatan korelasional. Sampel penelitian berjumlah 90 peserta didik terdiri atas kelas VI MI Salafiyah Barek (25 peserta didik), kelas IX D MTsN 3 Madiun (30 peserta didik), dan kelas X TKRB SMKN 1 Kebonsari (35 peserta didik), ditentukan melalui teknik stratified-cluster random sampling. Data literasi fisik menggunakan Adolescent Physical Literacy Questionnaire (APLQ) dari International Physical Literacy Association (IPLA), data kebugaran jasmani menggunakan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI). Analisis data menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, uji linieritas, dan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program IBM SPSS Versi 26.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi fisik peserta didik jenjang Sekolah Dasar secara umum berada pada kategori cukup (rerata 92,12), jenjang Sekolah Menengah Pertama tersebar merata pada kategori baik dan cukup (rerata 88,73), dan jenjang Sekolah Menengah Atas berada pada kategori cukup (rerata 86,69); sedangkan kebugaran jasmani ketiga jenjang tersebut secara berturut-turut dominan berada pada kategori baik sekali (rerata 20,88), baik (rerata 18,70), dan baik (rerata 21,20). Hasil uji korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara literasi fisik dengan kebugaran jasmani pada jenjang Sekolah Dasar ($r = 0,022$; $p = 0,915 > 0,05$), namun terdapat hubungan positif yang signifikan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama dengan kategori kuat ($r = 0,697$; $p = 0,000 < 0,05$) dan pada jenjang Sekolah Menengah Atas dengan kategori sedang ($r = 0,464$; $p = 0,005 < 0,05$).

Secara deskriptif, keeratan hubungan literasi fisik dengan kebugaran jasmani antar jenjang menunjukkan pola SMP lebih tinggi daripada SMA, dan keduanya lebih tinggi daripada SD. Temuan ini mengindikasikan bahwa peran literasi fisik terhadap kebugaran jasmani semakin nyata seiring bertambahnya jenjang pendidikan, khususnya mulai jenjang Sekolah Menengah Pertama, sehingga penguatan pembelajaran PJOK berbasis literasi fisik perlu dilakukan secara berjenjang dan berkelanjutan.

Kata Kunci: literasi fisik, kebugaran jasmani, PJOK, APLQ, TKSI, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan Puji Syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan proposal ini dapat diselesaikan. Penyusunan proposal ini merupakan bagian dari rencana penelitian guna penyusunan Tesis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Pendidikan Magister Olahraga.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd., selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Prof. Dr. Drs. M. Muchson, S.E.,M.M., selaku Direktur Program Pascasarjana UN PGRI Kediri
3. Dr. Puspodari, M.Pd. selaku Kaprodi Magister Keguruan Olahraga
4. Dr. Atrup, M.Pd., M.M. selaku dosen pembimbing 1
5. Dr. Puspodari, M.Pd. selaku dosen pembimbing 2
6. Bapak Arif Rahman, S.Pd. selaku Kepala Sekolah SMKN 1 Kebonsari
7. Ibu Dra. Ruwiyati Rohmah, M.Pd. selaku Kepala Sekolah MTsN 3 Madiun
8. Bapak Henri Hidayat, S.Pd. selaku Kepala Sekolah MI Salafiyah Barek
9. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan proposal ini.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Kediri, November 2026

AGUS SUPRIANTO
NPM: 2401010011

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR DIAGRAM	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Landasan Teori	6
1. Teori yang Digunakan dalam Penelitian	6
2. Variabel Y: Kebugaran Jasmani (Dependent Variable)	7
3. Variabel X: Literasi Fisik (Independent Variable)	9
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	11
C. Kerangka Berfikir	17
D. Hipotesis Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Desain Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	23
D. Definisi Operasional Variabel	27
E. Teknik dan Pengumpulan Data	28
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	35
G. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Hasil Penelitian	39
B. Pembahasan	52
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	58
A. Simpulan	58

B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indikator dan Dimensi Kebugaran Jasmani	7
Tabel 2.2 Matriks Perbandingan Penelitian Terdahulu dan Penelitian Sekarang	15
Tabel 3.4 Nilai TKSIFase C Kelas 6 Jenjang Sekolah Dasar	32
Tabel 3.5 Nilai TKSIFase D Kelas 7 Jenjang Sekolah Menengah	33
Tabel 4.1 Rincian Populasi dan Sampel	39
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Literasi Fisik Peserta Didik Kelas 6 MI Salafiyah Barek	39
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik Literasi Fisik MTsN 3 Madiun	40
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Literasi Fisik MTsN 3 Madiun	41
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Literasi Fisik SMKN 1 Kebonsari.....	42
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Literasi Fisik SMKN 1 Kebonsari.....	42
Tabel 4.7 Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Kelas 6 MI Salafiyah Barek...	43
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Kelas 6 MI Salafiyah Barek	43
Tabel 4.9 Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Kelas 9 MTsN 3 Madiun.....	44
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Kelas 9 MTsN 3 Madiun....	45
Tabel 4.11 Deskriptif Statistik Kebugaran Jasmani Kelas X SMKN 1 Kebonsari	46
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Kelas X SMKN 1 Kebonsari	47
Tabel 4.13 Rangkuman Hasil Uji Normalitas.....	48
Tabel 4.14 Rangkuman Hasil Uji Linieritas	49
Tabel 4.15 Koefisien Korelasi Literasi Fisik dengan Kebugaran Jasmani	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	19
Gambar L.31.1 Penjelasan Mengenai Prosedur Tes TKSI MI Salafiyah Barek .	140
Gambar L.31.2 Pelaksanaan Child Ball Test: Koordinasi MI Salafiyah Barek...	140
Gambar L.31.3 Pelaksanaan Tok Tok Ball Test: Akurasi MI Salafiyah Barek....	141
Gambar L.31.4 Pelaksanaan Move The Ball Test MI Salafiyah Barek	141
Gambar L.31.5 Pelaksanaan Shuttle Run 8×10 m Test MI Salafiyah Barek	142
Gambar L.31.6 Pelaksanaan 600 m Run Test MI Salafiyah Barek	142
Gambar L.31.7 Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata–Tangan MTsN 3 Madiun.....	143
Gambar L.31.8 Pelaksanaan Tes Standing Broad Jump MTsN 3 Madiun.....	143
Gambar L.31.9 Pelaksanaan Tes Sit Up MTsN 3 Madiun.....	144
Gambar L.31.10 Pelaksanaan T-test Kelincahan MTsN 3 Madiun.....	144
Gambar L.31.11 Pelaksanaan Beep Test MTsN 3 Madiun	145
Gambar L.31.12 Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata–Tangan SMKN 1 Kebonsari	145
Gambar L.31.13 Pelaksanaan Vertical Jump Test SMKN 1 Kebonsari	146
Gambar L.31.14 Pelaksanaan T-test Kelincahan SMKN 1 Kebonsari	146
Gambar L.31.15 Pelaksanaan Hand Touch Reaction Test SMKN 1 Kebonsari	147
Gambar L.31.16 Pelaksanaan Dipping Test SMKN 1 Kebonsari.....	147
Gambar L.31.17 Pelaksanaan Bleep Test SMKN 1 Kebonsari.....	148

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 Distribusi Frekuensi Literasi Fisik Kelas 6 MI Salafiyah Barek.....	40
Diagram 4.2 Distribusi Frekuensi Literasi Fisik Kelas 9 MTsN 3 Madiun.....	41
Diagram 4.3 Distribusi Frekuensi Literasi Fisik Kelas X TKRB SMKN 1 Kebonsari.....	42
Diagram 4.4 Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Kelas 6 MI Salafiyah Barek	44
Diagram 4.5 Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Kelas 9 MTsN 3 Madiun	45
Diagram 4.6 Distribusi Frekuensi Kebugaran Jasmani Kelas X TKRB SMKN 1 Kebonsari.....	47

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan pondasi utama dalam pembangunan bangsa dan memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Melalui pendidikan, diharapkan lahir generasi penerus yang beriman, cerdas, berakarakter, serta mampu menghadapi tantangan global, sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Pendidikan dipandang sebagai usaha sadar dan terencana untuk membentuk manusia dan masyarakat secara utuh, termasuk kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan (Sakdiah & Syahrani, 2022). Kegiatan pembelajaran akan terlaksana dengan baik apabila didukung oleh kurikulum yang baik dan tujuan pembelajaran yang jelas, sehingga sekolah dituntut memiliki program yang mampu meningkatkan prestasi peserta didik, baik akademik maupun keolahragaan yang melibatkan faktor fisik dan keterampilan gerak.

Salah satu mata pelajaran yang secara khusus menekankan aspek fisik dan keterampilan gerak adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). PJOK bertujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, emosional, sosial, serta pola hidup sehat melalui aktivitas jasmani (Battista dkk., 2019; Griban dkk., 2020), dan terbukti berperan dalam membentuk keterampilan pribadi maupun sosial peserta didik (Opstoel dkk., 2020; Wright dkk., 2019; Cairney et dkk., 2019). Pembelajaran PJOK yang diarahkan dengan baik memungkinkan peserta didik mengisi waktu luang secara sehat, berkembang secara sosial, serta berkontribusi terhadap kesehatan fisik dan mental (Razouki, 2021), sekaligus mengembangkan ranah afektif dan kognitif, tidak hanya psikomotorik (Lynott dkk., 2022; Stepanchenko & Briskin, 2019).

Aktivitas fisik menurut WHO (2017) mencakup seluruh gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka dan membutuhkan energi, mulai dari bekerja, bermain, hingga kegiatan rekreasi. WHO (2020) merekomendasikan agar anak dan remaja usia 5–17 tahun melakukan rata-rata minimal 60 menit aktivitas fisik berintensitas sedang hingga berat setiap hari karena terbukti memberi manfaat bagi kesehatan

kardiorespirasi, metabolik, dan mental (Bull dkk., 2020). Namun demikian, cakupan aktivitas fisik remaja di dunia maupun di Indonesia masih jauh dari memadai; data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) mencatat sekitar 66,8% remaja Indonesia tergolong kurang aktif secara fisik, kondisi yang berkontribusi terhadap rendahnya daya tahan tubuh dan meningkatnya risiko penyakit tidak menular sejak usia muda.

Rendahnya aktivitas fisik berkaitan erat dengan tingkat literasi fisik seseorang. International Physical Literacy Association (2014) mendefinisikan literasi fisik sebagai motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan, dan pemahaman untuk menghargai serta bertanggung jawab atas keterlibatan dalam aktivitas fisik sepanjang hayat. Seseorang yang tidak memahami alasan dan manfaat beraktivitas fisik cenderung tidak memiliki motivasi untuk melakukannya (Higgs dkk., 2019); sebaliknya, seseorang yang memahami konsep literasi fisik cenderung lebih termotivasi, percaya diri, kompeten, dan optimal dalam menjalani aktivitas fisik sehari-hari. Dengan demikian, literasi fisik dapat dipandang sebagai fondasi penting bagi terbentuknya kebugaran jasmani yang baik.

Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, peneliti yang berprofesi sebagai guru PJOK di Kecamatan Kebonsari, Kabupaten Madiun, melakukan observasi awal terhadap peserta didik pada jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas di wilayah Kabupaten Madiun. Hasil pengamatan menunjukkan variasi tingkat keaktifan fisik peserta didik: sebagian tampak aktif bergerak seperti bermain bola voli, bermain sepak bola, berlari-larian, dan melaksanakan piket kelas, sementara sebagian yang lain lebih memilih duduk dan mengobrol dengan teman pada waktu istirahat serta tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga karena keterbatasan waktu, minat, maupun variasi kegiatan yang tersedia di sekolah.

Kecenderungan penurunan keaktifan fisik tersebut tampak lebih menonjol di Kecamatan Kebonsari. Beberapa indikator yang teramati di sekolah dan tercatat dalam buku bimbingan konseling dan rapor peserta didik antara lain peserta didik datang terlambat karena bangun kesiangsan, mengantuk atau tertidur saat pelajaran karena tidur larut malam, cepat lelah ketika beraktivitas, serta cenderung malas bergerak dan mudah lelah saat mengikuti pelajaran PJOK. Penelusuran terhadap

keseharian peserta didik di luar sekolah mengungkapkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan menjadi salah satu penyebab utamanya: peserta didik laki-laki cenderung menghabiskan waktu untuk bermain game online, sedangkan peserta didik perempuan lebih banyak mengakses media sosial. Temuan lapangan ini sejalan dengan sejumlah penelitian terkini yang melaporkan adanya hubungan negatif antara intensitas penggunaan gadget dan tingkat kebugaran jasmani peserta didik (Firdaus et al., 2025; Sampurno & Ridwan, 2026).

Selain penggunaan gadget, kebiasaan nongkrong di angkringan hingga larut malam juga banyak dijumpai pada remaja, mulai dari jenjang Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, hingga remaja yang sudah tidak lagi bersekolah. Kebiasaan begadang semacam ini berkontribusi terhadap terganggunya kualitas tidur, yang pada gilirannya turut menurunkan kebugaran jasmani (Gunarsa & Wibowo, 2021). Apabila pola hidup seperti ini dibiarkan berlangsung terus-menerus, remaja berisiko mengalami penurunan kebugaran jasmani secara berkelanjutan sehingga rentan terhadap berbagai penyakit dengan risiko kematian tinggi meski masih berada pada usia produktif. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk menyadari dampak negative dari pola hidup yang tidak sehat ini dan mulai melakukan perubahan menuju pola hidup yang lebih seimbang.

Fenomena penurunan kebugaran jasmani remaja di Kecamatan Kebonsari tersebut memperkuat urgensi untuk mengkaji lebih jauh bagaimana tingkat literasi fisik peserta didik berhubungan dengan kebugaran jasmani mereka, serta sejauh mana perbedaan tingkat literasi fisik tersebut terjadi antarjenjang pendidikan di Kabupaten Madiun. Sebagai guru PJOK yang bersinggungan langsung dengan persoalan ini di lapangan, peneliti terdorong untuk memberikan kontribusi nyata bagi peningkatan kesehatan remaja melalui penguatan pemahaman dan motivasi literasi fisik, yang diharapkan berdampak pada meningkatnya kebugaran jasmani peserta didik melalui pembelajaran PJOK yang terstruktur. Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Perbandingan Analisis Literasi Fisik Peserta Didik pada Mata Pelajaran PJOK terhadap Kebugaran Jasmani Jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Madiun", dengan fenomena di Kecamatan Kebonsari sebagai titik tolak empiris penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat ditemukan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Madiun?
2. Bagaimanakah tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Madiun?
3. Bagaimanakah tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Madiun?
4. Adakah perbedaan signifikan tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Madiun?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Madiun.
2. Untuk mengetahui tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Madiun.
3. Untuk mengetahui tingkat literasi fisik peserta didik terhadap kebugaran jasmani Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Madiun.
4. Untuk membandingkan tingkat literasi fisik terhadap kebugaran jasmani antara ketiga jenjang sekolah tersebut.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi dunia pendidikan jasmani khususnya dalam pembelajaran PJOK. Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Secara Teoretis
 - a. Penelitian ini diharapkan agar mampu meningkatkan pemahaman dan bermanfaat bagi setiap pihak dan menjadi gambaran tentang tingkat

aktivitas fisik peserta didik di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Madiun.

- b. Diharapkan penelitian ini sebagai acuan dalam menerapkan bahan ajar PJOK terhadap aktivitas fisik.
- c. Penelitian ini diharapkan menjadi sumber inspirasi bagi perkembangan pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas terhadap literasi fisik

2. Secara Praktis

- a. Bagi peneliti, dapat memberikan pengalaman dan pengetahuan dalam pembelajaran PJOK terhadap literasi fisik anak.
- b. Bagi guru PJOK, hasil penelitian ini dapat diimplementasikan oleh guru untuk meningkatkan literasi fisik peserta didik serta dapat menambah inovasi guru dalam melaksanakan proses pembelajaran
- c. Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan menjadi lebih aktif dan bersemangat lagi dalam melakukan aktivitas fisik olahraga.
- d. Bagi sekolah, penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai literasi fisik terhadap peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, C., Siregar, S., Ginting, Z. P., & Harahap, L. (2024). Upaya meningkatkan minat siswa SD dalam pembelajaran PJOK (senam irama). *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 2(2), 39–41.
- Ardiyanto, H., & Fajaruddin, S. (2019). Tinjauan atas artikel penelitian dan pengembangan pendidikan di Jurnal Keolahragaan. *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 83–93.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, R. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Dewi, A. P. A. (2019). Pengembangan media video pembelajaran sulaman smock di SMK tata busana. *Jurnal Fesyen: Pendidikan*, 3–16.
- Dewi, K., & Sudaryanto. (2020). *Metode penelitian kuantitatif*. Andi Offset.
- Dulanlebit, J. (2020). Validitas dan reliabilitas Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI). *Jurnal Keolahragaan*, 8(1), 45–52.
- Edi, S., dkk. (2009). *Statistika pendidikan*. Bumi Aksara.
- Hadi, S. A. (2008). *Pengantar pendidikan*. Andi Offset.
- Iqbal, M., & Salsabila, R. (2023). Teknik penyusunan angket dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Metodologi Penelitian*, 5(1), 22–30.
- Janna, N. M. (2021). Konsep uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 45–54.
- Makbul, M. (2021). *Metode penelitian pendidikan*. Alfabeta.
- Maydiantoro, A. (2020). Model penelitian pengembangan (research and development). *Chemistry Education Review*, 3(2), 185–190.
- Mohammadzadeh, H., dkk. (2022). Design and psychometrics evaluation of adolescent physical literacy questionnaire (APLQ). *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), 951–960.
- Nasir, M. (2005). *Metode penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Qomari. (2015). Teknik analisis korelasi dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Statistik Pendidikan*, 4(1), 12–20.

- Rustandi, A., & Rismayanti. (2021). Penerapan model ADDIE dalam pengembangan media pembelajaran di SMPN 22 Kota Samarinda. *Jurnal Fasilkom*, 11(2), 57–60.
- Sepdanius, E., dkk. (2019). *Tes dan pengukuran olahraga*. Rajawali Pers.
- Siregar, S. (2017). *Statistika terapan untuk penelitian*. Kencana.
- Sugiyono. (2011). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Ulfa, M. (2021). Konsep variabel dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Pendidikan*, 6(1), 33–40.