SPORTIFY JOURNAL
https://journal-center.litpam.com/index.php/sfj

Juni 2024, Vol. 4, No. 1
e-ISSN: 2807-4076
pp. 1-9

Literasi Fisik Siswa Sekolah Dasar: Analisis Domain Pengetahuan dan Pemahaman menggunakan *CAPL-2 Questionnaire*

[1]Yunita Aprilia Ningsih, [2*]Johan Irmansyah
[1, 2*] Department of Sport and Health Education, Faculty of Sports Science and Public Health, Universitas Pendidikan Mandalika. Jl. Pemuda No. 59A, Mataram 83125, Indonesia.

*Correspondence e-mail: johanirmansyah@undikma.ac.id
Submission: January 4, 2024; Revision: February 13, 2024; Accepted: April 9, 2024.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa SDN Montong Batu menggunakan CAPL-2 Questionnaire. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Sampel penelitian terdiri atas 148 siswa berusia 9–12 tahun yang dipilih menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian adalah Canadian Assessment of Physical Literacy-2 (CAPL-2) Questionnaire pada domain pengetahuan dan pemahaman. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji normalitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori Beginning, diikuti Progressing, Achieving, dan sangat sedikit pada kategori Excelling. Perbedaan skor berdasarkan jenis kelamin relatif kecil, sedangkan siswa yang lebih tua cenderung memperoleh skor lebih tinggi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa masih perlu diperkuat.

Kata Kunci: literasi fisik; pengetahuan aktivitas fisik; CAPL-2; pendidikan jasmani; sekolah dasar

Physical Literacy among Elementary Students: Analysis of the Knowledge and Understanding Domain using the CAPL-2 Questionnaire

Abstract

This study aimed to analyze the knowledge and understanding domain of physical activity among students at SDN Montong Batu using the CAPL-2 Questionnaire. A descriptive quantitative design with a survey method was used. The sample consisted of 148 students aged 9–12 years selected through purposive sampling. The research instrument was the Canadian Assessment of Physical Literacy-2 (CAPL-2) Questionnaire focusing on the knowledge and understanding domain. Data were analyzed using descriptive statistics and normality testing. The results showed that most students were in the Beginning category, followed by Progressing, Achieving, and only a very small proportion in the Excelling category. Differences by gender were relatively small, while older students tended to obtain higher scores. This study concludes that students' knowledge and understanding of physical activity need further strengthening.

Keywords: *physical literacy; physical activity knowledge; CAPL-2; physical education; elementary students*

How to Cite: Ningsih, Y. A., & Irmansyah, J. (2024). Literasi Fisik Siswa Sekolah Dasar: Analisis Domain Pengetahuan dan Pemahaman menggunakan CAPL-2 Questionnaire. *Sportify Journal*, *4*(1), 1-9. https://doi.org/10.36312/sj.v4i1.5068

https://doi.org/10.36312/sj.v4i1.5068

Copyright© 2024, Ningsih & Irmansyah
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peran penting dalam membentuk pengalaman gerak, kebiasaan hidup aktif, dan pemahaman siswa tentang pentingnya aktivitas fisik. Pada tahap usia sekolah dasar, siswa sedang berada dalam masa perkembangan motorik, kognitif, sosial, dan emosional yang sangat menentukan pola hidup pada tahap berikutnya. Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani tidak cukup hanya diarahkan pada kemampuan melakukan gerakan, tetapi juga perlu membangun pemahaman siswa mengenai manfaat aktivitas fisik, cara bergerak yang aman, serta alasan mengapa aktivitas jasmani perlu dilakukan secara teratur. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *physical literacy* atau literasi fisik yang menempatkan motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan, dan pemahaman sebagai satu kesatuan yang mendukung partisipasi aktif sepanjang hayat (Irmansyah et al., 2021).

Literasi fisik menjadi konsep penting dalam pendidikan jasmani karena menghubungkan aspek tubuh, pikiran, dan perilaku aktif. Siswa yang terliterasi secara fisik tidak hanya mampu bergerak, tetapi juga memahami nilai aktivitas fisik bagi kesehatan, kebugaran, kepercayaan diri, dan kualitas hidup. Dalam konteks pendidikan jasmani, domain pengetahuan dan pemahaman memiliki posisi strategis karena membantu siswa mengetahui manfaat aktivitas fisik, mengenali jenis aktivitas yang sesuai, memahami kebugaran jasmani, dan mengambil tanggung jawab terhadap keterlibatan dalam aktivitas fisik. Kajian tentang literasi fisik menunjukkan bahwa pengetahuan dan pemahaman berkontribusi terhadap keterlibatan aktivitas fisik yang lebih mandiri dan berkelanjutan (Li et al., 2022; Ho et al., 2019).

Meskipun penting, pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar masih menghadapi berbagai kendala. Beberapa masalah yang sering muncul adalah keterbatasan sarana dan prasarana, lemahnya pemahaman konseptual tentang tujuan pendidikan jasmani, ketidakseimbangan antara praktik dan teori, serta pembelajaran yang terlalu menekankan aktivitas fisik tanpa membangun pemahaman siswa secara memadai. Kajian tentang pendidikan jasmani menunjukkan bahwa keterbatasan fasilitas, kesenjangan antara teori dan praktik, serta perlunya kurikulum yang lebih kaya secara konseptual masih menjadi tantangan dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah (Li, 2021; Baidowi, 2020; Ho et al., 2019). Kondisi tersebut dapat mengakibatkan siswa aktif bergerak dalam pembelajaran, tetapi belum memahami makna, manfaat, dan prinsip dasar aktivitas fisik yang dilakukan.

Masalah tersebut relevan untuk dikaji di SDN Montong Batu karena pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar memerlukan dasar pengetahuan dan pemahaman yang kuat sejak dini. Siswa usia 8–12 tahun berada pada fase penting untuk membangun fondasi literasi fisik. Jika pada tahap ini siswa belum memahami manfaat aktivitas fisik, kebugaran, dan pola hidup aktif, maka pembelajaran pendidikan jasmani berisiko hanya menjadi kegiatan gerak sesaat tanpa membentuk kebiasaan aktif jangka panjang. Literatur menekankan bahwa penilaian domain pengetahuan dan pemahaman pada usia sekolah dasar penting dilakukan untuk membantu guru menyusun pembelajaran, intervensi, dan penguatan kurikulum pendidikan jasmani yang lebih tepat (Irmansyah et al., 2021; Ho et al., 2019).

Penelitian sebelumnya telah banyak membahas pendidikan jasmani, kebugaran, aktivitas fisik, dan kualitas pembelajaran, tetapi kajian yang secara

khusus menilai domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik pada siswa sekolah dasar masih terbatas. Padahal, domain ini merupakan salah satu komponen penting literasi fisik yang dapat menjadi dasar untuk mengetahui sejauh mana siswa memahami aktivitas fisik yang mereka lakukan. Sebagian penelitian lebih menekankan kemampuan gerak atau partisipasi fisik, sedangkan aspek pengetahuan dan pemahaman belum selalu ditempatkan sebagai fokus utama. Dengan demikian, diperlukan penelitian yang secara khusus memetakan domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik agar guru pendidikan jasmani memperoleh gambaran awal tentang literasi fisik siswa.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus analisis domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik menggunakan Canadian Assessment of Physical Literacy-2 (CAPL-2) Questionnaire pada siswa SDN Montong Batu. CAPL-2 relevan digunakan karena menyediakan kerangka penilaian literasi fisik yang mencakup unsur pengetahuan dan pemahaman sebagai bagian dari konstruk literasi fisik yang holistik. Melalui penelitian ini, tingkat pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap aktivitas fisik dapat dipetakan secara lebih terarah. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa SDN Montong Batu menggunakan CAPL-2 Questionnaire. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi guru pendidikan jasmani untuk memperkuat pembelajaran yang tidak hanya menekankan praktik gerak, tetapi juga membangun pemahaman siswa tentang aktivitas fisik, kebugaran, dan kebiasaan hidup aktif.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan metode survei menggunakan kuesioner. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan menggambarkan domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa SDN Montong Batu secara objektif melalui skor numerik. Survei kuesioner sesuai digunakan untuk mengukur domain pengetahuan dalam literasi fisik karena dapat memberikan gambaran awal mengenai distribusi jawaban siswa sebelum dilakukan analisis atau intervensi lebih lanjut (Barnett et al., 2023; Tafon, 2022). Desain ini juga relevan untuk siswa sekolah dasar karena memungkinkan pengumpulan data dalam jumlah relatif besar secara praktis, terstandar, dan sesuai dengan tujuan pemetaan awal literasi fisik.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah siswa SDN Montong Batu kelas II, III, IV, V, dan VI yang berada pada rentang usia 8–12 tahun, berjumlah 188 siswa. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria siswa berusia 8–12 tahun, berada pada kelas III, IV, V, dan VI, mampu membaca serta memahami instruksi sederhana, dan hadir saat pengambilan data. Berdasarkan kriteria tersebut, sampel penelitian berjumlah 147 siswa. Pemilihan purposive sampling sesuai digunakan dalam penelitian pendidikan dasar ketika peneliti menargetkan kelompok usia tertentu yang sesuai dengan tahap perkembangan dan tujuan pengukuran literasi fisik (Barnett et al., 2023; Tafon, 2022).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menggunakan Canadian Assessment of Physical Literacy-2 (CAPL-2) Questionnaire pada domain pengetahuan dan pemahaman yang telah diadaptasi untuk konteks anak Indonesia. CAPL-2 merupakan instrumen yang banyak digunakan untuk menilai literasi fisik anak karena mencakup domain fisik, kognitif, psikologis, dan sosial (Barnett et al., 2023; Can, 2023). Dalam penelitian ini, instrumen difokuskan pada domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik. Kuesioner terdiri atas lima indikator pertanyaan. Setiap jawaban benar diberi skor 1, sedangkan jawaban salah diberi skor 0. Pada indikator berbentuk soal cerita, skor diberikan berdasarkan jumlah item jawaban yang benar. Adaptasi CAPL-2 dilakukan agar isi pertanyaan sesuai dengan konteks pendidikan jasmani di Indonesia, karakteristik siswa sekolah dasar, bahasa yang mudah dipahami, dan pelaksanaan yang memungkinkan dilakukan di sekolah (Barnett et al., 2023; Ho et al., 2019).

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan secara langsung di SDN Montong Batu. Tahap pertama, peneliti mengurus izin penelitian dan berkoordinasi dengan pihak sekolah. Tahap kedua, peneliti mengidentifikasi siswa kelas III, IV, V, dan VI yang sesuai dengan kriteria sampel. Tahap ketiga, peneliti menjelaskan tujuan pengisian kuesioner, cara menjawab pertanyaan, dan pentingnya kejujuran dalam memberikan jawaban. Tahap keempat, siswa mengisi CAPL-2 Questionnaire dengan pendampingan peneliti dan guru untuk memastikan instruksi dipahami dengan benar.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif kuantitatif. Analisis dilakukan dengan menghitung skor benar, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, standar deviasi, frekuensi, dan persentase. Hasil analisis digunakan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa. Sebelum interpretasi, data dapat diperiksa melalui statistik awal dan uji normalitas seperti Kolmogorov–Smirnov atau Shapiro–Wilk apabila diperlukan untuk menentukan bentuk penyajian dan kecenderungan distribusi data (Ruxton et al., 2015; Adhikari, 2022; Tafon, 2022).

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 148 siswa SDN Montong Batu yang terdiri atas 72 siswa laki-laki dan 76 siswa perempuan. Data yang dianalisis adalah skor domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik menggunakan CAPL-2 Questionnaire.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Domain Pengetahuan dan Pemahaman Aktivitas Fisik

Komponen	Gender	Kolmogorov-Smirnov Statistic	df	Sig.	Shapiro-Wilk Statistic	df	Sig.
Knowledge & Understanding	Laki-laki	0,118	72	0,114	0,968	72	0,160
Knowledge & Understanding	Perempuan	0,112	76	0,119	0,963	76	0,124

Berdasarkan Tabel 1, nilai signifikansi Kolmogorov–Smirnov dan Shapiro–Wilk pada kelompok laki-laki maupun perempuan lebih besar dari 0,05. Artinya, data domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik pada kedua kelompok berdistribusi normal. Pemeriksaan normalitas merupakan langkah awal yang penting dalam penelitian berbasis kuesioner karena membantu memastikan bahwa data dapat dijelaskan secara tepat melalui statistik deskriptif dan, jika diperlukan, analisis lanjutan (Ruxton et al., 2015; Adhikari, 2022; Tafon, 2022).

Tabel 2. Statistik Deskriptif Domain Pengetahuan dan Pemahaman Berdasarkan Jenis Kelamin

Komponen	Gender	N	Mean	Median	SD	Min	Max	Range
Knowledge & Understanding	Laki-laki	72	4,0139	4,0000	2,24859	0,00	9,00	9,00
Knowledge & Understanding	Perempuan	76	4,3421	4,0000	2,05623	0,00	8,00	8,00

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata skor siswa perempuan sebesar 4,3421, sedikit lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki sebesar 4,0139. Median kedua kelompok sama, yaitu 4,0000. Skor minimum kedua kelompok adalah 0, sedangkan skor maksimum laki-laki mencapai 9 dan perempuan mencapai 8. Data ini menunjukkan bahwa perbedaan rata-rata berdasarkan jenis kelamin relatif kecil. Namun, rentang skor siswa laki-laki sedikit lebih lebar, yang menunjukkan variasi skor yang lebih besar pada kelompok laki-laki.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Domain Pengetahuan dan Pemahaman Berdasarkan Usia

Gender	Usia	N	Mean	Median	Standar Deviasi	Minimum	Maksimum
Laki-laki	9 tahun	15	1,9333	2,0000	1,66762	0,00	5,00
Laki-laki	10 tahun	18	4,1111	4,5000	1,96705	0,00	8,00
Laki-laki	11 tahun	26	4,3846	4,0000	2,07994	1,00	9,00
Laki-laki	12 tahun	13	5,5385	6,0000	1,98391	2,00	8,00
Perempuan	9 tahun	23	3,2609	4,0000	1,93573	0,00	6,00
Perempuan	10 tahun	14	4,3571	4,5000	1,44686	2,00	7,00
Perempuan	11 tahun	21	4,4286	4,0000	2,06328	2,00	8,00
Perempuan	12 tahun	18	5,6111	6,0000	1,97451	1,00	8,00

Tabel 3 menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan rata-rata skor seiring bertambahnya usia. Pada siswa laki-laki, rata-rata meningkat dari 1,9333 pada usia 9 tahun menjadi 5,5385 pada usia 12 tahun. Pada siswa perempuan, rata-

rata meningkat dari 3,2609 pada usia 9 tahun menjadi 5,6111 pada usia 12 tahun. Pola ini menunjukkan bahwa siswa yang lebih tua cenderung memiliki pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik yang lebih baik dibandingkan siswa yang lebih muda.

Tabel 4. Kategori Interpretasi CAPL-2 Domain Pengetahuan dan Pemahaman

Kelompok	N	Beginning	Progressing	Achieving	Excelling
Laki-laki	72	46 (63,89%)	21 (29,17%)	4 (5,55%)	1 (1,39%)
Perempuan	76	50 (65,79%)	20 (26,32%)	6 (7,89%)	0 (0,00%)
Total	148	96 (64,86%)	41 (27,71%)	10 (6,76%)	1 (0,67%)

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori Beginning, yaitu 96 siswa atau 64,86%. Sebanyak 41 siswa atau 27,71% berada pada kategori Progressing, 10 siswa atau 6,76% berada pada kategori Achieving, dan hanya 1 siswa atau 0,67% berada pada kategori Excelling. Pada kelompok laki-laki, 63,89% berada pada kategori Beginning, sedangkan pada kelompok perempuan 65,79% berada pada kategori yang sama. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa, baik laki-laki maupun perempuan, masih membutuhkan dukungan yang signifikan dalam mengembangkan pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa SDN Montong Batu masih didominasi kategori Beginning. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum mencapai tingkat pengetahuan dan pemahaman yang direkomendasikan dalam kerangka CAPL-2. Pola seperti ini juga ditemukan dalam beberapa penelitian berbasis CAPL-2 yang melaporkan bahwa anak usia sekolah dasar sering terkonsentrasi pada kategori Beginning dan Progressing, terutama pada domain kognitif atau pengetahuan dan pemahaman (Longmuir et al., 2015; Tremblay et al., 2018; Mendoza-Muñoz et al., 2021).

Kategori Beginning menunjukkan bahwa siswa masih memerlukan dukungan pembelajaran yang lebih terarah. Kondisi ini tidak selalu berarti siswa tidak mampu bergerak atau tidak aktif dalam pelajaran pendidikan jasmani. Sebaliknya, hasil ini lebih menunjukkan bahwa siswa belum sepenuhnya memahami konsep aktivitas fisik, manfaat kebugaran, rekomendasi aktivitas fisik, atau alasan mengapa aktivitas jasmani perlu dilakukan secara teratur. Literatur CAPL-2 menekankan bahwa peningkatan literasi fisik tidak cukup dilakukan melalui praktik gerak, tetapi juga membutuhkan penguatan aspek kognitif melalui penjelasan, refleksi, dan pembelajaran yang bermakna (Shearer et al., 2021; Liu & Chen, 2022).

Perbedaan berdasarkan jenis kelamin terlihat relatif kecil. Rata-rata skor perempuan sedikit lebih tinggi dibandingkan laki-laki, tetapi median keduanya sama. Proporsi kategori Beginning pada laki-laki dan perempuan juga hampir sama, yaitu 63,89% dan 65,79%. Temuan ini menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik merupakan masalah umum pada kedua kelompok. Hasil tersebut sejalan dengan studi CAPL-2 yang menemukan bahwa perbedaan gender dapat muncul pada domain tertentu, tetapi siswa laki-laki dan perempuan sering tetap terkonsentrasi pada kategori Beginning atau Progressing dalam domain pengetahuan dan pemahaman (Longmuir et al., 2015; Δανιά et al., 2020; Shearer et al., 2021).

Perbedaan yang lebih jelas muncul berdasarkan usia. Siswa usia 12 tahun memperoleh rata-rata tertinggi pada kelompok laki-laki maupun perempuan. Siswa usia 9 tahun memperoleh rata-rata terendah. Kecenderungan ini dapat dijelaskan oleh perkembangan kognitif, pengalaman belajar yang lebih lama, kemampuan membaca instruksi, dan paparan materi pendidikan jasmani yang lebih banyak pada siswa yang lebih tua. Temuan ini sejalan dengan penelitian CAPL-2 yang menunjukkan adanya efek usia, yaitu anak yang lebih tua cenderung memperoleh skor literasi fisik lebih tinggi dibandingkan anak yang lebih muda (Longmuir et al., 2015; Tremblay et al., 2018; Δανιά et al., 2020).

Meskipun terdapat peningkatan skor berdasarkan usia, proporsi kategori Achieving dan Excelling masih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa pertambahan usia saja belum cukup untuk menjamin pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik yang baik. Pembelajaran pendidikan jasmani perlu secara eksplisit memuat materi konseptual, seperti manfaat aktivitas fisik, fungsi pemanasan dan pendinginan, cara menjaga keselamatan saat bergerak, pentingnya kebugaran, serta hubungan aktivitas fisik dengan kesehatan. Jika pembelajaran hanya berfokus pada praktik gerak, siswa dapat mengikuti kegiatan fisik tanpa memahami makna dari aktivitas tersebut.

Perbedaan antara siswa pada kategori Beginning dan siswa pada kategori yang lebih tinggi kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman aktivitas fisik, dukungan keluarga, kebiasaan olahraga di luar sekolah, kemampuan memahami pertanyaan, dan lingkungan belajar. Siswa yang sering memperoleh penjelasan tentang aktivitas fisik atau terbiasa berdiskusi tentang kesehatan cenderung lebih mudah memahami isi kuesioner. Studi lintas budaya tentang CAPL-2 menunjukkan bahwa hasil literasi fisik dipengaruhi oleh konteks kurikulum, budaya sekolah, bahasa instrumen, dan pengalaman belajar siswa (Li et al., 2022; Δανιά et al., 2020; Mendoza-Muñoz et al., 2021).

Faktor sosial dan lingkungan sekolah juga berperan dalam membentuk pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik. Guru pendidikan jasmani, teman sebaya, keluarga, dan budaya sekolah dapat memperkuat atau melemahkan pemahaman siswa terhadap pentingnya aktivitas fisik. Pembelajaran yang memberi ruang tanya jawab, refleksi singkat, dan penjelasan sederhana setelah praktik gerak dapat membantu siswa menghubungkan pengalaman fisik dengan konsep kesehatan. Kajian literasi fisik menegaskan bahwa desain instruksional dan dukungan kurikulum sangat menentukan perkembangan domain pengetahuan dan pemahaman (Shearer et al., 2021; Liu & Chen, 2022; Ho et al., 2019).

Implikasi penelitian ini adalah perlunya penguatan pembelajaran pendidikan jasmani di SDN Montong Batu. Guru dapat menyeimbangkan praktik gerak dengan penjelasan konseptual. Misalnya, sebelum senam atau permainan, guru menjelaskan manfaat gerakan bagi jantung, otot, keseimbangan, dan kesehatan tubuh. Setelah kegiatan, guru dapat mengajukan pertanyaan singkat tentang manfaat aktivitas yang dilakukan. Siswa usia lebih muda membutuhkan pendekatan visual, cerita, gambar, dan contoh langsung. Siswa usia lebih tua dapat diberi tugas reflektif sederhana, seperti menyusun rencana aktivitas fisik mingguan atau menjelaskan alasan pentingnya bergerak setiap hari.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menegaskan bahwa domain pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa SDN Montong Batu masih perlu diperkuat. Dominasi kategori Beginning menjadi dasar bagi sekolah untuk mengembangkan pembelajaran pendidikan jasmani yang tidak hanya membuat

siswa bergerak, tetapi juga memahami alasan, manfaat, dan tanggung jawab untuk aktif secara fisik. Dengan penguatan tersebut, literasi fisik siswa dapat berkembang secara lebih utuh dan mendukung partisipasi aktivitas fisik sepanjang hayat.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengetahuan dan pemahaman aktivitas fisik siswa SDN Montong Batu masih perlu diperkuat sebagai bagian penting dari pengembangan literasi fisik. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani belum cukup apabila hanya berorientasi pada praktik gerak, tetapi perlu diarahkan untuk membantu siswa memahami makna, manfaat, prinsip, dan tanggung jawab dalam melakukan aktivitas fisik. Perkembangan usia memberi peluang peningkatan pemahaman, tetapi penguatan tersebut tetap membutuhkan strategi pembelajaran yang terencana, kontekstual, dan sesuai dengan tahap perkembangan siswa. Dengan demikian, pendidikan jasmani perlu diposisikan sebagai ruang belajar yang mengintegrasikan gerak, pengetahuan, pemahaman, dan pembentukan kebiasaan hidup aktif secara berkelanjutan.

REKOMENDASI

Guru pendidikan jasmani disarankan untuk menyeimbangkan praktik gerak dengan penjelasan konseptual yang sederhana, seperti manfaat aktivitas fisik, pentingnya pemanasan dan pendinginan, keselamatan bergerak, serta hubungan aktivitas fisik dengan kesehatan tubuh. Sekolah perlu mendukung penguatan literasi fisik melalui media pembelajaran, poster kebugaran, kegiatan aktivitas fisik yang terjadwal, serta kerja sama antara guru, siswa, dan orang tua. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak sekolah dan mengukur domain literasi fisik lain, seperti motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, dan perilaku aktivitas fisik, serta menggunakan desain intervensi untuk mengetahui strategi pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kategori CAPL-2 siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Baidowi, A. (2020). The evaluation of online and face to face physical education learning policy at elementary school level. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School, 4*(1). https://doi.org/10.17509/tegar.v4i1.28211

Barnett, L. M., Jerebine, A., Keegan, R., Watson-Mackie, K., Arundell, L., Ridgers, N. D., Salmon, J., & Dudley, D. (2023). Validity, reliability, and feasibility of physical literacy assessments designed for school children: A systematic review. *Sports Medicine, 53*(10), 1905–1929. https://doi.org/10.1007/s40279-023-01867-4

Can, Y. (2023). Social media addiction and loneliness of high school students. *Advances in Mobile Learning Educational Research, 3*(2), 893–902. https://doi.org/10.25082/amler.2023.02.016

Δανιά, A., Kaioglou, V., & Venetsanou, F. (2020). Validation of the Canadian Assessment of Physical Literacy for Greek children: Understanding assessment in response to culture and pedagogy. *European Physical Education Review, 26*(4), 903–919. https://doi.org/10.1177/1356336X20904079

Ho, W., Ahmed, M. D., Khoo, S., Tan, C. H., Dehkordi, M. R., Gallardo, M., Lee, K., Yamaguchi, Y., Yuping, T., & Shu, C. (2019). Towards developing and validating quality physical education in schools—The Asian physical

education professionals' voice. *PLOS ONE, 14*(8), e0218158. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218158

Irmansyah, J., Susanto, E., Lumintuarso, R., Sugiyanto, F., Syarif, A., & Syah, H. (2021). Physical literacy in the culture of physical education in elementary schools: Indonesian perspectives. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 9*(5), 929–939. https://doi.org/10.13189/saj.2021.090514

Li, J. (2021). Application of mobile information system based on internet in college physical education classroom teaching. *Mobile Information Systems, 2021*, 1–10. https://doi.org/10.1155/2021/1481070

Li, M., Kaioglou, V., Si, R., Choi, S. M., Venetsanou, F., & Sum, R. K. W. (2022). Exploring physical literacy in children aged 8 to 12 years old: A cross-cultural comparison between China and Greece. *BMC Public Health, 22*(1). https://doi.org/10.1186/s12889-022-14507-9

Li, M., Song, D., & Hu, X. (2022). Development of physical education network course resources based on intelligent sensor network. *Mathematical Problems in Engineering, 2022*, 1–8. https://doi.org/10.1155/2022/9934524

Liu, Y., & Chen, S. (2022). Characterizing middle school students' physical literacy development: A self-determination theory-based pilot intervention in physical education. *Frontiers in Sports and Active Living, 3*. https://doi.org/10.3389/fspor.2021.809447

Longmuir, P. E., Boyer, C. P., Lloyd, M., Yang, Y., Boiarskaia, E., Zhu, W., & Tremblay, M. S. (2015). The Canadian Assessment of Physical Literacy: Methods for children in grades 4 to 6 (8 to 12 years). *BMC Public Health, 15*(1). https://doi.org/10.1186/s12889-015-2106-6

Mendoza-Muñoz, M., Barrios-Fernández, S., Adsuar, J. C., Pastor-Cisneros, R., Risco-Gil, M., García-Gordillo, M. Á., & Carlos-Vivas, J. (2021). Influence of body composition on physical literacy in Spanish children. *Biology, 10*(6), 482. https://doi.org/10.3390/biology10060482

Ruxton, G. D., Wilkinson, D. M., & Neuhäuser, M. (2015). Advice on testing the null hypothesis that a sample is drawn from a normal distribution. *Animal Behaviour, 107*, 249–252. https://doi.org/10.1016/j.anbehav.2015.07.006

Shearer, C., Goss, H., Boddy, L. M., Knowles, Z., Durden-Myers, E. J., & Foweather, L. (2021). Assessments related to the physical, affective and cognitive domains of physical literacy amongst children aged 7–11.9 years: A systematic review. *Sports Medicine - Open, 7*(1). https://doi.org/10.1186/s40798-021-00324-8

Tafon, C. (2022). Implementation critical success factors and Accounting Standard Codification Topic 606 implementation dynamics: A correlational study. *Journal of Accounting and Finance, 22*(4). https://doi.org/10.33423/jaf.v22i4.5342

Tremblay, M. S., Longmuir, P. E., Barnes, J. D., Belanger, K., Anderson, K. D., Bruner, B., Copeland, J. L., Nyström, C. D., Gregg, M., Hall, N., Kolen, A. M., Lane, K. N., Law, B., MacDonald, D. J., Martin, L. J., Saunders, T. J., Sheehan, D. P., Stone, M., & Woodruff, S. J. (2018). Physical literacy levels of Canadian children aged 8–12 years: Descriptive and normative results from the RBC Learn to Play–CAPL project. *BMC Public Health, 18*(Suppl. 2). https://doi.org/10.1186/s12889-018-5891-x