

# KELAYAKAN PENGUKURAN ASPEK PENGETAHUAN PADA INSTRUMEN PHYSICAL LITERACY UNTUK SISWA USIA 9- 12 TAHUN

*by Benny Widya Priadana*

---

**Submission date:** 15-Dec-2020 06:29AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1981506839

**File name:** Draf\_Artikel\_Benny\_Hasan\_Jurnal\_Multilateral.docx (62.62K)

**Word count:** 3561

**Character count:** 22682

## KELAYAKAN PENGUKURAN ASPEK PENGETAHUAN PADA INSTRUMEN *PHYSICAL LITERACY* UNTUK SISWA USIA 9-12 TAHUN

<sup>9</sup> Benny Widya Priadana<sup>1\*</sup>, Hasan Saifuddin<sup>2</sup>, Bayu Budi Prakoso<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Kabupaten Bojonegoro, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

<sup>3</sup>Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

\*[benny.wp@unugiri.ac.id](mailto:benny.wp@unugiri.ac.id)

### Abstrak

<sup>27</sup> Pengukuran *physical literacy* idealnya dilakukan pada ranah motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman. Tingkat *physical literacy* dapat diprediksi dengan mengukur tingkat pengetahuan seseorang mengenai *physical literacy* menggunakan *Physical Literacy Knowledge Questionnaire* (PLKQ) yang berhasil dikembangkan oleh Longmuir et al. (2018). PLKQ terbukti memenuhi syarat instrumen di negara Canada untuk anak usia 8-12 tahun. Tujuan artikel ini adalah menguji kelayakan PLKQ ditinjau dari validitas dan reliabilitas untuk mengukur *physical literacy* anak usia 9-12 di Indonesia. Protokol *descriptive study* diterapkan dengan memanfaatkan survei terhadap 130 anak (tahap I= 30; II= 100) usia 9-12 tahun yang dipilih menggunakan *accidental sampling*. Analisis data menggunakan statistik deskriptif. Validitas dianalisis memanfaatkan *product-moment pearson* sedangkan reliabilitas menggunakan *split-half*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PLKQ dinyatakan layak ditinjau dari validitas ( $r= 0,149-0,739$ ,  $r_{tabel}= 0,1386$ ) dan reliabilitas ( $r= 0,75$ ). Tingkat *physical literacy* anak masuk dalam kategori ... ( $m= \dots$ ,  $SD= \dots$ ). Sehingga PLKQ dapat menjadi alternatif pilihan untuk mengukur *physical literacy* di Indonesia.

**Kata-kata kunci:** literasi fisik, instrumen, dan aktivitas fisik

### <sup>18</sup> Abstract

<sup>11</sup> *The purpose of this article is to examine the validity and reliability of the physical literacy knowledge questionnaire from Longmuir et al. (2018), as well as describing physical literacy knowledge in children aged 9-12 years in the Bojonegoro district. This research method using cross-sectional study with only <sup>25</sup> survey using google forms. A total of 30 children were used for the instrument trial sample and 100 child<sup>23</sup> were used as samples in this study. Data analysis used product-moment Pearson and split-half for the validity and reliability of the in<sup>26</sup>ument, as well as descriptive statistics and percentages to describe physical literacy knowledge. The <sup>38</sup>ults showed that the instrument was quite valid and reliable with a reliability coefficient of 0.75 and a level of physical literacy knowledge in the less category of 45%; just 50%; and good 5%. This means that their physical literacy knowledge needs to be improved through physical education learning that is adapted to children's growth and development, so that they can be motivated to carry out regular physical activities which in turn can improve their physical fitness.*

**Keywords:** *physical literacy, instrument, and physical activity,*

## PENDAHULUAN

Aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan derajat kesehatan seseorang. <sup>5</sup> Aktivitas fisik memainkan peran yang penting dalam mengurangi risiko <sup>6</sup> untuk terkena penyakit kardiovaskular, termasuk arteri koroner, stroke, dan hipertensi (Tarigan, 2012). Aktivitas fisik yang teratur juga dapat meningkatkan kesehatan kardiovaskular dan kekuatan otot, sehingga efektif untuk mengurangi semua penyebab dan risiko kematian karena masalah kardiovaskular (Kim et al., 2018). Sebaliknya, aktivitas fisik yang tidak teratur (kurang aktivitas fisik) dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan diabetes hingga 20-30%, serta dapat mempersingkat usia hingga 3-5 tahun <sup>19</sup> (WHO, 2020). Artinya, aktivitas fisik yang teratur dapat men-<sup>19</sup>urangi risiko berbagai penyakit kronis, sedangkan aktivitas fisik yang kurang dapat menjadi penyebab berbagai <sup>16</sup> penyakit kronis dan kematian dini.

Masalah kurangnya aktivitas fisik saat ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa saja, tetapi juga terjadi pada anak-anak usia 10-14 tahun di Indonesia, tidak terkecuali di provinsi Jawa Timur. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 aktivitas fisik anak-anak usia 10-14 tahun secara nasional diketahui sekitar 35,6 % dalam kategori cukup dan 64,4% dalam kategori kurang (Kemenkes RI, 2019a), sedangkan di provinsi Jawa Timur diketahui sekitar 40,82% dalam kategori cukup dan 57,57% dalam kategori kurang (Kemenkes RI, 20<sup>4</sup>b). Artinya, rata-rata aktivitas fisik anak usia 10-14 tahun masih dalam kategori kurang. Sehingga, penyakit jantung tidak lagi menyerang orang dewasa, tetapi juga menyerang anak-anak dan remaja (Kahri, 2011). Maka, pengetahuan dan pemahaman untuk beraktivitas fisik secara teratur perlu ditanamkan sejak dini, sebagai bekal mereka dalam melakukan berbagai aktivitas fisik yang bermanfaat bagi kesehatannya.

Literasi fisik merupakan konsep yang dibangun dengan tujuan untuk membekali individu memiliki gaya hidup aktif dalam beraktivitas fisik. Literasi fisik adalah konstruksi yang muncul dalam promosi kesehatan anak-anak, dan dapat mempengaruhi kebiasaan aktivitas fisik seumur hidup mereka (Belanger et al., 2018). Melalui literasi fisik berbagai masalah kesehatan yang disebabkan karena kurangnya aktivitas fisik dapat teratasi. Artinya, kemunculan istilah literasi fisik memberikan konsep dan arah baru dalam keilmuan pendidikan jasmani. Ter<sup>2</sup>ma berfokus pemenuhan aktivitas fisik kepada anak-anak yang dihubungkan dengan gaya hidup aktif. Literasi fisik merupakan <sup>2</sup> motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman <sup>2</sup> menghargai dan mengambil tanggung jawab untuk menjaga tujuan aktivitas fisik sepanjang hidupnya (International Physical Literacy Association, 2017). Artinya, konsep literasi fisik meliputi domain motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman. Namun, dari keempat domain tersebut domain pengetahuan dan pemahaman merupakan domain yang sangat penting. Hal tersebut dikarenakan, pengetahuan dan pemahaman menjadi dasar bagi anak-anak mengenai apa, bagaimana, dan kapan melakukan aktivitas fisik (Ennis, 2015).

Mengidentifikasi pengetahuan literasi fisik pada anak-anak, tentunya membutuhkan instrumen yang sesuai dengan apa yang diukur, valid dan reliabel. *Physical literacy knowledge questionnaire* merupakan salah satu instrumen yang dikembangkan (Longmuir et al., 2018) di <sup>13</sup> pada dengan nilai koefisien korelasi *test-retest* sebesar 0,69 (cukup reliabel). Namun, instrumen tersebut tidak dapat langsung digunakan dalam penelitian ini, melainkan dibutuhkan modifikasi dan uji ulang sesuai dengan karakteristik budaya dan bahasa Indonesia agar lebih mudah dipahami bagi anak-anak usia 9-10 tahun yang menjadi sampel dalam penelitian ini.

Berdasarkan paparan di atas diketahui bahwa penting sekali pengetahuan literasi fisik bagi anak-anak sebagai modal dasar untuk melakukan berbagai aktivitas fisik selama hidupnya. Maka dari itu, diperlukan instrumen yang handal untuk mengetahui tingkat pengetahuan literasi fisik tersebut. Artikel ini bertujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas kuesioner pengetahuan literasi fisik, serta mendeskripsikan tingkat pengetahuan literasi fisik sehingga dapat digunakan sebagai dasar bagi guru pendidikan jasmani untuk memberikan perlakuan <sup>28</sup> pada anak-anak yang memiliki tingkat pengetahuan literasi fisik yang kurang khususnya bagi sampel penelitian ini.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *descriptive study* dengan metode *survey* secara online memanfaatkan *google form* sebagai n<sup>7</sup> dia untuk mengumpulkan data. *Google form* digunakan sebagai media untuk mengumpulkan data pada anak-anak usia 8 sampai 12 tahun di Kabupaten Bojonegoro sebagai subjek penelitian ini.

Subjek penelitian ini adalah anak-anak usia 8 sampai 12 tahun di Kabupaten Bojonegoro yang berjumlah 110 siswa diambil dengan teknik *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan salah satu teknik pengambilan sampel secara kebetulan dan memiliki karakteristik yang sesuai dengan sampel yang dibutuhkan. Alasan peneliti menggunakan *accidental sampling* adalah karena pengambilan sampel penelitian ini dilakukan secara kebetulan dari saudara/tetangga di lingkungan sekitar tempat tinggal observer. Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro bertindak sebagai observer. Karakteristik sampel secara jelasnya dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1. Karakteristik Sampel**

Parameter	Isi	Total
Responden	total	110
Gender	Laki-laki	67
	Perempuan	43
Usia	8 Tahun	5
	9 Tahun	12
	10 Tahun	25
	11 Tahun	21
	12 Tahun	47
	Rata-rata usia	10,8
	SD usia	1,12

Prosedur penelitian ini terdiri dari tiga tahap. Tahap pertama, uji validitas dan reliabilitas instrumen dengan memberikan kuisisioner melalui *google form* melalui alamat <https://forms.gle/tgDeYcinx6mMMzhp8>, kemudian menyuruh mereka mengisi data diri dan mengerjakan setiap pertanyaan-pertanyaan di dalam kuisisioner tersebut secara mandiri tanpa bantuan orang lain. Data yang diperoleh kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen yang sudah valid dan reliabel dapat dilihat di *google form* pada alamat <https://forms.gle/HWSTAEhE3fv1bo2h7>. Kemudian dilanjutkan dengan analisis data dan interpretasi hasil dari data yang sudah didapatkan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi *physical literacy knowledge questionnaire* (PLKQ) dari Longmuir et al (2018) yang sudah dimodifikasi sesuai karakteristik budaya dan bahasa Indonesia. Instrumen PLKQ terdiri dari 12 item pertanyaan, setiap item pertanyaan memiliki skor maksimal berbeda yaitu item 1 (1 poin), item 2 (10 poin), item 3 (10 poin), item 3 (1 poin), item 4 (1 poin), item 5 (1 poin), item 6 (1 poin), item 7 (7 poin), item 8 (9 poin), item 9 (11 poin), item 10 (1 poin), item 11 (1 poin), dan item 12 (1 poin), dengan total skor maksimal sebesar 55. Sebelum digunakan instrumen tersebut diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu. Instrumen yang sudah valid dan reliabel kemudian digunakan untuk mengambil data, data yang didapat dianalisis dan dikonversi kedalam tiga kategori tingkat pengetahuan menurut Arikunto (2010) yaitu kategori “baik” jika persentase jawaban benar 76%-100%, “cukup” jika persentase jawaban benar 56%-75%, dan “kurang” jika persentase jawaban benar <56%.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 1) *product moment pearson* untuk mengukur validitas konstruk dengan ketentuan jika koefisien korelasi  $\geq 0,30$ , maka item dianggap valid; 2) *split-half* untuk reliabilitas instrumen (Maksum, 2018), dengan ketentuan jika koefisien korelasi  $\geq 0,60$  dianggap reliabel; 3) *skewness* dan *kurtosis* untuk uji normalitas data (Fahmeyzan et al., 2018), dengan ketentuan jika nilai  $-1,96 < Z\text{-skewness}$  dan  $Z\text{-kurtosis} < +1,96$  dianggap normal; 4) deskriptif statistik dengan teknik persentase digunakan untuk menunjukkan proporsi frekuensi dari setiap distribusi data. Analisis data diolah menggunakan bantuan *microsoft excel 2013* dan *IBM SPSS 20*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini membahas tentang validitas dan reliabilitas instrumen, serta gambaran pengetahuan literasi fisik secara terpisah.

## Validitas dan reliabilitas instrument

Data analisis validitas instrumen PLKQ dapat dilihat pada tabel 2 yang berisi item-item pertanyaan dan hasil analisis *product moment pearson* pada masing-masing item pertanyaan. Item dianggap valid dengan ketentuan jika nilai

$r\text{-hitung} \geq 0,1386$ , sedangkan jika nilai  $r\text{-hitung} < 0,1386$  maka item dianggap tidak valid.

**Tabel 2.** Analisis Validitas Instrumen PLKQ

No	Item	r	Simpulan
1	Pedoman aktivitas fisik harian dan waktu yang dianjurkan	0,538	Valid
2	Seberapa aktif kamu dibandingkan dengan anak-anak lain seusiamu	0,444	Valid
3	Seberapa baik keterampilan olahraga kamu dibandingkan dengan anak-anak lain seusiamu	-0,003	Tidak Valid
4	Berapa banyak waktu yang dibutuhkan anak-anak untuk duduk diam setiap hari	0,430	Valid
5	Definisi kebugaran kardiorespirasi	0,149	Valid
6	Arti kekuatan otot atau daya tahan otot	0,372	Valid
7	Ciri-ciri orang yang sehat	0,445	Valid
8	Melengkapi sebuah cerita tentang latihan olahraga dan kebugaran	0,739	Valid
9	Praktik aktivitas fisik yang pernah dilakukan	0,477	Valid
10	Jika kamu ingin menjadi lebih baik dalam keterampilan olahraga, hal terbaik apa yang harus kamu lakukan	0,026	Tidak Valid
11	Jika kamu ingin mendapatkan kondisi badan ideal, hal terbaik apa yang harus kamu lakukan	-0,014	Tidak Valid
12	Jika kami boleh tahu, kegiatan apa yang akan kamu lakukan setelah pulang sekolah	0,349	Valid

Catatan: r tabel (n= 140)= 0,1386

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa terdapat empat item yang tidak valid dan delapan item yang valid dari 12 item pertanyaan yang diajukan. Empat item yang tidak valid yaitu a) "pedoman aktivitas fisik harian dan waktu yang dianjurkan" dengan nilai r-hitung 0,149 kurang dari 0,3; b) "definisi kebugaran kardiorespirasi" dengan nilai r-hitung -0,003 kurang dari 0,30; c) "jika kamu ingin menjadi lebih baik dalam keterampilan olahraga, hal terbaik apa yang harus kamu lakukan" dengan nilai r-hitung 0,026 kurang dari 0,30; dan d) "jika kamu ingin mendapatkan kondisi badan ideal, hal terbaik apa yang harus kamu lakukan" dengan nilai r-hitung -0,014 kurang dari 0,30. Selanjutnya, empat item yang tidak valid tersebut dieliminasi, sehingga didapat delapan item yang valid. Delapan item yang valid tersebut dianalisis lagi dan didapat delapan item tersebut valid semua. Delapan item yang valid yaitu a) "seberapa aktif kamu dibandingkan dengan anak-anak lain seusiamu" dengan nilai r-hitung 0,532 lebih dari 0,30; b) "seberapa baik keterampilan olahraga kamu dibandingkan dengan anak-anak lain seusiamu" dengan nilai r-hitung 0,474 lebih dari 0,30; c) "berapa banyak waktu yang dibutuhkan anak-anak untuk duduk diam setiap hari" dengan nilai r-hitung 0,399 lebih dari 0,30; d) "arti kekuatan

otot atau daya tahan otot” dengan nilai r-hitung 0.471 lebih dari 0,30; e) “ciri-ciri orang yang sehat” dengan nilai r-hitung 0.443 lebih dari 0,30; f) “melengkapi sebuah cerita tentang latihan olahraga dan kebugaran” dengan nilai r-hitung 0.736 lebih dari 0,30; g) “praktik aktivitas fisik yang pernah dilakukan” dengan nilai r-hitung 0.480 lebih dari 0,30; h) “jika kami boleh tahu, kegiatan apa yang akan kamu lakukan setelah pulang sekolah” dengan nilai r-hitung 0.367 lebih dari 0,30.

Selanjutnya, untuk 8 item pertanyaan yang valid uji reliabilitasnya menggunakan *split-half test*. Pertama, delapan item tersebut dibagi menjadi dua ganjil dan genap sesuai nomor item. Kedua, masing-masing item dijumlahkan (item ganjil dijumlahkan dengan item ganjil dan item genap dijumlahkan dengan item genap). Ketiga, jumlah item ganjil dikorelasikan dengan jumlah item genap, sehingga didapat nilai korelasi ganjil dan genap sebesar 0,60. Keempat, nilai korelasi 0,60 dimasukkan dalam rumus, sehingga didapat nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,75. Artinya instrumen ini dianggap reliabel karena nilai koefisien reliabilitasnya sebesar  $0,75 \geq 0,60$ .

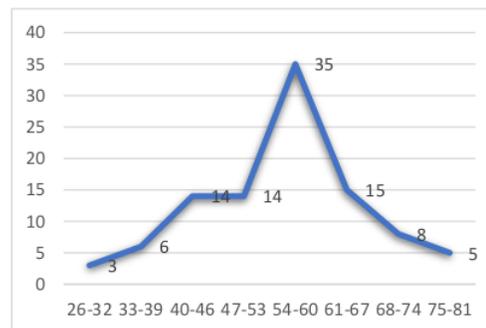
### Pengetahuan literasi fisik

Data pengetahuan literasi fisik disajikan dalam tiga bentuk yaitu tabel 3 yang berisi deskripsi statistik dan uji normalitas data, gambar 1 yang berisi tentang hasil analisis data nilai pengetahuan literasi fisik dalam bentuk proporsi distribusi frekuensi, dan gambar 2 yang berisi distribusi data pengetahuan literasi fisik berdasarkan kategori. Pengaturan kategori pengetahuan literasi fisik berdasarkan kategori pengetahuan menurut Arikunto.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Data Nilai Pengetahuan Literasi Fisik

PLKQ	Statistic
Mean	27,81
Variance	41,423
Std. Deviation	6,436
Minimum	8
Maximum	41
Skewness	-0,308
Kurtosis	-0,128

Tabel 3 tersebut menggambarkan deskripsi statistik dan uji normalitas data nilai pengetahuan literasi fisik anak-anak usia 9 sampai 12 tahun. Rata-rata nilai pengetahuan literasi fisik diketahui sebesar 55.04 dengan *Std. Error of Mean* 1,104, standar deviasi sebesar 11,044 dan nilai median 56.00. Range diketahui sebesar 52 dari nilai maksimal sebesar 78 dan nilai minimal sebesar 26. Nilai *Skewness* diketahui sebesar -0,190 dengan *Std. Error of Z-Skewness* sebesar 0,241, dan nilai *Z-Kurtosis* sebesar -0,226 dengan *Std. Error of Kurtosis* 0,478. Uji normalitas data dapat diketahui dari nilai *skewness* dan *kurtosis* dibagi dengan nilai standar *error*-nya masing-masing. Sehingga, didapat nilai *Z-skewness* sebesar -0.79 dan *Z-kurtosis* sebesar -0.47 yang berada diantara batas +1,96 dan -1,96. Artinya data nilai pengetahuan literasi fisik ini berdistribusi normal.



**Gambar 1.** Data Nilai Pengetahuan Literasi Fisik Berdasarkan Distribusi Frekuensi

Gambar 1 menjelaskan distribusi data nilai pengetahuan literasi fisik. Sekitar 3% anak (3 orang) memiliki nilai antara 26 – 32; 6% anak (6 orang) memiliki nilai antara 33-39; 14% anak (14 orang) memiliki nilai antara 40-46; 14% anak (14 orang) memiliki nilai antara 47-53; 35% anak (35 orang) memiliki nilai antara 54-60; 15% anak (15 orang) memiliki nilai antara 61-67; 8% anak (8 orang) memiliki nilai 68-74; dan 5% anak (5 orang) anak memiliki nilai 75-81. Diketahui juga bahwa nilai 26-32 merupakan nilai dengan frekuensi yang paling sedikit, sedangkan nilai 54-60 merupakan nilai dengan frekuensi yang paling banyak.

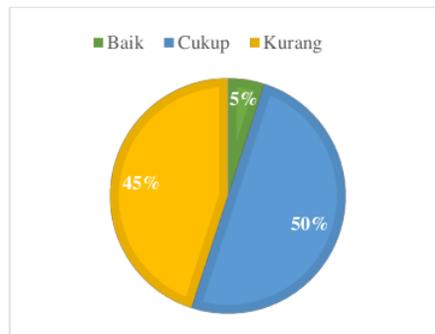
Nilai pengetahuan literasi fisik selanjutnya dikategorikan berdasarkan kategori pengetahuan dari Arikunto (2010) pada tabel 4 dan gambar 2.

**Tabel 4.** Kriteria Pengkategorian Nilai Pengetahuan Literasi Fisik

Ketentuan	Nilai	Kategori
Menjawab benar antara 76-100%	$X \geq 76$	baik
Menjawab benar antara 56-75%	$56 \leq X \leq 75$	cukup
Menjawab benar kurang dari 56%	$X \leq 55$	kurang

X adalah nilai yang diperoleh

Tabel 4 menjelaskan bahwa jika menjawab benar antara 76-100% atau nilai pengetahuan literasi fisik yang diperoleh  $\geq 75$  masuk dalam kategori baik, jika menjawab benar antara 56-75% atau nilai pengetahuan literasi fisik yang diperoleh terletak antara 56 hingga 75 masuk dalam kategori cukup, jika menjawab benar kurang dari 56% atau nilai pengetahuan literasi fisik yang diperoleh  $\leq 55$ , maka masuk dalam kategori kurang.



**Gambar 2.** Distribusi Data Pengetahuan Literasi Fisik Berdasarkan Kategori

Distribusi data pengetahuan literasi fisik menunjukkan bahwa sebanyak 45% anak (45 orang) masuk dalam kategori kurang, sebanyak 50% anak (50 orang) masuk dalam kategori cukup, dan sebanyak 5% anak (5 orang) masuk dalam kategori baik.

### Diskusi

Instrumen PLKQ yang dimodifikasi sesuai karakteristik budaya dan bahasa Indonesia terbukti cukup valid dan reliabel. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 12 item yang diujicobakan terdapat 8 item yang valid dan memiliki reliabilitas 0,75 (cukup reliabel). Empat item tidak valid yang dieliminasi tidak mempengaruhi kualitas instrumen ini, karena 8 item yang valid masih menggambarkan indikator yang diteliti yaitu cara bergerak, evaluasi gerakan, kesehatan dan kebugaran. Hal tersebut mengacu pada teori Longmuir et al. (2018) bahwa pengetahuan literasi fisik adalah pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik yang mencakup gerakan (cara bergerak), kinerja (evaluasi gerakan), kesehatan dan kebugaran (nilai aktivitas fisik, kebutuhan untuk relaksasi, dll). Hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen ini cukup handal digunakan untuk mengidentifikasi pengetahuan literasi fisik anak-anak usia 9 hingga 12 tahun.

Meskipun secara luas, aktivitas fisik didefinisikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan siswa untuk mengembangkan berbagai keterampilan motorik dan kognitif, afektif dan sosial (Arifin, 2017). Pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik (kognitif) merupakan domain yang sangat penting dalam perkembangan anak. Hal tersebut dikarenakan, pengetahuan dan pemahaman menjadi pondasi bagi anak-anak mengenai apa, bagaimana, dan kapan melakukan aktivitas fisik (Ennis, 2015). Semakin tinggi nilai pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik mereka, maka semakin baik pengetahuan dan pemahaman mereka tentang apa, bagaimana, dan kapan mereka akan melakukan aktivitas fisik. Berdasarkan frekuensi pengetahuan literasi fisik, diketahui bahwa hanya 5% anak yang memiliki pengetahuan kategori baik dan 50% anak memiliki pengetahuan kategori cukup. Sisanya yaitu 42% anak dalam kategori kurang. Artinya, tingkat pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik anak-anak usia 9 hingga 12 Tahun di Kabupaten Bojonegoro masih perlu untuk ditingkatkan.

Oleh karena itu, peran kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah adalah sangat vital dalam mempromosikan aktivitas fisik pada anak-anak. Perlu diketahui bahwa aktivitas fisik sangat dibutuhkan oleh anak-anak untuk tumbuh dan berkembang (Mashud, 2018) dan anak-anak perlu lebih meningkatkan aktivitas fisiknya sesuai dengan tingkatan usianya (Amicetya, 2014), sehingga kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani perlu untuk disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak didiknya (Arifin, 2017). Artinya, dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, guru pendidikan jasmani harus dapat merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran sesuai tingkat perkembangan anak, agar anak-anak semakin paham untuk menerapkan gaya hidup aktif dalam beraktivitas fisik seumur hidup.

Dari pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas jasmani yang baik, idealnya siswa akan termotivasi untuk melakukan aktivitas fisik secara rutin. Hal tersebut dikarenakan mereka mengetahui dan memahami apa manfaat beraktivitas fisik, bagaimana cara melakukannya, dan kapan waktu tepat untuk melakukan. Melalui aktivitas fisik yang rutin inilah yang pada akhirnya dapat meningkatkan kebugaran fisik mereka. Hal tersebut dikarenakan kebugaran jasmani memiliki pengaruh besar terhadap kondisi fisik dan pikiran mereka untuk melakukan beban kerja yang dihadapi setiap harinya (Zainudin et al., 2019). Aktivitas fisik yang rutin juga berdampak secara positif terhadap fisik, mental, dan social well-being anak-anak (Mashud, 2018).

## 29 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa instrumen berbentuk kuesioner pengetahuan literasi fisik cukup valid dan reliabel digunakan untuk mengukur dan mengidentifikasi pengetahuan literasi fisik anak-anak usia 9 hingga 12 tahun di kabupaten Bojonegoro. Pembahasan mengenai pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik yang merupakan salah satu domain literasi fisik, secara keseluruhan tergolong dalam kategori cukup. Sehubungan dengan tujuan penelitian ini yaitu menguji validitas dan reliabilitas instrumen, serta mendeskripsikan tingkat pengetahuan literasi fisik pada anak-anak usia 9 hingga 12 di kabupaten Bojonegoro, data-data yang dibahas dalam penelitian ini dirasa cukup untuk memberikan informasi terkait dengan perlakuan yang harus diberikan guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan pengetahuan literasi fisik mereka. Selanjutnya, rekomendasi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan dan menguji instrumen ini pada sampel yang lebih besar, menggunakan *test retest*, dan melakukan survei pada daerah-daerah lain guna mendukung mengembangkan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amicetya, D. S. (2014). Status Gizi dan Status Kesehatan Jasmani Peserta Didik Sekolah Dasar Negeri Banua Padang Kecamatan Bungur Kabupaten Tapin. *Jurnal Multilateral*, 13(2), 124–140.
- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1).  
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis*. Rineka Cipta.
- Belanger, K., Barnes, J. D., Longmuir, P. E., Anderson, K. D., Bruner, B., Copeland, J. L., Gregg, M. J., Hall, N., Kolen, A. M., Lane, K. N., Law, B., MacDonald, D. J., Martin, L. J., Saunders, T. J., Sheehan, D., Stone, M., Woodruff, S. J., & Tremblay, M. S. (2018). The relationship between physical literacy scores and adherence to Canadian physical activity and sedentary behaviour

- guidelines 11 Medical and Health Sciences 1117 Public Health and Health Services. *BMC Public Health*, 18(Suppl 2). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5897-4>
- Ennis, C. D. (2015). Knowledge, transfer, and innovation in physical literacy curricula. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 119–124. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.03.001>
- Fahmeyzan, D., Soraya, S., & Etmy, D. (2018). Uji Normalitas Data Omzet Bulanan Pelaku Ekonomi Mikro Desa Senggigi dengan Menggunakan Skewness dan Kurtosi. *Jurnal VARIAN*, 2(1), 31–36. <https://doi.org/10.30812/varian.v2i1.331>
- International Physical Literacy Association. (2017). *Physical Literacy*.
- Kahri, M. (2011). Pengaruh Pendidikan Jasmani melalui Aktivitas Bermain terhadap Kebugaran Jasmani, Perkembangan Kemampuan Fisik Anak Dayak Loksado dengan Anak Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan. *Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia, Edisi Khusus*(1), 53–62.
- Kemendes RI. (2019a). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemendes RI. (2019b). *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kim, Y., White, T., Wijndaele, K., Westgate, K., Sharp, S. J., Helge, J. W., Wareham, N. J., & Brage, S. (2018). The combination of cardiorespiratory fitness and muscle strength, and mortality risk. *European Journal of Epidemiology*, 33(10), 953–964. <https://doi.org/10.1007/s10654-018-0384-x>
- Longmuir, P. E., Woodruff, S. J., Boyer, C., Lloyd, M., & Tremblay, M. S. (2018). Physical Literacy Knowledge Questionnaire: Feasibility, validity, and reliability for Canadian children aged 8 to 12 years. *BMC Public Health*, 18(Suppl 2). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5890-y>
- Maksum, A. (2018). *Metode Penelitian dalam Olahraga*. Unesa University Press.
- Mashud. (2018). Analisis Masalah Guru Pjok Dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(2), 77–85. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5704>
- Tarigan, B. (2012). *Optimalisasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga Berlandaskan Ilmu Faal Olahraga*. Eidos.
- WHO. (2020). *Health topics: Physical activity*.
- Zainudin, N. I., Athar, & Kahri, M. (2019). Analisis Komponen Kebugaran Jasmani Peserta Didik Sekolah Dasar Negeri Di Lihat Dari Sarana Prasarana Pendidikan Jasmani kelas V usia 10-12 Tahun Kota Banjarbaru. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(1), 63–69.

# KELAYAKAN PENGUKURAN ASPEK PENGETAHUAN PADA INSTRUMEN PHYSICAL LITERACY UNTUK SISWA USIA 9-12 TAHUN

## ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://journal.ikipgriptk.ac.id">journal.ikipgriptk.ac.id</a> Internet Source	1%
2	<a href="http://files.osf.io">files.osf.io</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://digilib.unisayogya.ac.id">digilib.unisayogya.ac.id</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	1%
8	<a href="http://repository.poltekkes-kdi.ac.id">repository.poltekkes-kdi.ac.id</a> Internet Source	1%

[repository.unugiri.ac.id](http://repository.unugiri.ac.id)

9	Internet Source	1 %
10	<a href="https://repository.unpas.ac.id">repository.unpas.ac.id</a> Internet Source	1 %
11	Patricia E. Longmuir, Emil Azuma Prikryl, Heather L.L. Rotz, Charles Boyer, Anastasia Alpous. "Predilection for Physical Activity and Body Mass Index Z-Score Can Quickly Identify Children Needing Support for a Physically Active Lifestyle", Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism, 2021 Publication	<1 %
12	<a href="https://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="https://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="https://journal.uny.ac.id">journal.uny.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="https://jurnal.unmuhjember.ac.id">jurnal.unmuhjember.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="https://wajahkorea.com">wajahkorea.com</a> Internet Source	<1 %
17	Erni Riany, Riska Yanuarti, Bintang Agustina Pratiwi, Wulan Angraini. "Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Pernikahan Usia Dini", Journal of Telenursing (JOTING), 2020	<1 %

---

18	<a href="http://docplayer.biz.tr">docplayer.biz.tr</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="http://eprints.ums.ac.id">eprints.ums.ac.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://repository.maranatha.edu">repository.maranatha.edu</a> Internet Source	<1 %
21	VINA N VAN HARLING, Markus Dwiyanto Tobi. "ANALISIS HUBUNGAN MOTIVASI KERJA, KOMPETENSI DOSEN, KEPEMIMPINAN, LINGKUNGAN KERJA DAN KOMITMEN PROFESI TERHADAP KINERJA DOSEN POLITEKNIK KATOLIK SAINT PAUL SORONG", SOSCIED, 2018 Publication	<1 %
22	<a href="http://ejournal.staimnglawak.ac.id">ejournal.staimnglawak.ac.id</a> Internet Source	<1 %
23	<a href="http://repositorio.cetys.mx">repositorio.cetys.mx</a> Internet Source	<1 %
24	<a href="http://ejournal.persagi.org">ejournal.persagi.org</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source	<1 %
26	ÖZBAŞ ÇULHA, Banu and ASLAN, Erdal. "The instrument for determining the views of	<1 %

# primary school students about historical knowledge", Ankara Üniversitesi, 2012.

Publication

---

27	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://jurnal.fkm.unand.ac.id">jurnal.fkm.unand.ac.id</a> Internet Source	<1 %
29	<a href="http://manajemen.fe.um.ac.id">manajemen.fe.um.ac.id</a> Internet Source	<1 %
30	<a href="http://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet Source	<1 %
31	<a href="http://repository.unand.ac.id">repository.unand.ac.id</a> Internet Source	<1 %
32	Okpri Meila. "Analisis Tingkat Kepuasan Pasien BPJS Pada Pelayanan Kefarmasian Di Apotek Klinik SATKES PUSDOKKES MABES POLRI", Journal of Herbal, Clinical and Pharmaceutical Science (HERCLIPS), 2020 Publication	<1 %
33	<a href="http://lifestyle.okezone.com">lifestyle.okezone.com</a> Internet Source	<1 %
34	<a href="http://moam.info">moam.info</a> Internet Source	<1 %
35	<a href="http://ojs.unm.ac.id">ojs.unm.ac.id</a> Internet Source	<1 %

---

36

repository.nwu.ac.za

Internet Source

<1 %

---

37

text-id.123dok.com

Internet Source

<1 %

---

38

www.ijmra.in

Internet Source

<1 %

---

39

idoc.pub

Internet Source

<1 %

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On