

Dukungan Guru Dalam Meningkatkan Literasi Aktivitas Jasmani Peserta Didik Sekolah Dasar Di Kabupaten Sleman

Ranintya Meikahani¹, Erwin Setyo Kriswanto¹, Riky Dwi Handaka¹, Nugroho Puji Santoso¹

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran guru terhadap dukungan literasi aktivitas jasmani peserta didik sekolah dasar di Kabupaten Sleman. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian adalah seluruh guru di Kabupaten Sleman. Sampel yang digunakan adalah 50 Guru Di Kabupaten Sleman. Data diperoleh dari hasil observasi dan angket. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dari angket yang disebar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran guru terhadap dukungan literasi aktivitas jasmani peserta didik sekolah dasar di Kabupaten Sleman memperoleh presentase sebanyak 6 responden (12 %) memperoleh kategori sangat rendah, 4 responden (8%) memperoleh kategori rendah, 25 responden (50%) memperoleh kategori sedang dan 15 responden (30%) memperoleh kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa persentase tertinggi berada pada kategori Sedang. Sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut agar dukungan guru terhadap peserta didik tentang literasi aktivitas jasmani lebih meningkat hasilnya. Selain itu, dukungan dari pihak sekolah dan orang tua juga menjadi faktor penunjang yang penting

Kata Kunci: Literasi Jasmani, Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar

ABSTRACT

This study aims to determine the role of teachers in supporting physical activity literacy of elementary school students in Sleman Regency. This research used descriptive quantitative method. The study population was all teachers in Sleman Regency. The sample used was 50 teachers in Sleman Regency. Data were obtained from observations and questionnaires. The data analysis used was descriptive analysis of the questionnaire distributed. The results showed that the role of teachers in supporting the physical activity literacy of elementary school students in Sleman Regency obtained a percentage of 6 respondents (12%) obtained a very low category, 4 respondents (8%) obtained a low category, 25 respondents (50%) obtained a medium category and 15 respondents (30%) obtained a high category. Based on the results of the study, it can be concluded that the highest percentage is in the Moderate category. So that further research is needed so that teacher support for students about physical activity literacy increases the results. In addition, support from schools and parents is also an important supporting factor.

Keywords: *Physical Literacy, Physical Education, Primary School*

PENDAHULUAN

Pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, baik dengan peserta didik, guru, maupun materi pelajaran. Seseorang dikatakan telah belajar ketika mampu menunjukkan perubahan dalam dirinya, terutama dalam bentuk perilaku. Aktivitas jasmani adalah aspek penting dalam kehidupan manusia. Aktivitas ini dapat dilakukan melalui olahraga, yang terbukti efektif dalam menjaga kesehatan tubuh. Melakukan olahraga dapat memperlancar peredaran darah, yang bermanfaat bagi kesehatan jantung serta mampu meningkatkan konsentrasi (Packham, A., & Street, 2019).

Literasi aktivitas jasmani adalah bagaimana gerak tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Menurut (Robinson, D. B., Randall, L., & Barrett, 2018) aktivitas jasmani yang lebih baik dapat mendukung anak untuk lebih aktif dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas jasmani yang teratur dapat meningkatkan kebugaran dan kesehatan bagi tubuh (jasmani). Aktivitas jasmani yang dilakukan peserta didik tidak hanya di lingkungan tempat tinggal, tetapi juga di dalam lingkungan sekolah. Ketika di sekolah dasar guru yang mendukung aktivitas jasmani peserta didik.

Aktivitas jasmani juga mendukung proses tumbuh kembang peserta didik. Namun guru kurang begitu memiliki pemahaman yang memadai tentang pentingnya literasi aktivitas jasmani atau mungkin kurang memiliki pengetahuan tentang metode pengajaran yang efektif terkait dengan aktivitas jasmani. Selain guru, Sekolah juga kurang memiliki fasilitas atau peralatan yang memadai untuk mendukung program aktivitas jasmani.

Dalam beberapa kasus di sekolah dasar, aktivitas jasmani mungkin tidak diintegrasikan dengan baik dalam kurikulum atau dianggap kurang menjadi prioritas utama. Setiap peserta didik juga memiliki tingkat kebugaran dan minat yang berbeda-beda terkait dengan aktivitas

jasmani. Guru perlu memahami perbedaan ini dan menyediakan pendekatan yang sesuai untuk peserta didik agar tidak ada peserta didik yang terpinggirkan atau merasa tidak termotivasi. Di tingkat individu, anak-anak merasa senang, manfaat kesehatan, dan harapan manfaat kesehatan dan harapan akan imbalan memotivasi mereka untuk terlibat dalam aktivitas jasmani. (Tay et al., 2021).

Berdasarkan penelitian (Gruneit et al., 2020) hubungan antara ruang bermain, ukuran aktivitas jasmani dan kebugaran sebagian besar tidak linier dan dimoderasi oleh peralatan yang longgar. Peserta didik di sekolah yang tidak memiliki peralatan yang longgar menunjukkan hubungan yang lemah antara ruang dan pemenuhan rekomendasi aktivitas jasmani. Istirahat yang efektif dapat membantu mempertahankan kesenangan dalam berpartisipasi dalam aktivitas fisik secara berkelanjutan, terutama ketika dilakukan bersama teman sebaya, karena hal ini juga mendukung peningkatan kesehatan (Rizal et al., 2019). Oleh karena itu, guru berperan penting dalam pengembangan literasi aktivitas jasmani di sekolah melalui pembelajaran (Cheng & Koh, 2021).

Membicarakan berbagai hal adalah salah satu aktivitas yang paling sering dilakukan bersama, sementara berolahraga bersama di dalam ruangan merupakan aktivitas yang lebih jarang dilakukan (Korcuska et al., 2020). Anak-anak sekolah dasar di Kuala Lumpur tidak banyak bergerak, dengan aktivitas fisik yang minimal. Perbedaan jenis kelamin dan tingkat aktivitas fisik mempengaruhi jumlah langkah pedometer pada anak (Wee et al., 2019). Untuk mengatasi kesenjangan ini, pentingnya bagi guru untuk terus meningkatkan pengetahuan mereka tentang literasi aktivitas jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar dukungan guru dalam meningkatkan literasi aktivitas jasmani di sekolah dasar Kabupaten Sleman. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode

survei. Instrumen penelitian menggunakan angket kuesione

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif tentang dukungan guru dalam meningkatkan literasi aktivitas jasmani peserta didik sekolah dasar di Kabupaten Sleman. Penelitian deskriptif adalah jenis penelitian untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan dan hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian (Arikunto, 2013). Sedangkan penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang hanya menggambarkan isi suatu variabel dalam penelitian, tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu (Marlina, 2020).

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian Pada Bulan Mei-Juni 2024 dan lokasi di Sekolah Dasar Kabupaten Sleman.

Target/Sasaran Penelitian

Target atau sasaran utama dari penelitian ini adalah guru sekolah Sekolah Dasar.

Subjek Penelitian

Jumlah peserta adalah 50 Guru Sekolah Dasar.

Prosedur Penelitian

1. Identifikasi Masalah dan Tujuan Penelitian

Mengevaluasi tingkat literasi aktivitas jasmani di kalangan peserta didik.

2. Pengembangan Instrumen Penelitian (Angket)

Menyusun Angket: Rancang angket dengan pertanyaan yang sesuai untuk mengumpulkan data terkait topik penelitian.

Validasi dan Reliabilitas Angket: Uji angket untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya, sehingga data yang dikumpulkan akurat dan konsisten.

3. Penentuan Populasi dan Sampel

Menentukan Populasi: Semua Guru di sekolah dasar di Kabupaten Sleman

Menentukan Sampel: Pilih sampel penelitian menggunakan teknik sampling yang sesuai, seperti random sampling, untuk memastikan representativitas data.

4. Pengumpulan Data

Distribusi Angket: Bagikan angket kepada sampel yang telah ditentukan. Ini bisa dilakukan secara langsung (manual) atau melalui platform online.

5. Analisis Data

Pengolahan Data: Lakukan pengkodean dan entri data dari angket yang telah diisi ke dalam program statistik seperti SPSS.

Analisis Deskriptif: Gunakan teknik analisis deskriptif untuk mengidentifikasi pola, tren, atau rata-rata dari data yang terkumpul. Hasil analisis ini disajikan dalam bentuk tabel, grafik, atau diagram.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data penelitian yang terkumpul berasal dari guru di Sekolah Dasar Kabupaten Sleman sejumlah 50 responden. Data tersebut terkumpul melalui aktivitas survey melalui google form. Tahapan penelitian selanjutnya adalah melakukan dukungan Guru Dalam Meningkatkan Literasi Aktivitas Jasmani Peserta didik Sekolah dasar di Kabupaten Sleman. Data yang ada diolah menggunakan Program SPSS versi 24.

Deskripsi data penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

<i>Statistics</i>		
Jumlah		
N	Valid	50
	Missing	0
Mean		34.86
Median		36.00
Std. Deviation		4.435

Tabel 2. Pengetahuan Dukungan Guru Dalam Meningkatkan Literasi Aktivitas Jasmani Peserta didik Sekolah dasar di Kabupaten Sleman

Kategori Literasi Aktivitas Jasmani					
Kategori		Frekuensi	Persentase	Valid Persentase	Interval
Valid	Sangat Rendah	6	12.0	12.0	$X < 28,2$
	Rendah	4	8.0	8.0	$28,3 < X \leq 32,7$
	Sedang	25	50.0	50.0	$32,7 < X \leq 37,1$
	Tinggi	15	30.0	30.0	$37,1 < X \leq 41,6$
	Total	50	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh sebanyak 6 responden (12 %) memperoleh kategori sangat rendah, 4 responden (8%) memperoleh kategori rendah, 25 responden (50%) memperoleh kategori sedang dan 15 responden (30%) memperoleh kategori tinggi. Frekuensi terbanyak diperoleh kategori sedang, sehingga dapat dikatakan bahwa dukungan Guru Dalam Meningkatkan Literasi Aktivitas Jasmani Peserta didik Sekolah dasar di Kabupaten Sleman sebagian besar adalah sedang. Di bawah ini disajikan tingkat keseimbangan siswa dalam bentuk diagram batang.



Gambar 1. Kategori Literasi Aktivitas Jasmani

Pembahasan

Hasil juga menunjukkan adanya pengaruh interaksi yang signifikan antara literasi aktivitas jasmani serta jenis kelamin dan pengalaman mengajar. Penelitian ini menunjukkan bahwa guru olahraga mempunyai nilai rata-rata yang jauh lebih tinggi dari sub-skala pengetahuan dan pemahaman, perasaan diri dan kepercayaan diri, dan skor literasi fisik (Yıldız & Munusturlar, 2022). Literasi aktivitas jasmani adalah salah satu konsep utama yang mencakup berbagai hasil dan merupakan fokus utama kurikulum pendidikan jasmani di berbagai negara. Namun, untuk dapat menyebarkan berbagai hasil yang dicakup oleh literasi aktivitas jasmani kepada peserta didik, guru perlu memiliki beberapa kualitas dan pemahaman teoritis tentang filosofi literasi aktivitas jasmani. Program pelatihan guru dan pengalaman guru memberikan dasar untuk transfer kualitas literasi aktivitas jasmani yang diperlukan kepada guru.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50% atau sebanyak 25 guru mempunyai dukungan Guru Dalam Meningkatkan Literasi Aktivitas Jasmani Peserta didik Sekolah dasar di Kabupaten Sleman dalam kategori sedang. Semua guru di sekolah dasar sebaiknya mengetahui konsep literasi aktivitas jasmani. Konsep literasi jasmani dalam/melalui pendidikan jasmani. Terdapat tiga perspektif yang diajukan sebagai objek formal pendidikan jasmani yaitu: (1) jasmani yang dididik; (2) jasmani sebagai medium proses mendidik; dan (3) jasmani yang mendidik (Pramono, 2017). Guna mewujudkan dukungan literasi aktivitas jasmani dibutuhkan sebuah reorientasi pendidikan jasmani yang saat ini pelaksanaannya telah bergeser ke nuansa pendidikan olahraga menjadi pendidikan jasmani yang sebenarnya. Dibutuhkan dukungan dari guru kepada peserta didik agar terciptanya kondisi dimana peserta didik menjadi lebih sehat. Sehingga ketika peserta didik lebih sehat maka akan terciptanya pembelajaran yang lebih efektif

dan efisien. Selaras dengan hasil penelitian buku " *Foundations of Physical Education, Exercise Science, and Sport (19th ed.)*", dimana pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan di sekolah untuk membantu peserta didik belajar mengenai sikap, pengetahuan, keterampilan, dan kebugaran yang berkontribusi pada perkembangan, gaya hidup sehat, kesejahteraan, dan aktif secara optimal melalui aktivitas fisik.

SIMPULAN

Hasil penelitian secara rinci sebagai berikut: sebanyak 6 responden (12 %) memperoleh kategori sangat rendah, 4 responden (8%) memperoleh kategori rendah, 25 responden (50%) memperoleh kategori sedang dan 15 responden (30%) memperoleh kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa persentase tertinggi berada pada kategori Sedang. Perlu adanya penelitian lebih lanjut agar dukungan guru terhadap peserta didik tentang literasi aktivitas jasmani lebih meningkat hasilnya. Hal ini mendukung penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa guru yang terlatih dan memiliki pengetahuan konten yang relevan lebih percaya diri dalam memberikan aktivitas jasmani. Seperti yang telah dibuktikan sebelumnya (Edwards et al., 2018), hasil penelitian ini juga menyarankan untuk menyelenggarakan pendidikan, yang mungkin terbukti penting untuk menambah persepsi guru yang sudah memiliki pengalaman mengajar yang lebih lama.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada Universitas Negeri Yogyakarta karena telah memfasilitasi penelitian ini. Besar harapan penulis bahwa penelitian ini dapat membantu pengembangan Pengetahuan Bagi Guru PJOK di Kabupaten Sleman atau bahkan seluruh Indonesia

Daftar Pustaka

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka

Cipta.

- Cheng, C., & Koh, D. (2021). Perception of physical literacy among secondary school physical education teachers. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 10(2), 117. https://doi.org/10.4103/mohe.mohe_19_21
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., Cooper, S. M., & Jones, A. M. (2018). 'Measuring' Physical Literacy and Related Constructs: A Systematic Review of Empirical Findings. *Sports Medicine*, 48(3), 659–682. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0817-9>
- Grunseit, A. C., O'Hara, B. J., Drayton, B., Learnihan, V., Hardy, L. L., Clark, E., Klarenaar, P., & Engelen, L. (2020). Ecological study of playground space and physical activity among primary school children. *BMJ Open*, 10(6), e034586. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034586>
- Korcz, A., Krzysztozek, J., Łopatka, M., Ludwiczak, M., Górska, P., & Bronikowski, M. (2020). The role of family time together in meeting the recommendation for physical activity among primary school children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113970>
- Marlina, E. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Blended Learning Berbantuan Aplikasi Sevima Edlink. *Jurnal Padagogik*, 2, 104–110.
- Packham, A., & Street, B. (2019). The effects of physical education on student fitness, achievement, and behavior. *Economics of Education Review*, 72, 1–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2019.04.003>
- Pramono, M. (2017). Literasi jasmani: orientasi tubuh-subjek. In *Seminar Nasional Literasi Lintas Disiplin*,

283–319.

- Rizal, H., Hajar, M. S., Muhamad, A. S., Kueh, Y. C., & Kuan, G. (2019). The effect of brain breaks on physical activity behaviour among primary school children: A transtheoretical perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(21). <https://doi.org/10.3390/ijerph16214283>
- Robinson, D. B., Randall, L., & Barrett, J. (2018). Physical literacy (mis) understandings: What do leading physical education teachers know about physical literacy? *Journal of Teaching in Physical Education*, *3*(37), 288-298. <https://doi.org/doi:10.1123/jtpe.2018-0135>.
- Tay, G. W. N., Chan, M. J., Kembhavi, G., Lim, J., Rebello, S. A., Ng, H., Lin, C., Shek, L. P., Lança, C., Müller-Riemenschneider, F., & Chong, M. F. F. (2021). Children's perceptions of factors influencing their physical activity: a focus group study on primary school children. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, *16*(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.1980279>
- Wee, B. S., Bulgiba, A., Ruzita, A. T., Ismail, M. N., & Poh, B. K. (2019). Pedometer-determined physical activity among primary schoolchildren in Kuala Lumpur. *Proceedings of Singapore Healthcare*, *28*(2), 115–123. <https://doi.org/10.1177/2010105818823784>
- Yıldizer, G., & Munusturlar, S. (2022). Differences in perceived physical literacy between teachers delivering physical education in schools: classroom teachers vs physical education teachers. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *27*(6), 626–639. <https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1932784>