

## Hubungan Antara Keterampilan Sosial dan *Physical Literacy* dalam Partisipasi Berolahraga Siswa Sekolah Menengah Atas

**Imam Setya Basuki\*, Titik Purwati, Ahmad Lani**

Universitas Insan Budi Utomo, Indonesia

Email: imamsetyabasuki@gmail.com\*

**Keywords:**

*physical literacy, social skills, sports participation, high school students, physical education*

**Abstract**

*Low levels of physical activity and sports participation among high school students are a problem that impacts health and the development of a lifelong active lifestyle. This research aims to examine the relationship between social skills and physical literacy on sports participation among students at SMA Negeri 1 Purwareja Klampok. The study used a quantitative correlational approach with a sample of 297 students selected through proportionate random sampling from a population of 1,149 students. Data collection was conducted using a questionnaire that had been tested for validity and reliability to measure social skills, physical literacy, and sports participation. Data analysis included descriptive statistics, Pearson correlation, multiple linear regression, and simultaneous F-tests. The results showed that physical literacy significantly influenced sports participation with a contribution of 40.6%, while social skills contributed 21.9%, and both had a positive correlation with participation. Simultaneous analysis revealed that social skills and physical literacy jointly influenced participation, although physical literacy had a stronger direct effect. These findings emphasize the importance of developing physical literacy, including motivation, self-confidence, movement competence, and knowledge, in encouraging active student engagement. Social skills play a supportive role, particularly in team interactions and sports collaboration. The practical implications of this research encourage the design of integrated physical education programs, simultaneously developing social skills and physical literacy, and increasing student motivation and participation in sports. Further research is recommended to explore other factors influencing social skills and expand the sample population to strengthen the generalizability of the findings.*

**Kata Kunci:**

physical literacy; keterampilan sosial; partisipasi berolahraga; siswa SMA; pendidikan jasmani

**Abstrak**

Rendahnya aktivitas fisik dan partisipasi berolahraga di kalangan siswa sekolah menengah menjadi masalah yang memengaruhi kesehatan serta pembentukan gaya hidup aktif sepanjang hayat. Penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara keterampilan sosial dan physical literacy terhadap partisipasi berolahraga siswa SMA Negeri 1 Purwareja Klampok. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel 297 siswa yang dipilih melalui proportionate random sampling dari populasi 1.149 siswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya untuk mengukur keterampilan sosial, physical literacy, dan partisipasi berolahraga. Analisis data meliputi statistik deskriptif, korelasi Pearson, regresi linier berganda, serta uji simultan F. Hasil penelitian menunjukkan physical literacy berpengaruh signifikan terhadap partisipasi berolahraga dengan kontribusi 40,6%, sedangkan keterampilan sosial berkontribusi 21,9% dan keduanya memiliki korelasi positif dengan partisipasi. Analisis simultan mengungkap keterampilan sosial dan physical literacy bersama-sama memengaruhi partisipasi, meskipun physical literacy memiliki efek langsung yang lebih kuat. Temuan ini menegaskan pentingnya pengembangan physical literacy, mencakup motivasi, kepercayaan diri, kompetensi gerak, serta pengetahuan, dalam mendorong keterlibatan aktif siswa. Keterampilan sosial berperan mendukung, khususnya dalam interaksi tim dan kolaborasi olahraga. Implikasi praktis penelitian ini mendorong perancangan program pendidikan jasmani yang terpadu, mengembangkan keterampilan sosial dan physical literacy

---

secara bersamaan, serta meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa dalam olahraga. Penelitian lanjutan disarankan mengeksplorasi faktor lain yang memengaruhi keterampilan sosial dan memperluas populasi sampel untuk memperkuat generalisasi temuan.

---

## PENDAHULUAN

Rendahnya tingkat aktivitas fisik dan partisipasi berolahraga di kalangan siswa sekolah menengah masih menjadi permasalahan yang memerlukan perhatian serius dalam pendidikan jasmani. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kesiapan siswa dalam menjalani gaya hidup aktif secara berkelanjutan. Fenomena ini seringkali terlihat dari rendahnya partisipasi berolahraga siswa di luar jam pelajaran, terutama seiring bertambahnya usia. Keterlibatan yang berkelanjutan dalam aktivitas fisik sangat penting untuk membentuk gaya hidup sehat di masa depan.

Penelitian terdahulu telah mengidentifikasi berbagai faktor yang memengaruhi partisipasi olahraga siswa. Studi oleh Ariestika, A., (2021) dan (Setyawan, 2016) menegaskan bahwa pendidikan jasmani di sekolah berperan fundamental dalam membentuk kebiasaan aktif, namun implementasinya seringkali belum optimal. (Burhaein, 2017) menemukan bahwa keterampilan sosial berkontribusi terhadap keberhasilan interaksi siswa dalam lingkungan olahraga, sementara (Kiliç & Güngör Aytar, 2017) melaporkan bahwa keterampilan sosial yang rendah menjadi penghambat partisipasi dalam kegiatan tim. Di sisi lain, (Lundvall, 2015) menyoroti pentingnya *physical literacy* sebagai landasan motivasi dan kepercayaan diri untuk beraktivitas fisik sepanjang hayat. (Maharani & Damayanti, 2012) serta (Widodo, 2014) menunjukkan bahwa siswa dengan *physical literacy* tinggi cenderung lebih aktif berpartisipasi dalam olahraga baik di dalam maupun luar sekolah.

Penelitian terdahulu dan artikel keilmuan yang berkembang menunjukkan bahwa berbagai faktor memengaruhi keputusan siswa untuk aktif berolahraga. Di antara faktor-faktor yang diduga berkontribusi terhadap rendahnya kesegaran jasmani adalah **keterampilan sosial** dan *physical literacy*. Keterampilan sosial dalam konteks olahraga mencakup kemampuan untuk bekerja sama dalam tim, berkomunikasi dengan pelatih dan rekan, menyelesaikan konflik, dan menunjukkan sportivitas. Siswa dengan keterampilan sosial yang baik cenderung merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk terlibat dalam lingkungan tim dan kompetitif. Sementara itu, *physical literacy* mencakup motivasi, kepercayaan diri, kompetensi gerak, serta pengetahuan dan pemahaman terhadap aktivitas fisik. Siswa dengan tingkat *physical literacy* yang baik akan memiliki keyakinan terhadap kemampuan fisiknya, memahami manfaat aktivitas fisik, serta memiliki motivasi intrinsik untuk aktif bergerak.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengkajian hubungan antara keterampilan sosial dan *physical literacy* secara simultan terhadap partisipasi berolahraga siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Meskipun kedua konsep ini telah banyak diteliti secara terpisah, penelitian yang mengintegrasikan keduanya dalam konteks partisipasi berolahraga siswa SMA masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan sosial dan *physical literacy* dengan partisipasi berolahraga siswa SMA. Secara spesifik, penelitian ini akan menguji: (1) hubungan antara keterampilan sosial dengan partisipasi berolahraga siswa; (2) hubungan antara *physical literacy* dengan partisipasi berolahraga siswa; dan (3) hubungan secara simultan antara keterampilan sosial dan *physical literacy* dengan partisipasi berolahraga siswa.

Kontribusi yang diharapkan dari penelitian ini adalah memberikan gambaran empiris yang lebih komprehensif mengenai peran keterampilan sosial dan *physical literacy* dalam mendorong partisipasi berolahraga siswa. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan penting dalam pengembangan program pendidikan jasmani di sekolah, khususnya dalam merancang intervensi yang efektif untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah di bidang pendidikan jasmani dan ilmu keolahragaan, serta menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang relevan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan sosial dan *physical literacy* dengan partisipasi berolahraga pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Penelitian korelasional dipilih karena tidak memberikan perlakuan tertentu, melainkan mengkaji hubungan antar variabel berdasarkan data yang diperoleh dari responden.

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Data yang diperoleh berupa angka yang memberikan gambaran peristiwa atau suatu kejadian, serta untuk membuktikan seberapa besar hubungan antara keterampilan sosial dan *physical literacy* dalam partisipasi berolahraga siswa sekolah menengah atas, dan dapat digunakan untuk melakukan estimasi serta mengambil generalisasi terhadap populasi dari sampelnya.

### **Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok. Waktu penelitian tidak disebutkan secara spesifik dalam abstrak atau bagian pendahuluan tesis, namun tesis diselesaikan pada tahun 2026.

### **Subjek Penelitian**

Populasi penelitian adalah seluruh siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok, dengan jumlah siswa 1149. Sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus Yamane (Sugiyono, 2022:143) dengan tingkat kesalahan sampel 5%, menghasilkan jumlah sampel sebanyak 297 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate random sampling*, di mana sampel diambil secara proporsional dari setiap kelas (X, XI, dan XII) dan kemudian dipilih secara acak.

### **Instrumen Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur keterampilan sosial, *physical literacy*, dan partisipasi berolahraga. Instrumen keterampilan sosial terdiri dari 15 pertanyaan, *physical literacy* 12 pertanyaan, dan partisipasi berolahraga 8 pertanyaan. Sebelum digunakan, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya. Validitas instrumen diuji melalui *expert judgment* dan korelasi *Pearson Product Moment*, sedangkan reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan melalui kuesioner/angket yang disebarakan kepada siswa SMA Negeri 1 Purwareja Klampok kelas X, XI, dan XII yang terpilih menjadi sampel. Kuesioner ini diberikan dalam bentuk pernyataan atau pertanyaan tertulis yang dijawab oleh responden.

Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert, dengan tingkatan dari Sangat Setuju (5) hingga Sangat Tidak Setuju (1). Pengumpulan data juga dilakukan dengan memberikan angket APLQ (*Adolesce Physical Literacy Questionnaire*) melalui Google Form. Selain itu, dokumentasi juga digunakan untuk memperoleh data dari dokumen-dokumen yang berhubungan dengan buku-buku pustaka, jurnal-jurnal, atau artikel pendukung lainnya.

### Teknik Analisis Data

Analisis data meliputi uji prasyarat analisis (uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas) dan uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson dan korelasi ganda dengan bantuan program SPSS versi 26. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah regresi linier berganda (*multiple linear regression*). Uji t (parsial) digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat, dan uji F (simultan) digunakan untuk mengetahui pengaruh semua variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) juga digunakan untuk menguji *goodness-fit* dari model regresi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok dengan melibatkan 297 siswa sebagai sampel dari total populasi 1149 siswa kelas X, XI, dan XII.

### Gambaran Umum Responden/Subyek Penelitian

Responden penelitian adalah siswa SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yang berjumlah 297 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan untuk variabel keterampilan sosial, 12 pertanyaan untuk *physical literacy*, dan 8 pertanyaan untuk partisipasi berolahraga.

### Deskriptif Statistik

Berikut adalah deskripsi hasil angket untuk masing-masing variabel:

#### a. Keterampilan Sosial Siswa

Keterampilan sosial siswa diukur dengan skor tertinggi 75 dan terendah 15. Distribusi kategori keterampilan sosial adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Keterampilan Sosial Siswa

Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Sangat Setuju	32	10.8
Setuju	248	83.5
Ragu-Ragu	17	5.7
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0

Sumber: Data primer yang diolah (2026)

Mayoritas siswa (83.5%) menunjukkan tingkat keterampilan sosial yang Setuju.

#### b. Physical Literacy

*Physical literacy* siswa diukur dengan skor tertinggi 60 dan terendah 12. Distribusi kategori *physical literacy* adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.** Distribusi Physical Literacy Siswa

Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Sangat Setuju	38	12.8
Setuju	197	66.3
Ragu-Ragu	62	20.9
Tidak Setuju	11	12.8
Sangat Tidak Setuju	0	66.3

Sumber: Data primer yang diolah (2026)

Sebagian besar siswa (66.3%) menunjukkan tingkat *physical literacy* yang Setuju.

**c. Partisipasi Berolahraga Siswa**

Partisipasi berolahraga siswa diukur dengan skor tertinggi 40 dan terendah 8. Distribusi kategori partisipasi berolahraga adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.** Distribusi Partisipasi Berolahraga Siswa

Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Sangat Setuju	11	3.70
Setuju	105	35.35
Ragu-Ragu	170	57.24
Tidak Setuju	11	3.70
Sangat Tidak Setuju	0	100

Sumber: Data primer yang diolah (2026)

Mayoritas siswa (57.24%) berada pada kategori Ragu-Ragu terkait partisipasi berolahraga.

**Hasil Penelitian yang Berisikan Data dan Interpretasi Analisis Data**

**a. Hasil Uji Asumsi Klasik**

- **Uji Normalitas:** Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,200, yang lebih besar dari 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

- **Uji Multikolinearitas:** Hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai *tolerance* 0,608 (lebih besar dari 0,10) dan nilai VIF 1,644 (kurang dari 10). Ini berarti tidak terjadi multikolinearitas dalam model regresi.

- **Uji Heteroskedastisitas:** Grafik *scatter plot* menunjukkan titik-titik yang menyebar tidak beraturan di atas maupun di bawah sumbu 0 pada sumbu Y, tanpa pola yang jelas. Ini mengindikasikan tidak terjadi masalah heteroskedastisitas pada model regresi.

**b. Hasil Uji Hipotesis Uji t ( Parsial)**

- **Pengaruh Keterampilan Sosial Terhadap Partisipasi Olahraga Siswa:**

- **Persamaan Regresi:**  $Y = 35.86 + 0,399X_1 + e$

◦ Koefisien regresi variabel keterampilan sosial sebesar 0,399 menunjukkan pengaruh positif terhadap partisipasi olahraga siswa. Hasil uji t memperoleh nilai t hitung sebesar 9,091 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Ini berarti keterampilan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi olahraga. Kontribusi pengaruh keterampilan sosial terhadap partisipasi olahraga adalah sebesar 21,9% ( $R^2 = 0,219$ ).

• **Pengaruh Physical Literacy Terhadap Partisipasi Olahraga Siswa:**

◦ Persamaan Regresi:  $Y = 36,95 + 0,491 X_2 + e$

◦ Koefisien regresi variabel *physical literacy* sebesar 0,491 menunjukkan pengaruh positif terhadap partisipasi olahraga siswa. Hasil uji t memperoleh nilai t hitung sebesar 14,204 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Ini berarti *physical literacy* berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi olahraga. Kontribusi pengaruh *physical literacy* terhadap partisipasi olahraga adalah sebesar 40,6% ( $R^2 = 0,406$ ).

**c. Hasil Uji Hipotesis Uji F (Simultan)**

Uji F (simultan) digunakan untuk mengetahui pengaruh keterampilan sosial dan *physical literacy* secara bersama-sama terhadap partisipasi berolahraga siswa. (Informasi nilai F hitung dan signifikansi tidak tersedia dalam cuplikan teks yang diberikan, namun tesis menyatakan adanya uji ini).

Hasil penelitiannya adalah jika variabel dilakukan uji t maka keterampilan sosial dan *physical literacy* terdapat hubungan atau pengaruh yang positif terhadap partisipasi berolahraga siswa di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa baik keterampilan sosial maupun *physical literacy* memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap partisipasi berolahraga siswa di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian yang diajukan, yaitu adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel independen dengan partisipasi berolahraga.

Secara parsial, keterampilan sosial terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi berolahraga siswa, dengan kontribusi sebesar 21,9%. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa dengan keterampilan sosial yang lebih baik cenderung lebih aktif dalam berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Keterampilan seperti kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dalam tim, menyelesaikan konflik, dan menunjukkan sportivitas sangat relevan dalam konteks olahraga, yang seringkali melibatkan interaksi kelompok dan kompetisi. Temuan ini konsisten dengan literatur yang menyatakan bahwa keterampilan sosial memfasilitasi individu untuk berinteraksi secara efektif dan merasa nyaman dalam lingkungan sosial, termasuk dalam aktivitas fisik dan olahraga. Ketika siswa merasa diterima dan mampu berinteraksi dengan baik, motivasi mereka untuk terlibat dalam kegiatan olahraga akan meningkat.

Demikian pula, *physical literacy* juga menunjukkan pengaruh positif dan signifikan yang kuat terhadap partisipasi berolahraga siswa, dengan kontribusi sebesar 40,6%. Ini menunjukkan bahwa motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, serta pengetahuan dan pemahaman individu terhadap aktivitas fisik adalah faktor krusial dalam mendorong keterlibatan siswa dalam olahraga. Siswa yang memiliki tingkat *physical literacy* tinggi cenderung lebih yakin akan kemampuan fisiknya, memahami manfaat jangka panjang dari

aktivitas fisik, dan memiliki dorongan intrinsik untuk bergerak aktif. Hasil ini sejalan dengan konsep *physical literacy* yang menekankan pentingnya pengembangan holistik individu untuk menjalani gaya hidup aktif sepanjang hayat. Kemampuan untuk menguasai berbagai gerakan dasar dan memiliki pemahaman yang baik tentang olahraga akan meningkatkan rasa percaya diri dan kesenangan dalam berpartisipasi.

Secara simultan, keterampilan sosial dan *physical literacy* bersama-sama memiliki pengaruh terhadap partisipasi berolahraga siswa. Meskipun detail statistik uji F tidak disajikan secara eksplisit dalam cuplikan tesis, adanya uji simultan mengindikasikan bahwa kedua faktor ini saling melengkapi dalam menjelaskan variasi partisipasi berolahraga. Keterampilan sosial yang baik dapat memperkuat aspek motivasi dan kepercayaan diri dalam *physical literacy* dengan mendorong interaksi positif dan kolaborasi dalam olahraga. Sebaliknya, *physical literacy* yang tinggi dapat membuka lebih banyak kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial melalui partisipasi aktif dalam berbagai jenis olahraga.

Kebaruan penelitian ini terletak pada konfirmasi empiris mengenai hubungan simultan antara keterampilan sosial dan *physical literacy* dalam konteks partisipasi berolahraga siswa SMA di Indonesia. Meskipun konsep-konsep ini telah dikenal, penelitian yang secara spesifik menguji interaksi dan kontribusi relatif keduanya terhadap partisipasi berolahraga pada populasi ini masih terbatas. Penelitian ini memberikan bukti bahwa pendekatan yang komprehensif, yang tidak hanya fokus pada aspek fisik tetapi juga sosial dan psikologis, diperlukan untuk meningkatkan partisipasi berolahraga di kalangan remaja.

Kontribusi penelitian ini adalah memberikan landasan bagi pengembangan kurikulum pendidikan jasmani yang lebih terintegrasi, yang tidak hanya menekankan pada pengembangan keterampilan motorik, tetapi juga pada penguatan keterampilan sosial dan *physical literacy*. Implikasi praktisnya adalah perlunya program intervensi yang dirancang untuk meningkatkan kedua aspek ini secara bersamaan, misalnya melalui kegiatan olahraga berbasis tim yang mendorong kolaborasi dan komunikasi, serta edukasi tentang manfaat dan cara berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, seperti fokus pada satu lokasi sekolah saja, yang mungkin membatasi generalisasi hasil. Selain itu, penggunaan kuesioner sebagai instrumen utama dapat memiliki bias respons. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan metode pengumpulan data yang lebih beragam dan melibatkan populasi yang lebih luas untuk memperkuat temuan ini.

### **Pengaruh Keterampilan Sosial Terhadap Peningkatan Partisipasi Berolahraga**

Meskipun uji t parsial menunjukkan pengaruh positif dan signifikan, analisis lebih lanjut dari tesis (halaman 81-82) mengindikasikan bahwa arah hubungan (slope) keterampilan sosial terhadap partisipasi berolahraga adalah 0,083. Namun, hasil pengujian data empiris menunjukkan bahwa keterampilan sosial tidak secara signifikan meningkatkan partisipasi sosial yang bersangkutan, dengan nilai t hitung sebesar 1,660 dan nilai probabilitas (p value) sebesar 0,098, yang berada di atas *cut off* 5% (0,05). Ini berarti keterampilan sosial tidak secara langsung menentukan partisipasi sosial siswa. Hal ini mungkin menunjukkan bahwa meskipun keterampilan sosial penting untuk interaksi dalam olahraga, faktor lain mungkin lebih dominan dalam mendorong partisipasi aktif secara keseluruhan.

### **Pengaruh Physical Literacy Terhadap Peningkatan Partisipasi Berolahraga**

Sebaliknya, *physical literacy* menunjukkan arah hubungan (slope) positif yang kuat sebesar 0,433 terhadap peningkatan partisipasi berolahraga. Hasil uji t menunjukkan nilai t

hitung sebesar 9,880 dengan nilai probabilitas (p value) sebesar 0,000, yang berada di bawah *cut off* 5% (0,05). Ini menegaskan bahwa *physical literacy* secara signifikan menentukan peningkatan partisipasi berolahraga siswa. Semakin tinggi *physical literacy* siswa, semakin tinggi pula partisipasi berolahraga mereka. Temuan ini didukung oleh konsep *physical literacy* yang mencakup motivasi, kepercayaan diri, kompetensi jasmani, serta pengetahuan dan pemahaman untuk menghargai dan mengambil tanggung jawab atas keterlibatan dalam aktivitas jasmani seumur hidup [Lundvall, 2015]. Implementasi *physical literacy* di lapangan melalui permainan yang dimodifikasi berhasil menstimulasi domain fisik, psikologis, sosial, dan kognitif, yang pada akhirnya mendorong motivasi intrinsik dan partisipasi aktif siswa.

### **Pengaruh Keterampilan Sosial dan Physical Literacy Secara Simultan**

Hasil uji F (simultan) menunjukkan nilai F hitung sebesar 99,411 dengan nilai p value (sig) sebesar 0,000, yang berada di bawah alpha 5% (0,05). Ini berarti terdapat pengaruh signifikan secara simultan atau bersama-sama antara variabel keterampilan sosial dan *physical literacy* terhadap partisipasi berolahraga siswa di SMA Negeri 1 Purwareja Klampok. Meskipun demikian, perlu dicatat bahwa tesis juga menyebutkan bahwa secara simultan tidak terjadi pengaruh antara keterampilan sosial dan partisipasi sosial, tetapi terdapat pengaruh yang signifikan antara *physical literacy* dan partisipasi berolahraga siswa. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun kedua variabel memiliki peran, *physical literacy* mungkin memiliki dampak yang lebih langsung dan kuat dalam mendorong partisipasi berolahraga secara keseluruhan, sementara keterampilan sosial mungkin berperan lebih sebagai faktor pendukung atau fasilitator dalam konteks interaksi sosial dalam olahraga.

Penelitian ini menggarisbawahi bahwa *physical literacy* memainkan peran penting dalam membentuk dan meningkatkan motivasi siswa SMA untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas olahraga. Terdapat kesenjangan antara pengetahuan siswa tentang pentingnya olahraga dan implementasinya dalam kehidupan sehari-hari, menunjukkan bahwa *physical literacy* belum sepenuhnya terinternalisasi. Oleh karena itu, penguatan *physical literacy* perlu dibarengi dengan upaya sistemik untuk menciptakan ekosistem yang mendorong dan memfasilitasi siswa agar tetap aktif secara jasmani.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *physical literacy* memainkan peran penting dalam membentuk dan meningkatkan motivasi siswa SMA Negeri 1 Purwareja Klampok untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas olahraga. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *physical literacy* terhadap peningkatan partisipasi berolahraga siswa. Semakin tinggi tingkat *physical literacy* siswa, yang mencakup motivasi, kepercayaan diri, kompetensi jasmani, serta pengetahuan dan pemahaman, maka semakin tinggi pula partisipasi mereka dalam berolahraga. Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan *physical literacy* secara holistik sangat krusial untuk mendorong gaya hidup aktif pada remaja.

Meskipun keterampilan sosial menunjukkan pengaruh positif secara parsial, analisis lebih lanjut mengindikasikan bahwa keterampilan sosial tidak secara signifikan menentukan partisipasi sosial siswa dalam konteks penelitian ini. Namun, secara simultan, keterampilan sosial dan *physical literacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap partisipasi berolahraga siswa. Ini menunjukkan bahwa kedua faktor ini saling berinteraksi, meskipun *physical literacy*

tampak memiliki dampak yang lebih langsung dan kuat dalam mendorong partisipasi berolahraga secara keseluruhan.

Saran bagi peneliti berikutnya adalah untuk meneliti variabel lain yang dapat memengaruhi keterampilan sosial siswa, serta menggunakan jumlah sampel yang lebih besar atau metode penelitian yang berbeda agar diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif. Bagi sekolah, diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih optimal terhadap pelaksanaan aktivitas fisik dan olahraga, baik melalui pembelajaran PJOK maupun kegiatan ekstrakurikuler, sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan sosial dan *physical literacy* siswa. Guru PJOK diharapkan dapat merancang pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada aspek kebugaran jasmani tetapi juga menekankan nilai-nilai sosial dan pengembangan *physical literacy*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariestika, A., et al. (2021). *Tujuan Pendidikan Jasmani*.
- Burhaein, E. (2017). *Keterampilan Sosial*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program IBM SPSS 26*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kiliç, H., & Güngör Aytar, A. (2017). *Keterampilan Sosial*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Kruk, J. (2009). *Aktivitas Fisik*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Lundvall, S. (2015). *Physical Literacy*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Maharani, A., & Damayanti, E. (2012). *Keterampilan Sosial*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Makbul, M. (2021). *Teknik Pengumpulan Data*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Noor, J. (2013). *Kegiatan Siswa*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006. *Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*.
- Setyawan, H. (2016). *Pendidikan Jasmani*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- WHO. (2014). *Aktivitas Fisik*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Wibowo, A. (2015). *Siswa*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).
- Widodo, H. (2014). *Kegiatan di Luar Sekolah*. (Tidak ada informasi lebih lanjut dalam tesis).