

ABSTRAK

Andika. 2025.” Hubungan Peningkatan Physical Literacy Melalui Penjas Terhadap Aktivitas Fisik Siswa remaja”. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan , FKIP Universitas Jambi, Pembimbing : (I) Endarman Saputra, Ph.D., (II) Dr. Alek Oktadinata S.Pd.,M.pd.

Kata Kunci : Physical Literacy, Aktivitas Fisik, Remaja

Dalam konteks pembelajaran, pendidikan jasmani yang berkualitas dirancang untuk meningkatkan aspek efektif, kognitif, dan psikomotor siswa. Hal ini melibatkan strategi pembelajaran yang mendorong kepercayaan diri, keterampilan bergerak, serta pemahaman tentang pentingnya aktifitas fisik. Pendidikan jasmani juga membantu siswa mengenali nilai aktifitas fisik sebagai bagian integral dari kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Desain korelasional merupakan penelitian yang dimaksud untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara hasil pengukuran terhadap dua variabel yang berbeda dalam waktu yang bersamaan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa 62% siswa dan siswi di SMPN 5 Kota Jambi melakukan aktivitas fisik ringan, 31% melakukan aktivitas fisik sedang dan 7% melakukan aktivitas fisik berat. Lalu dari penelitian tersebut juga dapat ditarik kesimpulan bahwa physical literacy memiliki dampak positif atau signifikan terhadap aktifitas fisik remaja.