

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 25 tahun 2014 adalah warga negara berusia 12 sampai 18 tahun (Permenkes, 2014), yang merupakan fase penting dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Masa remaja merupakan fase pertumbuhan, pembelajaran, eksplorasi, serta peluang penting bagi para remaja untuk mengembangkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang berguna sepanjang hidup (Steinberg, 2014). Proses ini sangat penting, karena remaja mulai membentuk pandangan dunia mereka, mengembangkan nilai-nilai, serta membangun hubungan sosial yang akan mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan mereka di masa depan. Meskipun, tidak semua remaja mengalami perkembangan yang optimal selama fase ini, beberapa remaja mungkin menghadapi tantangan yang menghambat pertumbuhan mereka, seperti kurangnya dukungan sosial, masalah kesehatan mental, atau ketidakstabilan lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan stimulasi pendekatan pengembangan remaja yang positif membantu individu mengembangkan kompetensi, karakter, dan koneksi sosial. Stimulasi tersebut dapat berupa program intervensi perilaku positif yang dirancang untuk mendukung perkembangan remaja. Program-program ini terbukti efektif dalam menghadapi tantangan seperti ketidakstabilan lingkungan dan kurangnya dukungan sosial melalui pendekatan berbasis kekuatan dan pembelajaran (Astroth, 2017). Intervensi ini bisa mencakup kegiatan yang mendorong keterampilan sosial, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengatasi stres (Ciocanel et al., 2017). Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung bagi remaja, baik di sekolah maupun di rumah. Dukungan dari orang tua, guru, dan komunitas sangat penting untuk membuat remaja merasa diterima dan dihargai, yang pada gilirannya dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan mereka dalam berbagai aktivitas positif (Eccles & Gootman, 2002). Dengan pendekatan yang holistik dan terintegrasi, kita dapat memastikan bahwa semua remaja memiliki kesempatan untuk mencapai potensi penuh mereka. Program-program ini tidak hanya membantu remaja menghadapi masalah, tetapi juga memberikan alat yang

diperlukan untuk beradaptasi dan tumbuh dengan baik di masa depan. Dengan adanya perubahan teknologi dan budaya yang dihadapi oleh setiap generasi remaja, desain, implementasi, dan program pengembangan remaja yang positif perlu lebih inovatif agar tercapai pemerataan perkembangan yang optimal bagi seluruh remaja (Kahn & Graham, 2019).

Selama beberapa dekade terakhir, program yang fokus pada peningkatan kompetensi telah terbukti mampu mendukung perkembangan remaja yang positif. Program ini memberikan kesempatan bagi remaja untuk mencapai kesejahteraan secara optimal (Taylor et al., 2017). Pengembangan remaja positif (*positive youth development*) merupakan pengembangan keterampilan atau aset pribadi, termasuk kualitas kognitif, sosial, emosional, dan intelektual yang diperlukan agar seorang remaja dapat menjadi anggota masyarakat yang sukses (Weiss et al., 2014). Pendekatan ini didasarkan pada pandangan bahwa remaja memiliki potensi untuk dikembangkan, bukan sekadar dianggap sebagai pembawa masalah yang harus diatasi (Lerner, 2005). Remaja berusia 10 hingga 19 tahun dihadapkan pada berbagai tantangan sosial, seperti tuntutan untuk berhasil di lingkungan yang kompetitif, mengelola stres, menghadapi pandemi global, serta mempersiapkan diri untuk berkembang di masa dewasa (Martins, 2021). Dalam *Positive Youth Development* (PYD) ini, keberhasilan pembangunan menggambarkan kemajuan menuju kedewasaan yang berfungsi optimal, dengan kemampuan dan kompetensi untuk mencapai potensi diri sekaligus berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat (Weiss et al., 2021). Artinya, keberhasilan seorang pemuda tidak hanya diukur dari pencapaian pribadi, tetapi juga dari kontribusi nyata yang dapat diberikan kepada keluarga dan komunitas sekitar. Konsep dan pengukuran dalam pengembangan *Positive Youth Development* (PYD) mengalami perkembangan yang signifikan. Model pengembangan *Positive Youth Development* (PYD) berfokus pada penguatan perilaku positif dan pertumbuhan optimal pada remaja. Kerangka kerja *Five Competencies* (5Cs) dalam pengembangan remaja positif menjadi panduan komprehensif dan berpengaruh dalam memahami dan mendukung pengembangan remaja yang positif (Kaur et al., 2019).

Model *Five Competencies* (*Five Cs*) menggambarkan karakteristik internal remaja yang mendukung perkembangan mereka menjadi orang dewasa yang sehat.

Penelitian menunjukkan bahwa model pengembangan *Positive Youth Development* (PYD) membantu mengidentifikasi karakteristik yang diperlukan bagi remaja untuk berkembang secara optimal. Menurut (Lerner, 2005) model *Five Competencies* dalam pengembangan *Positive Youth Development* (PYD) mengoperasionalkan perkembangan remaja sebagai sesuatu yang multidimensi, dengan mengukur lima komponen yaitu kompetensi (*competence*), kepercayaan diri (*confidence*), karakter (*character*), hubungan (*connection*), dan kepedulian (*caring*). Peran penting dari model ini adalah mendorong remaja untuk berkontribusi pada masyarakat, yang kemudian dikaitkan dengan model *Six Competencies* (*Six Cs*), yang mencakup tambahan kontribusi sebagai dimensi keenam (Schmid et al., 2011). Pengembangan remaja positif melalui indikator *Six Cs*, yaitu kompetensi (*competence*), kepercayaan diri (*confidence*), karakter (*character*), hubungan (*connection*), dan kepedulian (*caring*), kontribusi (*Contribution*), kini juga berkembang dengan menambahkan kreativitas (*Creativity*) sebagai salah satu indikator baru (Dimitrova et al., 2021). Kreativitas dipahami sebagai kemampuan adaptif untuk memecahkan masalah yang relevan dalam konteks sosial dan budaya. Model *seven Cs* yang mencakup kreativitas, berpotensi mengoptimalkan keterampilan dan pengetahuan remaja serta memperluas cakupan pertumbuhan dan perkembangan mereka, (Dimitrova et al., 2021).

Di Indonesia, saat ini, terdapat sekitar 44.153,5 juta remaja di Indonesia, mereka hadir untuk mengisi 15,68% penduduk Indonesia dan menjadi bagian dari generasi baru (Badan Pusat Statistik, 2024). Generasi merekalah yang nantinya akan mengubah pembangunan dan peradaban Indonesia. Pemuda memiliki peran krusial dalam mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs). Jika pemuda dapat mencapai kesejahteraan dan perkembangan yang optimal, ini akan berkontribusi pada pencapaian SDGs. Namun, berbagai laporan menunjukkan adanya perilaku berisiko di kalangan pemuda dan remaja Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Sekolah Global 2015, 83% pemuda mengalami hubungan seksual pertama kali pada usia 14 tahun, dan hanya 34% yang menggunakan alat kontrasepsi saat berhubungan seksual terakhir. Selain itu, satu dari lima remaja berusia 13 hingga 15 tahun dilaporkan merokok. Kasus gangguan mental di kalangan remaja juga cukup signifikan, dengan prevalensi gangguan emosional

sekitar 6% di antara siswa berusia 15 tahun ke atas (Yudanagara et al., 2023). Masalah lainnya ditemukan bahwa remaja, banyak ditemukan masalah emosional yang ditandai dengan gejala-gejala tekanan psikologis, seperti konflik internal, frustrasi, serta konflik eksternal dalam diri individu. transfer keterampilan hidup pada individu merupakan proses yang berkesinambungan, di mana individu secara terus-menerus berinteraksi dan memahami lingkungan mereka untuk menciptakan dampak dalam pengalihan keterampilan hidup (Nansubuga et al., 2024). Selain itu, masalah perundungan di kalangan siswa dapat menyebabkan trauma jangka panjang, sehingga tidak boleh dianggap remeh. Dampaknya pada kesehatan psikologis siswa bisa berlangsung lama. Perundungan dapat memiliki efek negatif bagi anak, baik yang menjadi pelaku maupun yang menjadi korban. Salah satu dampak bagi anak yang melakukan perundungan adalah cenderung memiliki empati yang rendah, keterampilan interaksi sosial yang kurang baik, dan perilaku yang tidak normal (Lusiana & Siful Arifin, 2022).

Pembangunan dan pengembangan remaja merupakan aspek krusial dalam menciptakan masyarakat yang sehat dan produktif. Dalam konteks ini, literasi fisik (*physical literacy*) dan pendekatan perkembangan pemuda positif (*Positive Youth Development*) menjadi dua elemen penting yang saling melengkapi. *Physical literacy* tidak hanya mencakup keterampilan motorik dan aktivitas fisik, tetapi juga keterampilan sosial dan emosional yang esensial untuk kesehatan dan kesejahteraan remaja (Whitehead, 2010). Sementara itu, PYD menekankan pengembangan potensi positif remaja melalui keterlibatan dalam aktivitas konstruktif dan hubungan sosial yang sehat (Lerner, 2005). Terdapat kebutuhan untuk mengevaluasi bagaimana pendekatan terhadap *physical literacy* dapat diintegrasikan dengan prinsip-prinsip PYD (Allan et al., 2017). Penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi kedua pendekatan tersebut dapat meningkatkan keterlibatan remaja dalam aktivitas fisik dan mendukung pengembangan karakter, kompetensi, serta kepercayaan diri mereka (Geldhof et al., 2014). Selain itu, banyak penelitian yang menunjukkan hubungan positif antara keterlibatan dalam aktivitas fisik dan hasil perkembangan remaja, seperti peningkatan kesehatan mental dan sosial (Biddle & Asare, 2011). Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki cara-cara program pendidikan jasmani dan olahraga dapat dirancang untuk memberikan

dukungan *physical literacy* dan PYD di kalangan remaja, terutama dalam konteks pendidikan di sekolah.

Dalam beberapa tahun terakhir, munculah konsep *physical literacy* yang menarik perhatian di kalangan akademik dan non-akademik sebagai elemen penting dalam aktivitas fisik dan program olahraga. Karena olahraga merupakan konteks yang ideal untuk mendukung perkembangan positif di kalangan pemuda, *physical literacy* menjadi konsep yang signifikan untuk dipertimbangkan dalam hubungannya dengan pengembangan pemuda (Allan et al., 2017). Terdapat beberapa definisi *physical literacy* dalam literatur (Higgs et al., 2008; Mandigo et al., 2005; Allan et al., 2017). Konsep awal *physical literacy* muncul melalui diskusi pendidikan jasmani di Inggris (Whitehead, 2001), yang lebih berkaitan dengan pemahaman literasi (kompetensi atau pengetahuan dalam bidang tertentu) terkait dengan fisik dan gerakan. Namun, baru-baru ini, konsep ini telah diadopsi dalam sistem olahraga di Amerika Utara (Roetert & Jefferies, 2014). Sementara karya (Whitehead, 2001) menekankan keterkaitan antara pikiran dan tubuh, penerapan *physical literacy* dalam program olahraga di Amerika Utara lebih fokus pada aspek tubuh dan kinerja. Dengan demikian, *physical literacy* dapat dipandang dari dua sudut pandang: (a) pendekatan holistik yang terutama diusulkan oleh (Whitehead, 2001) di Inggris, dan (b) pendekatan berbasis kinerja yang sebagian besar ditentukan oleh penerapan prinsip-prinsip literasi fisik dalam program organisasi olahraga nasional (Higgs et al., 2008).

Perkembangan konsep *Physical Literacy* telah menghasilkan berbagai temuan penelitian yang berdampak pada kebijakan di seluruh Dunia berimplikasi pada praktik profesional dalam pendidikan jasmani dan olahraga, serta kesehatan suatu bangsa, (Hyndman & Pill, 2018; Scott et al., 2021). *Physical Literacy* di deskripsikan sebagai motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, serta pengetahuan dan pemahaman untuk menghargai serta bertanggung jawab terhadap partisipasi dalam aktivitas fisik sepanjang hidup (Whitehead, 2007). Seiring waktu, (Whitehead, 2007) mengemukakan bahwa dasar filosofis dari *physical literacy*, khususnya dalam konteks perwujudan, memberikan alasan yang kuat untuk mendorong penerapan *physical literacy* dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Dasar filosofis yang dikemukakan oleh (Whitehead, 2007) tetap menjadi acuan

penting dalam penelitian dan pengembangan pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah (Pot et al., 2018). Pengembangan *physical literacy* dapat dicapai melalui berbagai pendekatan, termasuk pendidikan jasmani dan olahraga yang dirancang dengan baik dapat mendukung anak muda dalam meningkatkan kemampuan fisik, kesejahteraan, serta keterampilan hidup yang diperlukan untuk tetap aktif dan sehat sepanjang hidup. Kerangka ini menekankan pada kemungkinan yang ada, sehingga memberikan cara untuk mendorong gerakan dan aktivitas fisik, tanpa memandang titik awal, terutama pada persiapan untuk anak usia prasekolah (Cairney et al., 2016). Kerangka ini terdiri dari empat domain yang masing-masing mencakup elemen-elemen penting yang mendukung pengembangan *physical literacy* (Sport Australia, 2019). Masing masing dari domain itu adalah fisik (*physical*), psikologi (*psikological*), sosial (*social*), dan Kognitif (*cognitive*) (Sport Australia, 2019). (Whitehead, 2007) berpendapat bahwa aspek-aspek seperti motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, serta pengetahuan dan pemahaman memiliki tingkat kepentingan yang setara, dan ia menyadari bahwa setiap individu memiliki perjalanan aktivitas fisik (PA) yang bersifat pribadi dan berlangsung seumur hidup (Whitehead, 2010).

Beberapa permasalahan yang muncul salah satunya siswa dan guru yang belum sepenuhnya memahami konsep *physical literacy* dan bagaimana konsep tersebut berkontribusi pada partisipasi dalam aktivitas fisik. Padahal dengan pemahaman yang baik tentang *physical literacy* sangat penting untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik (Gita & Mesa, 2021). Diperlukan evaluasi terhadap efektivitas berbagai intervensi yang dirancang untuk meningkatkan *physical literacy* di kalangan remaja. Sebuah observasi sistematis menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada *physical literacy* memberikan dampak positif yang signifikan pada berbagai hasil, seperti kompetensi fisik dan motivasi (Carl et al., 2022). Remaja sering mengalami kesulitan dalam mengembangkan *physical literacy* dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti kurangnya motivasi, keterampilan, dan pengetahuan dapat menghambat keterlibatan remaja dalam aktivitas fisik (Öztürk et al., 2023). Kemudian penelitian tentang *physical literacy* di Indonesia masih terbatas, masih terbatas jika dibandingkan dengan negara-

negara yang lebih maju, yang menunjukkan adanya kesenjangan dalam pemahaman dan pengembangan konsep ini (Friskawati et al., 2023). Beberapa faktor mungkin berkontribusi pada hal ini, termasuk kurangnya perhatian akademis dan sumber daya yang dialokasikan untuk studi ini (Mandigo et al., 2005). Analisis tren penelitian mengungkapkan bahwa fokus studi di Indonesia cenderung stagnan, dengan hanya sedikit penelitian yang dilakukan dalam dekade terakhir (Hidayat et al., 2024). Hal ini bisa jadi disebabkan oleh rendahnya kesadaran akan pentingnya *physical literacy* dalam konteks kesehatan dan perkembangan anak (Whitehead, 2013). Selain itu, infrastruktur dan program yang mendukung aktivitas fisik di sekolah maupun komunitas juga mungkin belum cukup kuat untuk mendorong penelitian yang lebih luas. Untuk meningkatkan pemahaman tentang *physical literacy*, diperlukan upaya kolaboratif antara akademisi, pemerintah, dan lembaga pendidikan untuk melakukan penelitian yang lebih komprehensif dan mendalam. Dengan demikian, diharapkan *physical literacy* dapat diintegrasikan lebih baik dalam kurikulum pendidikan dan program-program kesehatan masyarakat, serta dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan dan kesejahteraan remaja (Higgs et al., 2008).

Pengembangan model sepantasnya mengintegrasikan keterampilan-keterampilan lain yang siswa butuhkan untuk mentransformasi pembelajaran yang setara dan bahkan lebih prediktif terhadap kebutuhan masa depan. Integrasi keterampilan ini membuat pengalaman belajar siswa menjadi lebih bermakna, karena mampu mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan secara beriringan dalam pembelajaran. Sejauh ini, dengan adanya kebutuhan dan kompetensi yang diharapkan dari siswa, maka dibutuhkan sebuah model pembelajaran yang mengintegrasikan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Model pembelajaran integrasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga bertujuan untuk menggabungkan berbagai aspek pembelajaran, seperti keterampilan fisik, sosial, dan emosional, dalam kerangka yang terpadu dan kontekstual. Pendekatan ini dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna bagi siswa dengan menekankan hubungan antara konsep teoritis dan praktik nyata (Ní Chróinín et al., 2018). Salah satu implementasi umum adalah mengintegrasikan teori *physical literacy* dengan pendekatan berbasis permainan

olahraga (bola besar, bola kecil, atletik) untuk membangun kompetensi fisik, kepercayaan diri, dan pemahaman tentang pentingnya aktivitas fisik seumur hidup (Bulqini et al., 2021).

Berdasarkan penjelasan di atas, terlihat bahwa perkembangan *positive youth development* (PYD) dan *physical literacy* memainkan peranan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan remaja. Keduanya tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga membantu dalam pembentukan karakter, rasa percaya diri, dan hubungan sosial yang sehat (Lerner, 2005; Whitehead, 2010). Meskipun demikian, perhatian terhadap kedua aspek ini masih kurang memadai, mengakibatkan banyak remaja tidak mendapatkan manfaat yang optimal dari program yang tersedia (Roth & Brooks-Gunn, 2003). Kondisi ini menunjukkan perlunya eksplorasi dan integrasi *physical literacy* dengan prinsip-prinsip *positive youth development* (PYD) dalam konteks pendidikan jasmani dan olahraga. Meskipun penelitian tentang PYD dan literasi fisik terkait erat, literatur yang ada belum sepenuhnya mengintegrasikan kedua bidang studi ini. Namun, di Indonesia, perhatian terhadap PYD masih tergolong minim, yang berpotensi membatasi peluang remaja untuk berkembang secara optimal (Meilinawati, 2020; Maulidya & Wijaya, 2024).

Dengan merancang program yang berorientasi pada pengembangan potensi positif remaja, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung keterlibatan aktif mereka dalam aktivitas fisik dan membantu mereka mengatasi berbagai tantangan. Oleh karena itu, penting untuk merumuskan masalah-masalah yang berkaitan dengan pengintegrasian perkembangan *positive youth development* (PYD) dan *physical literacy*, serta mencari solusi yang dapat diterapkan dalam konteks pendidikan di Indonesia. Dengan fokus yang tepat, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan program-program yang mendukung kesejahteraan remaja dengan difokuskan pada perbedaan dampak antara kelompok yang menerima perlakuan secara terstruktur dan disengaja (Bean, 2016). Untuk mengevaluasi efektivitas program integrasi, peneliti membagi subjek menjadi tiga kelompok program. Program (A1) kelompok program pembelajaran terintegrasi PYD 12Cs; Program (A2) kelompok program pembelajaran terintegrasi *physical literacy*; Program (A3) kelompok program non-

integrasi. Tujuan dari integrasi di sini adalah mengadopsi konsep prinsip integrasi dalam pembelajaran keterampilan hidup, yang mencakup: (1) memusatkan perhatian pada satu komponen dalam setiap sesi, (2) mengkomunikasikan tujuan komponen di awal aktivitas, (3) menerapkan strategi pembelajaran yang relevan sepanjang proses pembelajaran, dan (4) melakukan refleksi serta diskusi setelah kegiatan pembelajaran (Kendellen, Camiré, Bean, & Forneris, 2016). Dengan pendekatan integrasi ini, diharapkan peserta dapat lebih memahami dan mendapatkan pelajaran berharga dari program yang disampaikan. Selanjutnya, rumusan masalah yang akan menjadi dasar dari penelitian ini akan dijelaskan dalam bagian berikutnya.

1.2 Rumusan Masalah

- 1) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy*, dan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan PYD 12Cs?
- 2) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* terhadap peningkatan PYD 12Cs? Jika terdapat perbedaan pengaruh, mana yang lebih baik?
- 3) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok non-integrasi A3 terhadap peningkatan PYD 12Cs? Jika terdapat perbedaan pengaruh, mana yang lebih baik?
- 4) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* dengan kelompok non-integrasi A3 terhadap peningkatan PYD 12Cs? Jika terdapat perbedaan pengaruh, mana yang lebih baik?
- 5) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy*, dan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *Physical Literacy*?

- 6) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* terhadap peningkatan *Physical Literacy*? Jika terdapat perbedaan pengaruh, mana yang lebih baik?
- 7) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *Physical Literacy*? Jika terdapat perbedaan pengaruh, mana yang lebih baik?
- 8) Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *Physical Literacy*? Jika terdapat perbedaan pengaruh, mana yang lebih baik?

1.3 Tujuan Penelitian

- 1) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok pembelajaran terintegrasi *physical literacy*, dan kelompok non-integrasi A3 terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 2) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *physical literacy* terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 3) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 4) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi *physical literacy* dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 5) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *physical literacy*, dan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *physical literacy*.

- 6) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *physical literacy* terhadap peningkatan *physical literacy*.
- 7) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *physical literacy*.
- 8) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi *physical literacy* dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *physical literacy*.

1.4 Manfaat Penelitian

1) Secara Teoritis

- (1) Penelitian ini akan menambah kajian teoritis mengenai bagaimana pendidikan jasmani dan olahraga dapat menjadi media yang efektif untuk mengembangkan *Positive Youth Development* (PYD) melalui pendekatan 12Cs yaitu : kompetensi (*competence*), kepercayaan diri (*confidence*), karakter (*character*), kepedulian (*caring*), hubungan (*connection*), kontribusi (*contribution*), kreativitas (*creativity*), daya saing (*competitive*), komitmen (*commitment*), konsisten (*consisten*), menyeluruh (*comprehenship*), dan kolaborasi (*collaboration*), serta konsep *Physical Literacy*. Dengan demikian, penelitian ini akan memberikan kontribusi baru bagi pengembangan teori dalam bidang pendidikan jasmani, terutama dalam kaitannya dengan pengembangan karakter dan literasi fisik.
- (2) Penelitian ini dapat mengembangkan kerangka kerja yang mengintegrasikan PYD 12Cs dan *physical literacy* ke dalam satu pendekatan terpadu dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Kerangka ini dapat menjadi dasar pengembangan model pengajaran yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan fisik dan sosial-emosional siswa.

2) Secara Praktis

- (1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pedoman praktis bagi guru pendidikan jasmani dan olahraga dalam menerapkan strategi pengajaran yang mengintegrasikan PYD 12Cs dan *physical literacy*. Diharapkan guru akan

dapat merancang aktivitas fisik yang tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik siswa, tetapi juga membangun remaja yang positif, sehat di kalangan siswa.

- (2) Dengan pengembangan program yang berbasis PYD 12Cs dan *physical literacy*, penelitian ini dapat membantu meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang *physical literacy*, siswa akan lebih termotivasi untuk terus berpartisipasi dalam olahraga dan aktivitas fisik sepanjang hidup mereka.
- (3) Penelitian ini dapat memberikan dasar bagi pembuat kebijakan di bidang pendidikan untuk mengembangkan kebijakan yang mendukung integrasi PYD 12Cs dan *physical literacy* dalam kurikulum pendidikan jasmani dan olahraga. Hal ini akan membantu meningkatkan efektivitas pendidikan jasmani dan olahraga dalam mendukung pengembangan holistik peserta didik.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian adalah batasan masalah, subjek, lokasi, dan materi yang akan diteliti dalam sebuah penelitian. Ruang lingkup penelitian penting untuk memastikan hasil penelitian valid. Ruang lingkup penelitian ini akan difokuskan pada model pembelajaran terintegrasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga, *Positif Youth Development (PYD)*, dan *Physical Literacy*. Pembatasan masalah sangat penting dalam setiap penelitian untuk memastikan bahwa isu yang diteliti tidak terlalu luas dan lebih terfokus. Berdasarkan rumusan masalah di atas, peneliti perlu menetapkan batasan terhadap aspek-aspek yang akan diteliti.

1) Batasan Subjek Penelitian

Penelitian ini dibatasi pada siswa sekolah menengah pertama (SMP) kelas 9 di satu sekolah di Kabupaten Garut. Pemilihan sampel kelas 9 didasarkan pada fase perkembangan remaja yang berada dalam tahap transisi menuju kematangan psikologis, sosial, dan fisik, sehingga intervensi yang diberikan pada tahap ini dapat lebih optimal mempengaruhi perkembangan positif. Selain itu, siswa kelas 9 menghadapi tantangan akademik dan sosial yang lebih kompleks, menjadikan kelompok mereka relevan untuk mengevaluasi

dampaknya terhadap pendekatan pembelajaran terintegrasi. Subjek penelitian merupakan siswa yang terlibat dalam program pendidikan jasmani dan olahraga yang telah dirancang dengan mengintegrasikan *Positive Youth Development* (PYD) 12Cs dan *Physical Literacy*.

2) Batasan Konsep

Penelitian ini hanya akan fokus pada tiga konsep utama, yaitu model pembelajaran integrasi, *Positive Youth Development* (PYD) 12Cs, dan *Physical Literacy*. Penjelasan masing-masing konsep adalah sebagai berikut:

(1) Model Pembelajaran Integrasi

Model pembelajaran integrasi dalam penelitian ini Merujuk pada pendekatan pembelajaran yang secara sistematis mencakup berbagai aspek perkembangan remaja, termasuk aspek psikologis, sosial, dan fisik, hingga dalam aktivitas pembelajaran. Model ini dirancang untuk mengintegrasikan komponen-komponen utama *Positive Youth Development* (PYD) dan *Physical Literacy* ke dalam struktur dan proses pembelajaran sehingga mendukung perkembangan holistik peserta didik.

(2) *Positive Youth Development* (PYD) 12Cs

Positive Youth Development (PYD) adalah pendekatan yang bertujuan untuk mendukung perkembangan remaja positif melalui penguatan 12 komponen utama yang dikenal sebagai 12Cs, yaitu *Competence* (kompetensi), *Confidence* (kepercayaan diri), *Character* (karakter), *Caring* (kepedulian), *Connection* (keterhubungan), *Contribution* (kontribusi), *Crativity* (kreativitas), *Competitive* (daya saing), *Comitment* (komitmen), *Consisten* (konsisten), *Comprehenship* (menyeluruh), *Collaboration* (kolaborasi). Dalam penelitian ini, PYD 12Cs menjadi kerangka acuan untuk menilai dampak pembelajaran integrasi terhadap perkembangan psikologis, sosial, dan karakter peserta didik.

(3) *Physical Literasy* (PL)

Literasi Fisik adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi, memahami, dan melakukan aktivitas fisik dengan rasa percaya diri, kompetensi, dan motivasi sepanjang hidup. Dalam penelitian ini, Literasi

Fisik mencakup dimensi fisik (kemampuan motorik dan keterampilan gerak), kognitif (pengetahuan tentang aktivitas fisik), emosional (motivasi dan kepercayaan diri), dan sosial (interaksi dalam aktivitas fisik). Dimensi-dimensi ini akan diukur untuk menilai efektivitas pembelajaran terintegrasi terhadap kemampuan fisik dan perkembangan sosial-emosional peserta didik.

Dengan batasan konsep ini, penelitian diarahkan untuk secara spesifik menafsirkan bagaimana model pembelajaran integrasi mampu mempengaruhi PYD 12Cs dan *Physical Literacy*, tanpa memperluas cakupan ruang ke konsep-konsep lain di luar cakupan penelitian ini.

3) Batasan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rencana pembelajaran yang dilaksanakan selama 12 kali pertemuan. Penelitian ini dirancang secara spesifik untuk mendorong pengaruh pembelajaran integrasi terhadap perkembangan *Positive Youth Development* (PYD) 12Cs dan *Physical Literacy* (PL). Beberapa batasan dalam metode penelitian ini adalah sebagai berikut:

(1) Durasi dan Frekuensi Pertemuan

Penelitian ini dilakukan dalam 12 kali pertemuan dengan jadwal yang telah ditentukan. Hasil penelitian ini mungkin tidak dapat digeneralisasikan untuk program pendidikan jasmani dan olahraga yang memiliki jumlah atau frekuensi pertemuan yang berbeda-beda, seperti program dengan durasi lebih pendek atau lebih panjang.

(2) Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah siswa kelas 9 SMP Negeri 2 Leles Garut. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode simple random sampling, dengan siswa dibagi menjadi tiga kelompok: kelompok program A1 (Integrasi PYD 12Cs), A2 (Integrasi Fisik Literasi), dan A3 (Non-Integrasi). Oleh karena itu, temuan penelitian ini berlaku dalam konteks populasi dengan karakteristik usia, tahap perkembangan, dan lingkungan pendidikan yang serupa.

(3) Rancangan Eksperimen

Penelitian ini menggunakan desain kelompok kontrol pretest-posttest, yang melibatkan pengukuran awal dan akhir untuk memulai dampak intervensi. Hasil penelitian ini mencerminkan kondisi dalam pengaturan eksperimen yang terkontrol dan mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan variasi dalam pengajaran sehari-hari di berbagai sekolah dengan latar belakang yang berbeda.

(4) Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian adalah angket PYD 12Cs dan angket Physical Literacy (APLQ). Validitas dan reliabilitas instrumen ini telah diuji sebelumnya, namun instrumen ini fokus pada dimensi tertentu dari perkembangan remaja. Temuan penelitian mungkin tidak mencakup aspek lain yang tidak diukur oleh instrumen tersebut.

(5) Keterbatasan Konteks Lokal

Penelitian ini dilaksanakan dalam konteks pendidikan jasmani di SMP Negeri 2 Leles Garut, dengan fasilitas dan kondisi tertentu. Hasil penelitian ini mungkin tidak sepenuhnya relevan untuk diterapkan di sekolah dengan fasilitas, kurikulum, atau latar belakang siswa yang berbeda.

Dengan keterbatasan-batasan tersebut, penelitian ini memberikan kontribusi yang spesifik pada pemahaman mengenai pengaruh pembelajaran integrasi terhadap PYD 12Cs dan *Physical Literacy*, namun hasilnya perlu diuji lebih lanjut dalam.

4) Batasan Lokasi dan Kondisi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Leles Garut, sebuah sekolah dengan karakteristik tertentu yang dipilih karena relevansinya dengan populasi target, yaitu siswa kelas 9, serta sesuai dengan tujuan penelitian terkait pembelajaran integrasi Positive Youth Development (PYD) 12Cs dan Physical Literacy (PL). Namun, terdapat beberapa keterbatasan terkait lokasi dan kondisi penelitian, yaitu:

(1) Cakupan Lokasi

Penelitian ini terbatas pada satu sekolah, sehingga hasilnya mungkin tidak dapat sepenuhnya diaplikasikan di sekolah lain yang memiliki konteks geografis, sosial, atau kultural berbeda. Faktor seperti lokasi pedesaan atau perkotaan dapat memengaruhi efektivitas penerapan model pembelajaran yang digunakan.

(2) Fasilitas Olahraga yang Tersedia

Sekolah yang menjadi lokasi penelitian memiliki fasilitas pendidikan jasmani yang hanya memenuhi standar minimal. Keterbatasan ini berpotensi memengaruhi pelaksanaan beberapa elemen dari PYD 12Cs, terutama yang memerlukan sarana olahraga tambahan atau ruang yang lebih luas untuk mendukung variasi aktivitas fisik.

(3) Dukungan Lingkungan Sekolah

Keberhasilan penerapan pembelajaran integrasi juga dipengaruhi oleh dukungan dari lingkungan sekolah, seperti keterlibatan guru, tingkat partisipasi siswa, serta komitmen pihak sekolah. Di lokasi penelitian ini, faktor-faktor tersebut mungkin berbeda dibandingkan dengan sekolah lain yang memiliki sumber daya manusia atau budaya belajar yang lebih beragam.

(4) Karakteristik Lokal

Profil siswa di sekolah ini, seperti latar belakang sosial-ekonomi, budaya, dan kemampuan fisik, menjadi salah satu faktor yang memengaruhi hasil penelitian. Oleh karena itu, temuan penelitian ini lebih relevan untuk populasi dengan karakteristik serupa, dan mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi di sekolah dengan latar belakang siswa yang berbeda.

(5) Penyesuaian Program Pembelajaran

Dalam kondisi fasilitas yang terbatas, beberapa kegiatan yang dirancang untuk mendukung PYD 12Cs dan *Physical Literacy* memerlukan adaptasi agar dapat diterapkan. Penyesuaian ini dapat memengaruhi hasil

pembelajaran, sehingga efektivitas program mungkin berbeda di sekolah dengan fasilitas yang lebih lengkap atau dengan kebutuhan yang berbeda. Dengan mempertimbangkan batasan-batasan ini, penelitian memberikan wawasan yang spesifik mengenai implementasi pembelajaran integrasi PYD 12Cs dan *Physical Literacy* di sekolah dengan kondisi serupa. Namun, untuk memastikan hasil yang lebih universal, diperlukan penelitian lebih lanjut di berbagai lokasi dengan fasilitas dan lingkungan yang berbeda.

5) Batasan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam periode satu semester, yang melibatkan penerapan program pembelajaran integrasi *Positive Youth Development* (PYD) 12Cs dan *Physical Literacy* (PL). Rentang waktu ini membatasi cakupan hasil penelitian, dengan beberapa aspek penting yang perlu diperhatikan, yaitu:

(1) Durasi Intervensi

Intervensi pembelajaran yang dilakukan hanya berlangsung selama 12 kali pertemuan. Batasan durasi ini membuat penelitian lebih terfokus pada pengamatan perubahan yang terjadi dalam waktu singkat setelah program dilaksanakan, tanpa mengevaluasi efek jangka panjangnya.

(2) Fokus pada Dampak Jangka Pendek

Penelitian ini dirancang untuk mengukur hasil yang dapat diamati dalam waktu dekat. Perubahan yang terdeteksi cenderung mencerminkan respons awal siswa terhadap intervensi, sehingga hasil penelitian belum mencakup pengaruh yang mungkin berkembang seiring waktu, seperti kebiasaan jangka panjang atau perkembangan berkelanjutan.

(3) Keterbatasan dalam Mengukur Dampak Jangka Panjang

Karena durasi penelitian yang terbatas, penelitian ini tidak mampu mengevaluasi efek berkelanjutan dari program pembelajaran, misalnya dalam hal bagaimana siswa mempertahankan atau meningkatkan komponen PYD 12Cs atau *Physical Literacy* setelah intervensi selesai. Dampak jangka panjang, seperti pembentukan karakter atau kebiasaan aktif, memerlukan pengamatan lebih lanjut dalam periode waktu yang lebih panjang.

(4) Relevansi Hasil pada Waktu Singkat

Hasil penelitian ini memberikan gambaran yang relevan terhadap dampak program pembelajaran integrasi dalam jangka waktu pendek. Namun, hasil ini mungkin belum mencerminkan proses pengembangan yang membutuhkan waktu lebih lama, seperti pembentukan kompetensi fisik atau penguatan nilai-nilai tertentu dalam diri siswa.

(5) Terbatasnya Penyesuaian Program

Dengan durasi yang singkat, rancangan dan pelaksanaan program harus dilakukan secara terstruktur untuk memastikan seluruh komponen PYD 12Cs dan *Physical Literacy* dapat diimplementasikan secara optimal. Batasan waktu ini membuat fleksibilitas dalam menyesuaikan program menjadi lebih terbatas dibandingkan penelitian dengan durasi lebih panjang.

Meskipun terbatas pada jangka waktu satu semester, penelitian ini memberikan informasi penting mengenai dampak langsung dari pembelajaran integrasi PYD 12Cs dan *Physical Literacy*. Untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif tentang pengaruh program ini dalam jangka panjang, diperlukan studi lanjutan dengan periode penelitian yang lebih luas.

6) Batasan Pengukuran

Penelitian ini menggunakan instrumen tertentu yang telah divalidasi untuk menilai perkembangan komponen Positive Youth Development (PYD) 12Cs dan Physical Literacy (PL). Meskipun instrumen ini dirancang agar relevan dengan konteks siswa sekolah menengah, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan:

(1) Aspek Dimensi yang Diukur

Instrumen yang digunakan hanya mencakup dimensi tertentu dari PYD 12Cs dan PL yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah menengah. Namun, dimensi yang lebih luas, seperti aspek yang bersifat lebih abstrak

atau membutuhkan waktu observasi lebih lama, mungkin tidak sepenuhnya terakomodasi dalam pengukuran ini.

(2) Validitas Konteks

Validitas instrumen ini telah diuji, tetapi lebih relevan untuk populasi siswa dengan karakteristik tertentu. Penerapannya pada siswa dengan konteks berbeda, seperti kelompok usia lebih muda, latar belakang budaya yang beragam, atau variasi tingkat kemampuan fisik, mungkin memerlukan adaptasi untuk menjaga akurasi hasil.

(3) Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan angket sebagai instrumen utama, yang mengandalkan jawaban siswa. Hal ini berpotensi menghasilkan bias, terutama jika siswa kurang memahami pertanyaan atau memberikan jawaban yang tidak sepenuhnya mencerminkan keadaan sebenarnya. Selain itu, pendekatan ini mungkin tidak optimal dalam menangkap komponen yang memerlukan pengamatan langsung, seperti kemampuan fisik atau interaksi sosial selama aktivitas.

(4) Keterbatasan Pengukuran Holistik

Fokus pengukuran pada aspek tertentu dari PYD 12Cs dan PL dapat mengesampingkan dimensi yang lebih menyeluruh. Misalnya, hubungan antara berbagai komponen PYD 12Cs atau dampaknya terhadap kesejahteraan emosional siswa mungkin tidak sepenuhnya terukur dalam penelitian ini.

(5) Ketergantungan pada Instrumen Standar

Meskipun penggunaan instrumen terstandar memastikan keandalan dan konsistensi data, hal ini membatasi fleksibilitas dalam menyesuaikan pengukuran dengan kebutuhan penelitian. Beberapa komponen mungkin memerlukan instrumen tambahan yang dirancang khusus untuk menggali data secara lebih mendalam.

Dengan batasan tersebut, penelitian ini memberikan hasil yang fokus dan relevan untuk mengukur perkembangan PYD 12Cs dan PL pada siswa sekolah

menengah. Namun, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih menyeluruh, diperlukan penelitian lanjutan dengan instrumen dan metode pengukuran yang lebih variatif serta kontekstual.

1.6 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang penulis ajukan adalah

- 1) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran integrasi PYD dengan kelompok pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy*, dan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 2) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 3) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 4) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan PYD 12Cs.
- 5) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy*, dan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *Physical Literacy*.
- 6) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PY dengan pembelajaran terintegrasi *Physical Literacy* terhadap peningkatan *Physical Literacy*.
- 7) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi PYD dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *Physical Literacy*.
- 8) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok pembelajaran terintegrasi dengan kelompok non-integrasi terhadap peningkatan *Physical Literacy*.

1.7 Struktur Organisasi Penelitian

- 1) Bab I: Bagian pendahuluan: Dalam bagian ini, peneliti menguraikan latar belakang dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini didasari oleh meningkatnya kasus kenakalan remaja, seperti kekerasan seksual, perundungan, geng motor, konfrontasi, dan tindakan kriminal di kalangan remaja, baik di sekolah maupun dalam konteks olahraga. Kemudian kurangnya kesadaran kontribusi siswa pada partisipasi aktif dalam aktivitas fisik, kesulitan dalam berpartisipasi dalam aktivitas fisik, kurangnya motivasi, keterampilan, dan pengetahuan yang menghambat keterlibatan remaja dalam aktivitas fisik. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan pembelajaran yang mengintegrasikan prinsip pengembangan pemuda (PYD) 12Cs dan *physical literacy*, sehingga remaja dapat menemukan peluang dalam menghadapi masalah mereka dengan cara yang positif dan dapat menanggapi tantangan zaman. Peneliti mengajukan solusi untuk meningkatkan pengembangan pemuda yang positif (PYD) dan *physical literacy* melalui pendidikan jasmani dan olahraga melalui program yang terintegrasi *positive youth development* 12Cs dan *physical literacy*, dengan kelompok pembanding berupa program non-integrasi, terdapat 8 rumusan masalah yang diajukan. Secara keseluruhan, ditemukan perbedaan pengaruh dari pendidikan jasmani dan olahraga yang terintegrasi terhadap PYD 12 Cs dan *physical literacy*.
- 2) Bab II: Bagian kajian teori: Di bagian ini, peneliti menguraikan berbagai teori pendukung yang berkaitan dengan pengembangan PYD 12 Cs, definisi *physical literacy* menurut berbagai ahli, dan perkembangan *physical literacy*. Bagian ini juga mencakup literatur terkait pengembangan pemuda yang positif dan *physical literacy*, termasuk dimensi-dimensi dari keduanya. Selain itu, bab ini menampilkan penelitian sebelumnya, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian.
- 3) Bab III: Bagian Metodologi penelitian : Pada bagian ini, dijelaskan bahwa metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain *Pretest-Posttest Control Group Design* yang melibatkan lebih dari satu kelompok eksperimen. Dalam penelitian ini, variabel terikatnya adalah Pendidikan jasmani dan olahraga, sedangkan variabel bebasnya adalah PYD

12Cs dan *physical literacy*. Populasi penelitian terdiri dari siswa kelas 9A hingga 9C di SMP Negeri 2 Leles sebanyak 89 orang. Sampel penelitian berjumlah 30 orang, yang diambil melalui simple random sampling (pemilihan sampel di mana setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih). Pemilihan dilakukan dengan menggunakan undian untuk menentukan sampel terpilih tanpa membedakan. Sampel dibagi menjadi tiga kelompok: A1 (kelompok integrasi PYD 12Cs), A2 (kelompok integrasi *physical literacy*), A3 (kelompok non-integrasi). Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample T-test*, uji *ANOVA one-way*, dan uji *independent sample T-test*.

- 4) Bab IV: Bagian Temuan dan Pembahasan : Pada bagian ini, dijelaskan tentang hasil penelitian yang telah dilakukan, termasuk ringkasan data statistik dan uji prasyarat pengolahan data. Uji prasyarat meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Jika data yang digunakan terdistribusi normal dan homogen, pengolahan data dilanjutkan dengan uji parametrik. Dalam penelitian ini, data menunjukkan distribusi normal dan homogen, sehingga uji parametrik diterapkan. Pengolahan data dilakukan dengan uji *paired sample T-test* untuk menganalisis pengaruh *pre-test* terhadap *post-test*. Hasilnya menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara *pre-test* dan *post-test* pada variabel PYD 12Cs serta variabel *physical literacy*. Selain itu, *ANOVA one-way* dan uji *independent sample T-test* digunakan untuk mengevaluasi perbedaan pengaruh antar kelompok sampel, yang juga menunjukkan perbedaan pengaruh yang signifikan antar kelompok. Selanjutnya, bagian ini membahas diskusi temuan, termasuk peningkatan skor rata-rata pada setiap komponen variabel PYD 12Cs dan *physical literacy* di masing-masing kelompok.
- 5) Bab V: Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi: Dalam bagian ini, dijelaskan tentang kesimpulan dari hasil penelitian. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa program integrasi memberikan dampak yang paling signifikan terhadap variabel PYD 12Cs dan *physical literacy*. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan prinsip integrasi dalam Pendidikan jasmani dan olahraga harus dijadikan strategi utama untuk mendukung perkembangan remaja dan mempersiapkan mereka menghadapi tantangan global di masa depan.