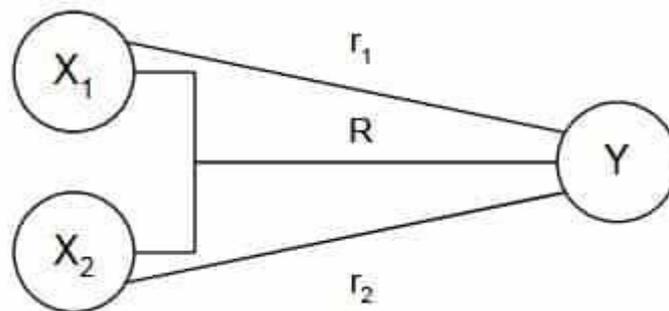


## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1 Hasil Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dan salah satu pendekatannya yaitu kuantitatif. Menurut Fraenkel, Jack, R., and Wallen (2022) bahwa metode kuantitatif untuk penelitian berkonsentrasi pada data numerik dan statistik dan menggunakan data dalam bentuk skor. Dalam penelitian ini menggunakan penelitian korelasional, fokus utama dari penelitian korelasional adalah mencari hubungan atau asosiasi diantara variabel- variabel (Fraenkel, Jack, R., and Wallen, 2022). Masalah/paradigma yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tiga variabel, yaitu sebagai berikut:



**Gambar 3. 1 Desain Korelasi Berganda**

Keterangan:

$X_1$  = *Physical Literacy* (Variabel Bebas)

$X_2$  = *Physical Activity* (Variabel Bebas)

$Y$  = *Kebugaran Jasmani* (Variabel Terikat)

$r_1$  = Koefisien korelasi sederhana antara variabel  $X_1$  dengan  $Y$

$r_2$  = Koefisien korelasi sederhana antara variabel  $X_2$  dengan  $Y$

$R$  = Koefisien korelasi ganda (*multiple correlation coefficient*)

## **3.2 Populasi dan Sampel**

### **3.2.1 Populasi**

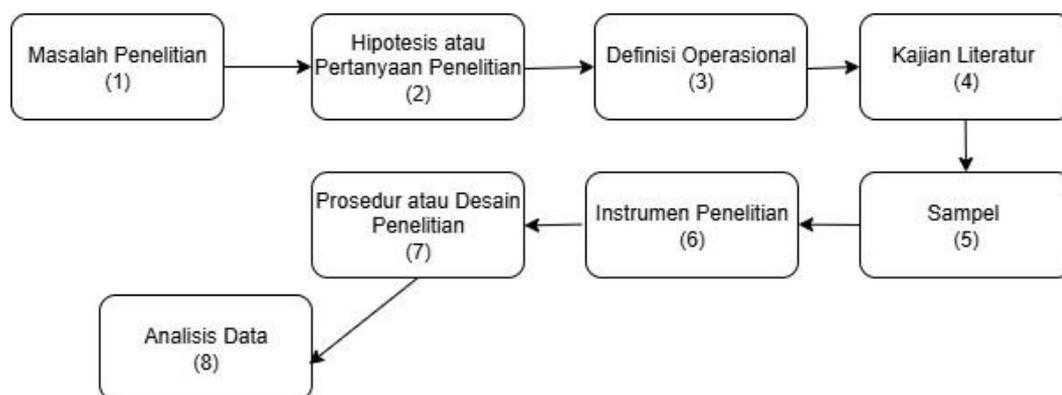
Fraenkel, Jack, R., and Wallen, (2022;106) mendefinisikan populasi sebagai keseluruhan kelompok individu yang akan menjadi perhatian peneliti. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa kelas X di SMA Negeri 4 Cimahi.

### **3.2.2 Sampel**

Sampel merupakan sekelompok individu yang diambil dari populasi dan menjadi sumber pengumpulan data dalam sebuah penelitian (Fraenkel, Jack, R., and Wallen, 2022;106). Penelitian diambil dari populasi tersebut menggunakan teknik simple random sampling, yaitu metode pengambilan sampel secara acak sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai responden. Teknik ini dipilih untuk meminimalisasi bias seleksi dan meningkatkan keterwakilan sampel terhadap populasi. Berdasarkan kriteria penelitian korelasional yang dijelaskan oleh Fraenkel, Jack, R., and Wallen, (2022;109) ukuran sampel minimal adalah 30 responden, namun penelitian ini melibatkan sebanyak 69 siswa untuk meningkatkan keandalan hasil penelitian.

### **3.2.3 Desain Penelitian Kuantitatif Korelasional**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Menurut Fraenkel, Jack, R., and Wallen, (2022;324) penelitian korelasional adalah suatu pendekatan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antar dua atau lebih variabel tanpa melakukan manipulasi atau perlakuan khusus terhadap variabel-variabel tersebut. Pendekatan ini sesuai digunakan ketika peneliti ingin mengetahui kekuatan dan arah hubungan antar variabel sebagaimana yang diteliti dalam penelitian ini, yaitu antara *physical literacy*, *physical activity*, dan tingkat kebugaran jasmani. Penelitian korelasional dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui hubungan antara literasi fisik dan aktivitas fisik terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa di SMA Negeri 4 Cimahi. Dengan demikian, desain penelitian yang diusulkan sebagai pedoman dalam melakukan penelitian ini ditampilkan pada gambar di bawah:



**Gambar 3. 2 Desain Kuantitatif Korelasional**

### 3.3 Teknik Pengumpulan Data

Kuesioner dalam penelitian ini merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam bentuk pernyataan-pernyataan yang diisi langsung oleh responden. Fraenkel, Jack, R., and Wallen, (2022;117) menjelaskan bahwa kuesioner adalah serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden mengenai sikap, persepsi, atau karakteristik tertentu. Dalam penelitian ini, kuesioner menggunakan skala Likert 1 sampai 5 untuk mengukur tingkat respon peserta didik terhadap setiap pernyataan yang diajukan. Skala likert adalah salah satu skala pengukuran yang paling umum digunakan untuk mengukur sikap atau persepsi individu terhadap suatu objek, di mana responden diminta untuk memberikan jawaban berdasarkan tingkat persetujuan mereka (Fraenkel, Jack, R., and Wallen, 2022;118) Adapun kategori jawaban dalam skala likert terdiri dari: 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = netral, 4 = setuju, dan 5 = sangat setuju. Penggunaan skala ini memudahkan peneliti dalam mengukur kecenderungan sikap atau persepsi dari responden.

Dalam penelitian ini, kuesioner *perceived physical literacy instrument* (PPLI) digunakan untuk mengukur tingkat literasi fisik peserta didik, sedangkan *global physical activity questionnaire* (GPAQ) digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik peserta didik. Selain instrumen kuesioner, penelitian ini juga menggunakan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN) sebagai alat ukur tingkat kebugaran jasmani peserta didik. TKPN dilakukan secara langsung melalui serangkaian tes kebugaran yang terdiri dari *v sit and reach* (untuk mengukur

fleksibilitas), *sit up* (untuk mengukur kekuatan otot perut), *squat thrust* (untuk mengukur kekuatan dan daya tahan otot), serta *pacet test* (untuk mengukur daya tahan kardiorespirasi). Penilaian hasil TKPN mengacu pada pedoman pelaksanaan kemenpora (2022) di mana nilai skor dengan  $<1$  dikategorikan kurang sekali, nilai skor 1-1,9 dikategorikan kurang, nilai skor 2-2,9 dikategorikan cukup, nilai skor 3-3,9 dikategorikan baik dan nilai skor  $>4$  dikategorikan baik sekali.

### 3.3.1 Instrument *Physical Literacy*

Sementara itu, angket literasi fisik (*physical literacy*) pada penelitian menggunakan *perceived physical literacy instrument* (PPLI) pada remaja yang dikembangkan oleh (Gandrieau et al., 2023) yang terdiri dari empat komponen antara lain yaitu:

3.3.1.1 kemampuan komunikasi dan interaksi sosial (Dimensi Sosial)

3.3.1.2 Sikap positif terhadap olahraga dan aktivitas fisik (Dimensi Afektif)

3.3.1.3 keterampilan motorik dan kontrol lingkungan (Dimensi Fisik)

3.3.1.4 pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik dan kesehatan (Dimensi Kognitif)

Adapun setiap item pertanyaan peneliti reduksi kembali agar sesuai dan relevan dengan apa yang hendak diukur dan untuk kisi-kisi *instrumen physical literacy*, akan disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 3. 1 *Perceived Physical Literacy Instrument* (PPLI)**

Variabel	Indikator	Item	Total
<i>Physical Literacy</i>	Kemampuan komunikasi dan interaksi sosial (Dimensi Sosial)	1. Saya memiliki keterampilan komunikasi yang kuat	2
		2. Saya memiliki keterampilan Sosial yang kuat	
	Sikap positif terhadap olahraga dan aktivitas fisik (Dimensi Afektif)	1. Saya memiliki sikap positif dan minat terhadap olahraga	2
		2. Saya menghargai diri sendiri atau orang lain yang berolahraga	
	Keterampilan motorik dan kontrol	1. Saya dapat menerapkan keterampilan motorik yang telah dipelajari ke dalam aktivitas fisik lainnya	2

Maksi Nur Irman, 2025

HUBUNGAN ANTARA PHYSICAL LITERACY DAN PHYSICAL ACTIVITY DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DI SMA NEGERI 4 CIMAHI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	lingkungan (Dimensi Fisik)	2. Saya memiliki keterampilan manajemen diri untuk kebugaran	
	Pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik dan kesehatan (Dimensi Kognitif)	1. Saya memiliki keterampilan evaluasi diri untuk kesehatan	2
		2. Saya mampu menerapkan pengetahuan Pendidikan Jasmani dalam jangka panjang	
Jumlah Total			8

### 3.3.2 Instrument *Physical Activity*

Untuk instrumen *physical activity* yaitu dengan menggunakan *global physical activity questionnaire* (GPAQ) yang dikembangkan oleh WHO untuk pengawasan aktivitas fisik di berbagai negara. Kuesioner ini mengumpulkan informasi tentang partisipasi aktivitas fisik dalam tiga pengaturan (atau domain) serta perilaku tidak aktif, yang terdiri dari 16 pertanyaan (P1-P16). Domain tersebut adalah:

3.4.1 Aktivitas di tempat kerja

3.4.2 Bepergian ke dan dari berbagai tempat

3.4.3 Kegiatan rekreasi

Adapun setiap item pertanyaan peneliti sesuaikan agar relevan dengan apa yang hendak diukur dan untuk kisi-kisi instrumen *physical activity*, akan disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 3. 2 *Global Physical Activity Queisioner* (GPAQ)**

Aktivitas Fisik		
No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah pekerjaan Anda melibatkan aktivitas fisik dengan intensitas tinggi yang menyebabkan peningkatan besar dalam pernapasan atau detak jantung, seperti [ <i>mengangkat atau membawa beban berat, menggali, atau pekerjaan konstruksi</i> ] selama setidaknya 10 menit terus-menerus?	YA / TIDAK
2	Dalam satu minggu biasa, berapa hari Anda melakukan aktivitas dengan intensitas tinggi sebagai bagian dari pekerjaan Anda?	..... Hari dalam Seminggu

Maksi Nur Irman, 2025

HUBUNGAN ANTARA PHYSICAL LITERACY DAN PHYSICAL ACTIVITY DENGAN TINGKAT  
KEBUGARAN JASMANI DI SMA NEGERI 4 CIMAHI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3	Berapa lama Anda menghabiskan waktu untuk melakukan aktivitas dengan intensitas tinggi di tempat kerja pada hari biasa?	..... Jam ..... Menit
4	Apakah pekerjaan Anda melibatkan aktivitas dengan intensitas sedang yang menyebabkan peningkatan kecil dalam pernapasan atau detak jantung, seperti berjalan cepat [ <i>atau membawa beban ringan</i> ] selama setidaknya 10 menit terus-menerus?	YA / TIDAK
5	Dalam satu minggu biasa, berapa hari Anda melakukan aktivitas dengan intensitas sedang sebagai bagian dari pekerjaan Anda?	..... Hari dalam Seminggu
6	Berapa lama Anda menghabiskan waktu untuk melakukan aktivitas dengan intensitas sedang di tempat kerja pada hari biasa?	.....Jam ..... Menit
7	Apakah Anda berjalan kaki atau menggunakan sepeda (sepeda kayuh) selama setidaknya 10 menit terus-menerus untuk bepergian dari dan ke suatu tempat?	YA / TIDAK
8	Dalam satu minggu biasa, berapa hari Anda berjalan kaki atau bersepeda selama setidaknya 10 menit terus-menerus untuk bepergian dari dan ke suatu tempat?	..... Hari dalam Seminggu
9	Berapa lama Anda menghabiskan waktu untuk berjalan kaki atau bersepeda dalam perjalanan pada hari biasa?	.....Jam ..... Menit
10	Apakah Anda melakukan olahraga, kebugaran, atau aktivitas rekreasi dengan intensitas tinggi yang menyebabkan peningkatan besar dalam pernapasan atau detak jantung, seperti [ <i>lari atau sepak bola,</i> ] selama setidaknya 10 menit terus-menerus?	YA / TIDAK
11	Dalam satu minggu biasa, berapa hari Anda melakukan olahraga, kebugaran, atau aktivitas rekreasi dengan intensitas tinggi?	..... Hari dalam Seminggu
12	Berapa lama Anda menghabiskan waktu untuk melakukan olahraga, kebugaran, atau aktivitas rekreasi dengan intensitas tinggi pada hari biasa?	.....Jam ..... Menit
13	Apakah Anda melakukan olahraga, kebugaran, atau aktivitas rekreasi dengan intensitas sedang yang menyebabkan peningkatan kecil dalam pernapasan atau detak jantung, seperti berjalan cepat, bersepeda, berenang, atau voli, selama setidaknya 10 menit terus-menerus?	YA / TIDAK
14	Dalam satu minggu biasa, berapa hari Anda melakukan olahraga, kebugaran, atau aktivitas rekreasi dengan intensitas sedang?	..... Hari dalam Seminggu
15	Berapa lama Anda menghabiskan waktu untuk melakukan olahraga, kebugaran, atau aktivitas rekreasi dengan intensitas sedang pada hari biasa?	.....Jam ..... Menit

16	Berapa lama biasanya Anda menghabiskan waktu duduk atau berbaring pada hari biasa?	.....Jam ..... Menit
----	--	----------------------

### 3.3.3 Instrumen Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN)

Untuk instrumen kebugaran jasmani menggunakan tes kebugaran pelajar nusantara (TKPN) yang dikembangkan oleh kementerian pemuda dan olahraga republik indonesia. Disini saya akan melakukan pengetesan kepada siswa yang ada di SMAN 4 Cimahi dengan 4 Komponen diantaranya:

#### 3.3.3.1 *V SIT REACH TEST*

##### A. Penjelasan

*V Sit and reach* adalah versi modifikasi dari tes *sit and reach* yang mengukur fleksibilitas otot hamstring dan punggung.

##### B. Tujuan

Untuk meregangkan tubuh di area sendi yang lebar guna mengukur seberapa baik seseorang menyesuaikan diri dengan semua aktivitas.

##### C. Alat

1. Garis/pita
2. Meteran/penggaris

##### D. Pelaksanaan

1. Carilah lantai yang datar dan ikat pita atau tali selebar satu meter.
2. Sebagai titik 0 (nol), instruksikan peserta untuk duduk dengan kedua tumit terikat pada pita atau tali.
3. Bentuk huruf V, atau sekitar 30 cm, dengan kaki selebar bahu dan lutut lurus.
4. Letakkan meteran atau penggaris di antara kedua kaki setiap orang.
5. Setelah meteran atau penggaris terpasang, perlahan-lahan dekatkan kedua tangan lalu raih sejauh mungkin di sepanjang meteran/penggaris.
6. Setelah mencapai titik terjauh, bertahanlah di sana selama sekitar tiga detik.
7. Hitung hasil jangkauan dari pita atau garis yang dibuat.

Jarak negatif sebelum pita atau garis dan positif setelahnya

##### E. Penilaian

Setelah tiga kali mencoba, catat hasilnya dengan jangkauan terjauh.

Maksi Nur Irman, 2025

**HUBUNGAN ANTARA PHYSICAL LITERACY DAN PHYSICAL ACTIVITY DENGAN TINGKAT  
KEBUGARAN JASMANI DI SMA NEGERI 4 CIMAHI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### 3.3.3.2 SIT UP 60 DETIK

#### A. Penjelasan

Salah satu jenis latihan yang melatih otot perut adalah *sit-up*. Latihan ini dilakukan dengan berbaring telentang, menekuk lutut, lalu mengangkat tubuh ke atas.

#### B. Tujuan

Untuk mengukur ketahanan dan kekuatan otot perut. Kestabilan otot inti tubuh bergantung pada kekuatan dan ketahanan otot perut.

#### C. Alat

1. Matras
2. *Stopwatch*

#### D. Pelaksanaan

1. Siapkan matras atau permukaan lain yang lembut dan aman.
2. Peserta duduk di matras dengan lutut ditekuk, kaki dipegang oleh peserta lain, dan telapak kaki menempel rata di lantai.
3. Kedua lengan dilipat dengan aman di dada.
4. Saat perintah 'Mulai' diberikan, peserta menurunkan tubuh hingga punggung menyentuh lantai, lalu mengangkat tubuh hingga siku menyentuh paha.
5. Lakukan gerakan tersebut lagi selama 60 detik.

#### E. Penilaian:

1. Hasil tes adalah gerakan *sit-up*.
2. Lembar penilaian mencatat gerakan *sit-up* selama 60 detik.

### 3.3.3.3 SQUAT THRUST 30 DETIK

#### A. Penjelasan

Menggabungkan gerakan berdiri, jongkok, *push-up*, dan berdiri lagi dikenal sebagai *squat thrust*.

#### B. Tujuan

Untuk menilai kapasitas seseorang dalam hal kekuatan, stamina, keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan.

#### C. Alat

1. *Stopwatch*

2. matras atau lantai datar antiselip

D. Pelaksanaan

1. Peserta tes *squat thrush* memulai dengan meletakkan tangan di samping tubuh dan berdiri tegak dengan jarak selebar bahu.
2. Peserta memulai dengan berdiri, squat, meletakkan tangan di lantai di depan kaki, meletakkan beban tubuh di kedua lengan, mendorong kaki ke belakang seperti *push-up*, kemudian kembali ke posisi squat sebelum melompat kembali ke posisi berdiri awal saat perintah "Mulai" diberikan.
3. Jika gerakan dimulai dalam posisi berdiri dan berakhir dalam posisi berdiri lagi, maka gerakan dianggap sempurna.
4. Ulangi selama tiga puluh detik.
5. Isi lembar penilaian dengan hasil tes.

E. Penilaian:

1. Hasil tes berupa gerakan squat push yang sempurna.
2. Lembar penilaian mencatat gerakan squat push yang sempurna selama 30 detik.

### 3.3.3.4 PACER TEST

A. Penjelasan

Tes *progressive aerobic cardiovascular endurance run* (PACER) mengukur daya tahan kardiovaskular dengan meminta peserta berlari 20meter maju mundur dengan kecepatan lebih cepat setiap menit sambil mengikuti ritme yang ditetapkan. Tes ini terkadang disebut sebagai tes bunyi bip atau variasi dari tes bunyi bip.

B. Tujuan

Untuk menentukan kapasitas fungsional maksimum jantung dan paru-paru

C. Alat

1. *Stopwatch*
2. Meteran
3. Lintasan minimal 25meter
4. Cone/Kerucut
5. Peralatan pemutar audio (*sound system*)

Maksi Nur Irman, 2025

**HUBUNGAN ANTARA PHYSICAL LITERACY DAN PHYSICAL ACTIVITY DENGAN TINGKAT  
KEBUGARAN JASMANI DI SMA NEGERI 4 CIMAHI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 6. Lembar Penilaian

## 7. Alat Tulis

### D. Pelaksanaan

1. Mendirikan area lari sepanjang 20meter dengan tambahan sepanjang 2,5meter pada setiap ujung area tes.

2. Tes area menyediakan lintasan lari minimal satu meter untuk setiap orang yang diberi tanda dengan kerucut atau penanda lain.

Dalam tanda anda, bersiap-siap, mulai, dan peserta mulai berlari pada lintasan yang telah ditentukan oleh suatu usaha yang menekankan kecepatannya sesuai dengan irama audio.

3. Peserta berlari dari garis awal ke garis akhir dengan satu kaki yang menandakan garis akhir sebelum bunyi "TING".

4. Pada hari "TING" peserta harus beristirahat dan kembali ke ujung garis yang lain.

Jika seseorang mencapai garis sebelum bunyi "TING", ia harus tetap di sana sampai bunyi "TING" hilang dan kemudian melanjutkan ke ujung yang lain.

5. Peserta terus berlari ke ujung garis lainnya dengan mempercepat laju sesuai irama audio saat kalimat level suara berubah (akhir level).

6. Hingga mereka menyelesaikan ujian atau gagal atau melewati garis finis dua kali, peserta terus berlari maju mundur dari garis *start* ke garis finis.

### E. Penilaian:

Setelah orang tersebut gagal atau terlambat dua kali, catat hasil tes kecepatannya.

## 3.4 Prosedur Analisis Data

Prosedur penelitian analisis data adalah langkah-langkah yang dilakukan untuk mengolah data menjadi informasi yang bermanfaat dan mudah dipahami. Prosedur ini terdiri dari dua tahap, yaitu pengolahan data dan analisis data. Berikut Langkah-langkah dalam prosedur penelitian analisis data:

### 3.4.1 Pengolahan Data

Tahap ini bertujuan untuk menyusun data yang telah dikumpulkan dengan baik dan rapi. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini, antara lain:

3.4.1.1 Penyuntingan, yaitu memeriksa daftar pertanyaan yang dikembalikan responden

3.4.1.2 Pengkodean, yaitu memberikan simbol atau tanda berupa angka terhadap jawaban responden

3.4.1.3 Tabulasi, yaitu menyusun dan menghitung data dari hasil pengkodean.

### **3.4.2 Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik statistik deskriptif dan inferensial untuk mengetahui gambaran umum data dan menguji hubungan antar variabel penelitian. Fraenkel, Jack, R., and Wallen (2022;180) menjelaskan bahwa analisis statistik dalam penelitian kuantitatif berfungsi untuk mengorganisasikan, meringkas, serta menginterpretasikan data agar dapat ditarik kesimpulan secara objektif dan sistematis.

#### **3.4.2.1 Metode Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai data hasil penelitian. Fraenkel, Jack, R., and Wallen (2022;180) menyatakan bahwa statistik deskriptif digunakan untuk menyederhanakan data numerik dalam bentuk ukuran-ukuran seperti mean (rata-rata), median, modus, standar deviasi, dan rentang skor. Dalam penelitian ini, analisis deskriptif dilakukan terhadap variabel *physical literacy*, *physical activity*, dan tingkat kebugaran jasmani untuk mengetahui nilai rata-rata, standar deviasi, skor minimum, dan maksimum. Hasil analisis ini digunakan untuk memahami karakteristik data sebelum dilakukan analisis lebih lanjut.

#### **3.4.2.2 Uji Normalitas Data**

Sebelum melakukan uji hubungan antar variabel, perlu dipastikan bahwa data memiliki distribusi normal. Fraenkel, Jack, R., and Wallen (2022;181) menjelaskan bahwa uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data mengikuti distribusi normal yang dicirikan dengan bentuk kurva lonceng (bellshaped curve) yang simetris. Uji normalitas dapat dilakukan dengan berbagai metode, seperti analisis grafik histogram, normal probability plot, atau menggunakan uji statistik seperti Kolmogorov-Smirnov atau Shapiro-Wilk. Data

yang berdistribusi normal menjadi syarat penting untuk penggunaan teknik analisis korelasi Pearson dan analisis korelasi berganda.

#### 3.4.2.3 Uji Korelasi Sederhana

Setelah data memenuhi asumsi normalitas, dilakukan uji korelasi sederhana menggunakan *pearson product moment*. Fraenkel, Jack, R., and Wallen (2022;330) menyatakan bahwa uji Pearson digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan linier antara dua variabel yang berskala interval atau rasio.

Dalam penelitian ini, uji korelasi sederhana digunakan untuk mengetahui hubungan antara:

1. Hubungan *physical literacy* dengan tingkat kebugaran jasmani
2. Hubungan *physical activity* dengan tingkat kebugaran jasmani

Hasil uji korelasi dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi ( $r$ ) dengan nilai antara -1 sampai +1. Nilai positif menunjukkan hubungan searah, nilai negatif menunjukkan hubungan berlawanan arah, sedangkan nilai mendekati 0 menunjukkan tidak ada hubungan. Interpretasi kekuatan hubungan mengacu pada Fraenkel et al. (2018:334) sebagai berikut:

1.  $r < 0,35$  = Hubungan lemah
2.  $r 0,40 - 0,60$  = Hubungan sedang
3.  $r \geq 0,65$  = Hubungan kuat
4. Tingkat signifikansi ditetapkan pada  $\alpha = 0,05$ .

#### 3.4.2.4 Uji Korelasi Berganda

Selain uji korelasi sederhana, penelitian ini juga menggunakan analisis korelasi berganda (*multiple correlation*) untuk mengetahui hubungan simultan antara dua variabel prediktor (*physical literacy* dan *physical activity*) terhadap variabel kriteria (tingkat kebugaran jasmani). Fraenkel, Jack, R., and Wallen (2022;329) menjelaskan bahwa korelasi berganda mengukur kekuatan hubungan gabungan dua atau lebih variabel prediktor dengan satu variabel kriteria.

Hasil uji korelasi berganda dinyatakan dengan koefisien R, dengan interpretasi:

1. R mendekati 0 = Hubungan sangat lemah
2. R mendekati 1 = Hubungan sangat kuat