Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek)
Volume 13, Nomor 1, Januari 2026

PENGARUH ASPEK AFEKTIF DAN PSIKOMOTOR DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP KESEHATAN SISWA: ANALISIS SEM-PLS

Karisdha Pradityana
Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Terbuka
Alamat: Jl. Pd. Cabe Raya, Pd. Cabe Udik, Kec. Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten 15437
E-mail: karisdhapradityana@ecampus.ut.ac.id

Abstract: *This study aims to analyze the influence of affective and psychomotor aspects in physical education learning on student health through the Partial Least Square Structural Equation Modeling approach. The research design used a quantitative survey method with a five-point Likert scale questionnaire instrument consisting of 12 statements. The research sample was school students who participated in physical education learning. Data were analyzed using SmartPLS with the stages of measurement model testing and structural model testing. The results showed that all constructs were valid and reliable with an AVE value of >0.5 and Composite Reliability >0.7. The R^2 value of student health was 0.704 which is categorized as strong. Bootstrapping analysis revealed that affective (p = 0.000) and psychomotor (p = 0.001) aspects had a significant positive effect on student health. These findings confirm that physical education that emphasizes both affective and psychomotor aspects can make a real contribution to improving student health. Physical education teachers should foster positive attitudes and vary physical activities so that students become healthy and fit.*

Keywords: *Physical Education; Affective; Psychomotor; Student Health; SEM-PLS.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh aspek afektif dan psikomotor dalam pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kesehatan siswa melalui pendekatan Partial Least Square Structural Equation Modeling. Desain penelitian menggunakan metode survei kuantitatif dengan instrumen kuesioner skala Likert lima poin yang terdiri atas 12 butir pernyataan. Sampel penelitian adalah siswa sekolah yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Data dianalisis menggunakan SmartPLS dengan tahapan uji model pengukuran dan uji model struktural. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua konstruk valid dan reliabel dengan nilai AVE >0,5 dan Composite Reliability >0,7. Nilai R^2 kesehatan siswa sebesar 0,704 yang termasuk kategori kuat. Analisis bootstrapping mengungkapkan bahwa aspek afektif (p = 0,000) dan psikomotor (p = 0,001) berpengaruh positif signifikan terhadap kesehatan siswa. Temuan ini menegaskan bahwa pendidikan jasmani yang menekankan aspek afektif maupun psikomotor dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kesehatan siswa. Guru PJOK sebaiknya menumbuhkan sikap positif dan memvariasikan aktivitas fisik agar siswa menjadi sehat dan bugar.

Kata Kunci: : Pendidikan Jasmani; Afektif; Psikomotor; Kesehatan Siswa; SEM-PLS.

Pendidikan jasmani di sekolah memiliki peran penting dalam membentuk kesehatan fisik, mental, dan social siswa. UNESCO melalui International *Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport* menegaskan bahwa aktivitas jasmani adalah hak dasar setiap anak dan bagian integral dari pendidikan yang berkualitas. Pendidikan jasmani tidak hanya memberikan pengalaman gerak, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan sikap, motivasi, dan perilaku sehat jangka Panjang (Moldavan et al., 2022). Sejumlah penelitian menekankan bahwa pengalaman belajar yang bermakna dalam pendidikan jasmani dapat mendorong siswa untuk lebih aktif secara fisik sepanjang hayat (Dismore & Bailey, 2011; Fairclough & Stratton, 2005). Keterlibatan siswa tidak hanya dipengaruhi oleh aktivitas fisik, tetapi juga oleh faktor afektif seperti minat, motivasi, dan persepsi positif terhadap pembelajaran. Teraoka et al., (2020) dalam tinjauan sistematis menyimpulkan bahwa pembelajaran PJOK yang memperhatikan aspek afektif terbukti meningkatkan keterlibatan dan komitmen siswa dalam berolahraga. Leisterer (2021) juga menemukan bahwa sikap positif terhadap pendidikan jasmani berkorelasi dengan peningkatan partisipasi aktivitas fisik di luar kelas.

Selain aspek afektif, dimensi psikomotorik pendidikan jasmani juga berperan besar terhadap kesehatan siswa. Aktivitas fisik teratur terbukti meningkatkan kebugaran, daya tahan tubuh, serta mengurangi risiko penyakit kronis (Bull et al., 2020). Hal ini sejalan dengan temuan Chen et al., (2020) yang menekankan pentingnya menjaga aktivitas jasmani meskipun dalam kondisi terbatas, seperti saat pandemi COVID-19. Lebih lanjut, meta-analisis internasional menunjukkan bahwa keterlibatan dalam pendidikan jasmani berhubungan erat dengan penurunan risiko stres, kecemasan, dan depresi pada remaja maupun mahasiswa (Li et al., 2024). Di sisi lain, inovasi model pembelajaran pendidikan jasmani seperti Sport Education Model (SEM) terbukti meningkatkan motivasi siswa, membangun kerjasama, serta memperkuat niat untuk hidup sehat (Zhang, Geok Soh, et al., 2024). Temuan serupa diperkuat oleh penelitian Sun et al., (2025) yang menggunakan SEM-PLS dan menemukan bahwa pendidikan jasmani berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa.

Pradityana (2017) menegaskan pentingnya pembelajaran bermakna dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar melalui pendekatan kontekstual, yang mendorong siswa memahami makna aktivitas jasmani untuk kehidupan sehari-hari. Lebih baru, Pradityana & Setiakarnawijaya, (2023) melakukan analisis bibliometrik terhadap publikasi aktivitas fisik di jurnal internasional bereputasi dan menemukan bahwa keterkaitan antara pendidikan jasmani, aktivitas fisik, dan kesehatan mental masih menjadi tema penting yang perlu diteliti lebih lanjut. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan membangun model struktural yang menguji pengaruh aspek afektif dan psikomotor dalam pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kesehatan siswa. Model ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memperkuat bukti empiris mengenai pentingnya pendidikan jasmani sebagai sarana strategis dalam mendukung kesehatan generasi muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu menganalisis hubungan struktural antara variabel afektif, psikomotor, dan kesehatan siswa melalui analisis Partial Least Square Structural Equation Modeling (PLS-SEM). Populasi penelitian adalah seluruh siswa sekolah dasar di Kecamatan Sukmajaya, Kota Depok yang mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani. Sampel ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan siswa yang aktif mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK. Jumlah responden yang terkumpul adalah 93 orang.

Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup dengan skala Likert lima poin, mulai dari sangat tidak setuju (1) sampai sangat setuju (5). Kuesioner terdiri atas tiga konstruk utama, yaitu afektif dengan empat butir pernyataan, psikomotor dengan empat butir pernyataan, dan kesehatan siswa dengan empat butir pernyataan. Instrumen disusun berdasarkan kajian teori Pendidikan Jasmani dan indikator manfaatnya terhadap kesehatan siswa. Teknik analisis data menggunakan SEM berbasis Partial Least Square (PLS) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS. Tahapan analisis meliputi pengujian model pengukuran (outer model) untuk menilai validitas dan reliabilitas konstruk, serta pengujian

model struktural (inner model) untuk menganalisis hubungan antar variabel laten. Validitas konstruk dievaluasi melalui nilai outer loading, Average Variance Extracted (AVE), dan discriminant validity, sedangkan reliabilitas diukur dengan Cronbach's Alpha dan Composite Reliability. Selanjutnya, signifikansi hubungan antar variabel diuji melalui prosedur bootstrapping dengan 5000 subsampel, sementara kekuatan model dilihat dari nilai koefisien determinasi (R^2).

HASIL PENELITIAN

Untuk menilai validitas dan reliabilitas instrumen penelitian, dilakukan uji model pengukuran melalui outer loading, Cronbach's Alpha, Composite Reliability (CR), dan Average Variance Extracted (AVE).

Tabel 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Konstruk

Konstruk	Cronbach's Alpha	Composite Reliability	AVE
Afektif	0.823	0.882	0.652
Psikomotor	0.821	0.881	0.652
Kesehatan Siswa	0.823	0.883	0.656

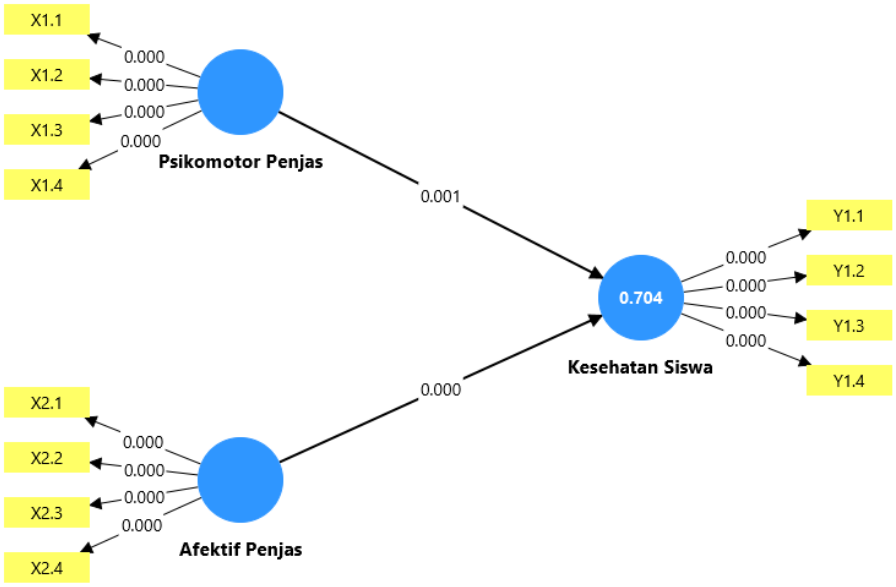
Berdasarkan Tabel 1, semua konstruk memiliki nilai Cronbach's Alpha dan Composite Reliability di atas 0,70, serta nilai AVE di atas 0,50. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh konstruk memenuhi syarat reliabilitas dan validitas konvergen.. Selajutnya dihitung Koefisien determinasi digunakan untuk melihat besarnya kontribusi variabel eksogen (Afektif dan Psikomotor) dalam menjelaskan variabel endogen (Kesehatan Siswa), nilai R^2 dapat dilihat pada table 2.

Tabel 2. Nilai R^2 Kesehatan Siswa

Konstruk Endogen	R^2	R^2 Adjusted
Kesehatan Siswa	0.704	0.698

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa variabel Afektif dan Psikomotor mampu menjelaskan 70,4% variasi Kesehatan Siswa. Nilai ini termasuk kategori **kuat**, sedangkan sisanya 29,6% dipengaruhi faktor lain di

luar model. Setelah diketahui besarnya kontribusi variabel Afektif dan Psikomotor dalam menjelaskan Kesehatan Siswa melalui nilai koefisien determinasi (R^2), langkah berikutnya adalah menguji signifikansi pengaruh masing-masing variabel eksogen terhadap variabel endogen. Pengujian dilakukan dengan metode bootstrapping untuk melihat apakah hubungan yang terbentuk dalam model struktural signifikan secara statistik. Model Struktural hasil bootstrapping dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Model Struktural Hasil Bootstrapping

Hasil pengujian jalur struktural menunjukkan bahwa Afektif berpengaruh positif signifikan terhadap Kesehatan Siswa dengan nilai p = 0,000. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik sikap, antusiasme, serta keterlibatan afektif siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK, maka semakin tinggi pula tingkat kesehatan yang mereka rasakan. Selain itu, Psikomotor juga berpengaruh positif signifikan terhadap Kesehatan Siswa dengan nilai p = 0,001. Artinya, keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik dan keterampilan jasmani yang dilatihkan melalui pembelajaran PJOK berkontribusi nyata dalam meningkatkan kondisi kesehatan mereka. Berdasarkan hasil bootstrapping, terlihat bahwa kedua jalur yang diuji memiliki pengaruh signifikan terhadap Kesehatan Siswa. Untuk memperjelas temuan tersebut, hasil uji hipotesis dirangkum dalam tabel berikut

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Jalur Hubungan	p-value	Keterangan
Afektif → Kesehatan Siswa	0	Signifikan
Psikomotor → Kesehatan Siswa	0.001	Signifikan

Berdasarkan hasil yang ditunjukn padaTabel 3 menunjukkan bahwa seluruh jalur hubungan dalam model struktural memiliki nilai p-value < 0,05, sehingga dinyatakan signifikan. Jalur Afektif → Kesehatan Siswa dengan p-value 0,000 menegaskan bahwa aspek afektif siswa, seperti antusiasme, kedisiplinan, dan sikap positif dalam pembelajaran PJOK, berkontribusi nyata dalam meningkatkan kesehatan siswa. Sementara itu, jalur Psikomotor → Kesehatan Siswa dengan p-value 0,001 juga signifikan, yang berarti keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik dan keterampilan motorik melalui PJOK turut berperan penting dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan siswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa baik aspek afektif maupun psikomotor dalam Pendidikan Jasmani memiliki peran penting dan signifikan terhadap kesehatan siswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan hubungan Afektif terrhadap Kesehatan Siswa signifikan (p = 0,000). Ini mengindikasikan bahwa siswa yang memiliki sikap positif, antusiasme, kedisiplinan, dan keterlibatan emosional dalam pembelajaran PJOK cenderung memiliki perilaku dan kondisi kesehatan yang lebih baik. Temuan ini sejalan dengan tinjauan sistematis mengenai *affective learning in physical education* yang menunjukkan bahwa program yang memperhatikan aspek afektif (misalnya motivasi, minat, persepsi positif) dapat meningkatkan partisipasi dan komitmen siswa dalam aktivitas fisik. (Teraoka et al., 2021).

Dalam konteks pendidikan jasmani, ketika siswa merasa senang, diapresiasi, dan mendapatkan dukungan emosional dari guru dan lingkungan kelas, mereka lebih mungkin untuk menerapkan kebiasaan hidup sehat seperti melakukan olahraga secara konsisten, menjaga pola tidur, dan memilih pola makan sehat. Hal ini juga didukung oleh penelitian tentang

peran pendidikan olahraga dalam mengembangkan perilaku hidup sehat: pendidikan jasmani dirancang tidak hanya untuk melatih fisik, tetapi juga merangsang kesadaran dan komitmen siswa terhadap kesehatan diri sendiri (Hidayana, 2023)

Hubungan Psikomotor dengan Kesehatan Siswa juga signifikan (p = 0,001), yang mengindikasikan bahwa keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik yang sistematis dan variasi latihan motorik turut berkontribusi pada kesehatan siswa. Ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan bahwa perkembangan psikomotor memiliki efek positif pada kesehatan fisik dan mental siswa.(Sulinar Sari et al., 2020). Selain itu, studi tentang efektivitas pembelajaran PJOK mencatat bahwa program yang menyertakan aktivitas fisik variatif seperti latihan kardiovaskular, kekuatan otot, fleksibilitas, permainan kelompok mampu meningkatkan kebugaran jasmani, yang merupakan komponen penting dalam determinan kesehatan siswa (Tsalisafriana, 2024). Studi lain juga menunjukkan bahwa aktivitas pendidikan fisik secara langsung memengaruhi kualitas hidup anak dan fungsi motorik mereka, yang berdampak pada aspek kesehatan (fisik dan psikososial)(Özkan & Kale, 2023)

Kombinasi afektif dan psikomotor yang sama-sama signifikan memperkuat argumen bahwa intervensi PJOK yang hanya berfokus pada latihan fisik saja tidak cukup. Aspek afektif (motivasi, ketertarikan, sikap positif) menjadi faktor penting yang mendukung keberlanjutan aktivitas sehat siswa. Beberapa penelitian pendidikan jasmani menyebut bahwa model pembelajaran seperti Sport Education Model (SEM) yang mengintegrasikan pengalaman siswa (peran, kolaborasi, refleksi) mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa, yang pada gilirannya mendukung praktik olahraga dan perilaku sehat jangka panjang (Zhang et al., 2024).Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya mengenai pentingnya mendesain pembelajaran PJOK yang tidak hanya menekankan aspek fisik, tetapi juga memperhatikan pengalaman emosional dan persepsi siswa agar efek terhadap kesehatan lebih maksimal.

KESIMPULAN

Penelitian ini membangun model struktural yang menguji hubungan antara afektif, psikomotor, dan kesehatan siswa dengan pendekatan SEM-PLS. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh konstruk dalam penelitian ini valid dan reliabel, dengan nilai AVE > 0,5 dan Composite Reliability > 0,7. Nilai R^2 sebesar 0,704 menunjukkan bahwa afektif

dan psikomotor mampu menjelaskan 70,4% variasi kesehatan siswa. Uji bootstrapping mengungkapkan bahwa kedua jalur, yaitu afektif → kesehatan siswa (p = 0,000) dan psikomotor → kesehatan siswa (p = 0,001), berpengaruh positif signifikan. Temuan ini menegaskan bahwa pendidikan jasmani yang mengintegrasikan aspek afektif dan psikomotor berkontribusi nyata terhadap peningkatan kesehatan siswa. Aspek afektif, seperti antusiasme, sikap positif, dan disiplin, terbukti mendorong kebiasaan hidup sehat. Sementara itu, aspek psikomotor yang tercermin dari keterlibatan siswa dalam aktivitas jasmani berkontribusi langsung pada kebugaran dan vitalitas fisik. Dengan demikian, implikasi praktis penelitian ini adalah perlunya guru PJOK merancang pembelajaran yang tidak hanya menekankan latihan fisik, tetapi juga membangun sikap positif siswa terhadap aktivitas jasmani. Secara teoretis, penelitian ini memperkuat bukti empiris mengenai peran penting pendidikan jasmani dalam mendukung kesehatan generasi muda.

REFERENSI

Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J.-P., Chastin, S., & Chou, R. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, *54*(24), 1451–1462.

Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Returning Chinese school-aged children and adolescents to physical activity in the wake of COVID-19: Actions and precautions. *Journal of Sport and Health Science*, *9*(4), 322–324.

Dismore, H., & Bailey, R. (2011). Fun and enjoyment in physical education: Young people's attitudes. *Research Papers in Education*, *26*(4), 499–516.

Fairclough, S., & Stratton, G. (2005). 'Physical education makes you fit and healthy'. Physical education's contribution to young people's physical activity levels. *Health Education Research*, *20*(1), 14–23.

Hidayana, R. A. (2023). The Role of Physical, Sport and Health Education in Developing Healthy Life Behaviors. *International Journal of Health, Medicine, and Sports. Https://Doi. Org/10.46336/Ijhms. V1i4*, *18*.

Leisterer, S. (2021). *Affekte und Emotionen im Sportunterricht–Pädagogisch-psychologische Unterrichtsforschung aus der Schülerinnen-Schüler-Perspektive*.

Li, B., Jiang, W., Han, S., Ye, Y., Li, Y., Lou, H., & Zhang, J. (2024). Influence of moderate-to-high intensity physical activity on depression levels: a study based on a health survey of Chinese university

students. *BMC Public Health*, *24*(1), 1023.

Moldavan, A. M., Edwards-Leis, C., & Murray, J. (2022). Design and pedagogical implications of a digital learning platform to promote well-being in teacher education. *Teaching and Teacher Education*, *115*, 103732.

Özkan, Z., & Kale, R. (2023). Investigation of the effects of physical education activities on motor skills and quality of life in children with intellectual disability. *International Journal of Developmental Disabilities*, *69*(4), 578–592.

Pradityana, K. (2017). Pembelajaran Bermakna Dalam Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Melalui Pendekatan Kontekstual. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, *8*(1), 1–5.

Pradityana, K., & Setiakarnawijaya, Y. (2023). East Jakarta City, Special Capital Region of Jakarta, 13220, Indonesia 3,5 Department of Physical Education, Health and Recreation. *Jl. R. Mangun Muka Raya*, *1*(2).

Sulinar Sari, L., Amin Sulistiono, A., & Winingsih, L. H. (2020). Effect of psychomotor development on physical health, mental health and student achievement. *International Journal of Educational Policy Research and Review*, *7*(6), 228–240. https://doi.org/10.15739/IJEPRR.20.024

Sun, P. P., Wang, C., & Teng, L. S. (2025). The Role of Well-Being and Grit in Metacognitive Self-Regulation Among Language Teachers: Partial Least Squares Structural Equation Modeling. *International Journal of Applied Linguistics*.

Teraoka, E., Ferreira, H. J., Kirk, D., & Bardid, F. (2020). Affective learning in physical education: A systematic review. *Journal of Teaching in Physical Education*, *40*(3), 460–473.

Teraoka, E., Ferreira, H. J., Kirk, D., & Bardid, F. (2021). Affective learning in physical education: A systematic review. In *Journal of Teaching in Physical Education* (Vol. 40, Issue 3, pp. 460–473). Human Kinetics Publishers Inc. https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0164

Tsalisafriana, A. (2024). Efektivitas Pembelajaran PJOK dalam Meningkatkan Kebugaran Fisik Siswa: Tinjauan Literatur. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Mental Peserta Didik*, 678–687.

Zhang, J., Geok Soh, K., Bai, X., Mohd Anuar, M. A., & Xiao, W. (2024). Optimizing learning outcomes in physical education: A comprehensive systematic review of hybrid pedagogical models integrated with the Sport Education Model. *PloS One*, *19*(12), e0311957.

Zhang, J., Xiao, W., Soh, K. G., Yao, G., Anuar, M. A. B. M., Bai, X., & Bao, L. (2024). The effect of the Sport Education Model in physical education on student learning attitude: a systematic review. *BMC Public Health*, *24*(1), 94