

HUBUNGAN ANTARA FASILITAS OLAHRAGA DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN PERKEMBANGAN DIRI SISWA MTS

Azahra Rizky Ummami¹, Burhan Hambali², Carsiwan³
Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}
rizkyazahra01@upi.edu¹, burhan@upi.edu², carsiwan@upi.edu³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan fasilitas olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani dan perkembangan diri siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif untuk menganalisis hubungan fasilitas olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani dan pengembangan diri siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat. Penelitian ini melibatkan 260 siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat. Penelitian ini terdiri dari: Wawancara dan angket untuk memperoleh informasi mengenai fasilitas olahraga; Angket mengenai pengembangan kepribadian, dan Tes kebugaran jasmani (*bleep test*) untuk mengukur nilai VO₂Max siswa. Ketiga indikator tersebut diadopsi dari instrumen *Sports Development Index* (SDI). Seluruh data dianalisis menggunakan uji *People Product Moment Correlation* (PPM) yang didukung dengan SPSS. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara fasilitas olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani dan perkembangan diri siswa, dengan nilai signifikansi sebesar 0,73. Simpulan, hubungan antara variabel-variabel yang diteliti menunjukkan beberapa temuan menarik meskipun sebagian besar tidak signifikan.
Kata kunci : fasilitas olahraga, kebugaran jasmani, perkembangan diri.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of sports facilities with the level of physical fitness and self-development of Madrasah Tsanawiyah students in West Java. This study used descriptive quantitative method to analyze the relationship of sports facilities with the level of physical fitness and self-development of Madrasah Tsanawiyah students in West Java. This study involved 260 Madrasah Tsanawiyah students in West Java. The study consisted of 1. interviews and questionnaires to obtain information regarding sports facilities, 2. questionnaires regarding personality development, and 3. physical fitness tests (bleep test) to measure students' VO₂Max values. The three indicators were adopted from the Sports Development Index (SDI) instrument. All data were analyzed using the People Product Moment Correlation (PPM) test supported by SPSS. The results of the analysis showed that there was no relationship between sports facilities with the level of physical fitness and self-development of students, with a significance value of 0.73. In conclusion, the relationship between the variables studied shows some interesting findings, although most are not significant
Keywords: sports facilities, physical fitness, self-development.

PENDAHULUAN

Studi terbaru menunjukkan bahwa Indonesia menghadapi tantangan besar dalam pengembangan olahraga dan kebugaran jasmani, terutama di kalangan generasi muda. Berbagai evaluasi berdasarkan Indeks Pembangunan Olahraga (SDI) masih rendah di berbagai daerah. Survei yang dilakukan di tingkat nasional menemukan bahwa

masyarakat Indonesia umumnya memiliki kebugaran jasmani yang rendah dan kurang berolahraga (Ekawati et al., 2020). Penelitian menunjukkan bahwa fasilitas olahraga berperan penting dalam meningkatkan aktivitas fisik dan kebugaran siswa. Fasilitas yang baik dapat meningkatkan sumber daya pendidikan, merangsang minat, dan meningkatkan hasil belajar (Zhu et al., 2024), namun ketersediaan dan pemanfaatannya berbeda-beda.

Olahraga memegang peranan penting dalam kebugaran jasmani dan pengembangan diri siswa menurut (Tampi & Olua, 2023). Di perkuat oleh Satria et al., (2020), bahwa olahraga adalah kegiatan jasmani atau kegiatan fisik manusia yang berpengaruh terhadap kepribadian dari pelakunya, kegiatan fisik dalam olahraga adalah kegiatan yang menuntut kesanggupan jasmaniah tertentu untuk menggunakan tubuh secara menyeluruh.

Penelitian terbaru menyoroti tren yang mengkhawatirkan dalam kebugaran dan kesehatan siswa. Sebagian besar lulusan SMA memiliki kebugaran jasmani yang rendah atau di bawah rata-rata. Permasalahan ini berlanjut di perguruan tinggi, dimana indikator kesehatan siswa rendah dan hasil tes kebugaran jasmani kurang memuaskan. Permasalahan ini disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya fasilitas pendidikan jasmani, kurangnya sumber daya materi dan teknis di lembaga pendidikan, serta kurangnya waktu untuk melakukan aktivitas fisik (Sevriuk et al., 2020).

Fasilitas olahraga adalah segala sesuatu yang terdiri dari bangunan olahraga serta perlengkapan olahraga digunakan untuk melancarkan pelaksanaan kegiatan olahraga (Rahmi & Pramono, 2019). Fasilitas merupakan salah satu penunjang dalam penyelenggaraan kegiatan olahraga. Tersedianya fasilitas olahraga diharapkan dapat memenuhi kebutuhan seluruh masyarakat untuk olahraga, seperti anak-anak, remaja, orang tua, hingga manula. Fasilitas merupakan prasarana untuk melakukan serta mempermudah sesuatu menurut (Sanga et al., 2023). Dalam hal ini, Sekolah adalah sebagai naungan segala kegiatan minat dan bakat yang ada. Hubungan antara fasilitas atau sarana dan prasarana dengan ketersediaan atlet yaitu dengan adanya fasilitas yang sudah di sediakan maka para atlet atau siswa akan menjadi termotivasi untuk unjuk kemampuannya (Mansyur, 2019). Jadi segala fasilitas yang ada membuat para siswa tertarik. Tidak hanya siswa yang memiliki bakat dan minat untuk menggunakan fasilitas tersebut, tetapi siswa yang tidak memiliki bakat juga bisa termotivasi dengan adanya fasilitas yang sudah di sediakan dan bisa mendorong siswa untuk menemukan bakat dan minatnya sendiri.

Fasilitas olahraga berperan penting dalam meningkatkan kesehatan masyarakat dan mendorong gaya hidup sehat. Sarana olahraga mempunyai banyak fungsi antara lain untuk tujuan pendidikan, pelatihan, dan kompetisi. Lembaga-lembaga ini penting dalam melibatkan generasi muda dalam pendidikan jasmani dan olahraga, sehingga berkontribusi pada pembentukan bangsa yang sehat (Korzun & Kaliada, 2022).

Pada saat ini, banyak MTS di Jawa Barat yang berupaya meningkatkan fasilitas olahraga untuk menunjang perkembangan siswanya. Namun, tantangannya adalah terbatasnya anggaran, ruang dan sumber daya lainnya. Oleh karena itu, penting untuk menilai hubungan antara kesempatan olahraga yang tersedia dengan kebugaran jasmani dan perkembangan pribadi siswa. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh fasilitas olahraga di MTS Jawa Barat terhadap kebugaran jasmani dan perkembangan pribadi siswa, serta memberikan rekomendasi perbaikan yang lebih lanjut. Kebugaran jasmani merupakan faktor penentu dalam semua aspek kehidupan. Seseorang dengan tingkat kebugaran jasmani yang tinggi atau kondisi tubuh yang prima akan mampu menyelesaikan tugas-tugas yang lama dengan beban yang cukup tanpa

mengalami kelelahan yang berarti. Ini sesuai dengan apa yang telah disampaikan bahwa kesegaran jasmani adalah “suatu keadaan seseorang yang mempunyai kekuatan (*strenght*), kemampuan (*ability*), kesanggupan dan daya tahan untuk melakukan pekerjaan dengan efisien tanpa timbul kelelahan yang berarti” (Hassan & Nurharsono, 2023).

Kebugaran jasmani merupakan prasyarat untuk kesehatan umum dan kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas fisik yang teratur meningkatkan kesehatan, mengurangi risiko penyakit, dan meningkatkan kinerja kerja. Hal ini berkontribusi pada peningkatan ketajaman mental, kesehatan fisik, dan kemampuan untuk mengatasi tuntutan sehari-hari (Singh & Sangwan, 2014). Olahraga bermanfaat bagi orang-orang dari segala usia dan latar belakang serta meningkatkan kesehatan fisik dan mental (Manimozhi, 2018).

Kebugaran fisik sangat penting untuk kesejahteraan dan kualitas hidup secara keseluruhan. Kebugaran jasmani meningkatkan ketangkasan mental, stabilitas emosi, dan kemampuan mengatasi tuntutan sehari-hari (Manimozhi, 2018). Aktivitas fisik yang teratur meningkatkan kekuatan, daya tahan, dan fungsi otot, berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan dan pencegahan berbagai penyakit (Ali, 2018).

Pengembangan pribadi sangat penting untuk pengembangan pribadi dan profesional siswa. Pengembangan diri menyangkut mekanisme psikologis penentuan nasib sendiri selama proses pendidikan, sehingga meningkatkan keterampilan dan kemampuan untuk pekerjaan dan kehidupan di masa depan (Revyakina & Manuylova, 2021). Lingkungan pendidikan berperan penting dalam pengembangan keterampilan komunikasi antarbudaya, yang berkontribusi terhadap kompetensi dan keberhasilan akademik dan profesional siswa (Kurebekova & Belinov, 2023).

Artikel ini membahas tentang pentingnya fasilitas olahraga di lingkungan pendidikan MTS Jawa Barat, dan mengkaji dampak terhadap kebugaran jasmani dan pengembangan pribadi siswa, serta menyajikan data dan analisis untuk mendukung upaya peningkatan kualitas olahraga. wilayah sekolah-sekolah tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang berharga bagi pengambil keputusan, pendidik dan pemangku kepentingan untuk meningkatkan mutu pendidikan melalui fasilitas olahraga yang memadai.

KAJIAN TEORI

Kebugaran jasmani adalah salah satu aspek penting dalam perkembangan fisik dan mental siswa. Olahraga memiliki peran yang signifikan dalam menjaga kebugaran jasmani dan mendukung perkembangan diri siswa. Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani adalah ketersediaan fasilitas olahraga yang memadai. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji hubungan antara fasilitas olahraga dengan tingkat kebugaran jasmani dan perkembangan diri siswa di Madrasah Tsanawiyah (MTs) di Jawa Barat.

Fasilitas olahraga merujuk pada berbagai sarana dan prasarana yang digunakan untuk mendukung kegiatan fisik, seperti lapangan olahraga, ruang olahraga indoor, alat olahraga, dan fasilitas pendukung lainnya. Menurut Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024, penyediaan fasilitas olahraga yang memadai di sekolah diharapkan dapat mendukung pembentukan kebugaran jasmani siswa dan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Menurut Sutedi (2018), kebugaran jasmani pada anak dan remaja dapat meningkat melalui kegiatan fisik yang rutin, yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, termasuk fasilitas olahraga. Fasilitas yang lengkap dan terawat baik

memungkinkan siswa untuk berlatih lebih intensif dan beragam, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kebugaran jasmani mereka.

Perkembangan diri siswa tidak hanya meliputi aspek kognitif dan emosional, tetapi juga sosial dan fisik. Olahraga dapat menjadi sarana yang sangat efektif dalam mendukung perkembangan diri siswa. Melalui olahraga, siswa belajar tentang kerja sama, disiplin, tanggung jawab, dan membangun kepercayaan diri. Hal ini juga tercermin dalam teori perkembangan remaja oleh Erikson (1950) yang menyebutkan bahwa masa remaja adalah periode pencarian identitas dan penerimaan sosial. Olahraga dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang mendukung perkembangan pribadi mereka.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif deskriptif. Untuk menganalisis hubungan antara fasilitas olahraga dengan Tingkat kebugaran jasmani dan perkembangan diri siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat. Penelitian ini dilakukan di 8 Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 260 siswa dari 8 Madrasah Tsanawiyah/Pesantren di Jawa Barat kelas 7 dan 8, peneliti mengambil sampel dari jumlah populasi adalah 260 sampel.

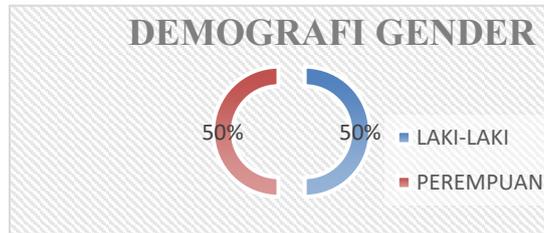
Instrumen yang digunakan untuk mengetahui fasilitas olahraga adalah dengan cara wawancara dan survey, untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa yaitu dengan menggunakan *Bleep Test* untuk mengukur kekuatan aerobik maksimal atau VO₂max, untuk mengetahui perkembangan diri siswa yaitu dengan menggunakan kuesioner hard file. Dengan metode kuantitatif deskriptif ini, diharapkan para pembaca dapat gambaran dengan jelas mengenai fasilitas olahraga, tingkat kebugaran jasmani dan perkembangan diri siswa Madrasah Tsanawiyah/Pesantren di Jawa Barat dan hubungan antara tiga variabel tersebut.

Penelitian ini menggunakan dua instrumen: kuesioner perkembangan personal dan tes kebugaran jasmani (*bleep test*) untuk mengukur prediksi VO₂Max siswa. Kuesioner terdiri dari enam pertanyaan yang mengevaluasi sikap terhadap kesulitan dan kepercayaan terhadap orang lain. *Bleep test* adalah metode standar yang melibatkan lari bolak-balik sejauh 20 meter dengan intensitas yang meningkat, digunakan untuk mengukur kekuatan aerobik maksimal siswa. Hasil *bleep test* dihitung menggunakan rumus $VO_{2}Max = (level \times 5) + (shuttle \times 0.5) + 31$.

Analisis data melibatkan beberapa langkah: pertama, memeriksa keakuratan dan kelengkapan data dari kuesioner dan *bleep test*. Selanjutnya, analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden. Data kemudian diuji untuk normalitas, linearitas, dan homogenitas sebelum analisis inferensial. Hubungan antara kebugaran jasmani dan perkembangan personal dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson* atau *Spearman*, tergantung pada distribusi data. Hasil disajikan dalam tabel dan grafik, diikuti dengan kesimpulan berdasarkan koefisien korelasi dan tingkat signifikansi, untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji hipotesis.

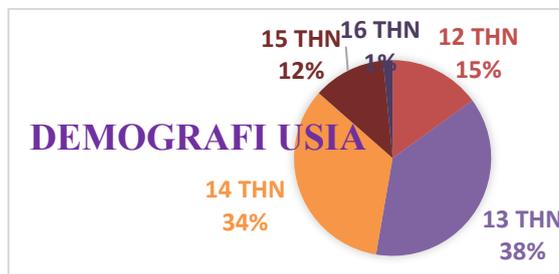
HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini mendapatkan jawaban responden sebanyak 260 dari peserta didik Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat yang berpartisipasi dalam pengisian kuesioner melalui anket responden. Dari hasil data yang diperoleh kemudian di olah melalui pengelompokkan data dengan menggunakan aplikasi SPSS.



Gambar 1. Demografi gender

Hasil survey di distribusikan ke beberapa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat, dengan responden laki – laki sebanyak 129 siswa dan responden Perempuan sebanyak 131 siswi. Hasil menunjukkan hubungan dan pengembangan diri melalui uji koefisien korelasi person.



Gambar 2. Demografi usia

Hasil survey di distribusikan ke beberapa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat, dengan responden usia 12 tahun sebanyak 39 siswa, 13 tahun sebanyak 98 siswa, 14 tahun sebanyak 88 siswa, 15 tahun sebanyak 31 siswa, dan 16 tahun sebanyak 4 siswa. Berdasarkan data yang telah di kumpulkan, berikut Gambaran analisis deskriptif untuk variable penelitian fasilitas olahraga Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat:

Tabel 1.
Demografi Usia

No.	Jumlah Lapang	Luas Lapang	Jumlah Siswa
1	2	486m	348
2	2	435m	246
3	1	144m	114
4	1	120m	250
5	1	154m	154
6	1	164m	463
7	1	231m	168
8	2	398m	470
Jumlah	11	2132m	2213

Sport Development Index (SDI) yang di susun oleh Toho Cholik Mutohir, bahwa standar ruang terbuka yaitu 3,5 m² / orang. Dalam perhitungan indeks ruang terbuka tersebut terdapat rumus sebagai berikut :

$$\begin{aligned} \text{Indeks ruang terbuka} &= \frac{\text{Nilai aktual} - \text{Nilai Minimum}}{\text{Nilai maksimum} - \text{nilai minimum}} \\ \text{Maka indeks ruang terbuka} &= \frac{0,97 - 0}{3,5 - 0} = 0,28 \text{ m}^2 \end{aligned}$$

Dapat di lihat dari hasil perhitungan indeks ruang terbuka sebesar 0,28 m² / orang. Di lihat dari aturan buku *sport development index* yang di susun oleh Toho Cholik Mutohir, bahwasannya indeks ruang terbuka yaitu 3,5 m² / orang. Maka dapat terbilang kurang dalam fasilitas ruang terbuka. Berdasarkan data yang telah di kumpulkan, berikut Gambaran analisis deskriptif untuk variable penelitian kebugaran jasmani siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat:

Tabel 2.

Deskriptif statistic kebugaran jasmani					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kebugaran Jasmani	260	23,00	529,00	245,16	91,83
Valid N (listwise)	260				

Berdasarkan hasil uji deskriptif di atas, dapat kita gambarkan bahwa distribusi data yang di dapat yaitu variable kebugaran jasmani, dari data tersebut bisa kita deskripsikan bahwa nilai minimum sebesar 23,00 , sedangkan nilai maximum sebesar 529,00 , dan rata – rata data sebesar 245,16 , standar deviasi data kebugaran jasmani adalah 91,83 . Semua daya yang sudah di analisis adalah valid, dengan total 260 responden.

$$\begin{aligned} \text{Indeks Kebugaran Jasmani} &= \frac{\text{Nilai aktual} - \text{Nilai minimum}}{\text{Nilai maksimum} - \text{Nilai minimum}} \\ \text{Maka indeks kebugaran jasmani} &= \frac{219.76 - 20.1}{40.5 - 20.1} = 9.78 \end{aligned}$$

Dapat di lihat dari hasil perhitungan indeks kebugaran jasmani sebesar 9.78. Di lihat dari aturan buku *sport development index* yang di susun oleh Toho Cholik Mutohir, bahwasannya indeks kebugaran jasmani sebesar 40.5. Maka dapat terbilang tinggi dalam kebugaran jasmani. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, berikut Gambaran analisis deskriptif untuk variabel penelitian perkembangan diri siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat:

Tabel 3.

Analisis Deskriptif Variabel Perkembangan Diri					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Perkembangan Diri	260	8,00	27,00	18,61	3,91
Valid N (listwise)	260				

Berdasarkan hasil uji deskriptif di atas, dapat kita gambarkan bahwa distribusi data yang di dapat yaitu variabel perkembangan diri, dari data tersebut bisa di deskripsikan bahwa nilai minimum 8, sedangkan nilai maximum sebesar 27, dan rata – rata data perkembangan diri sebesar 18.61, standar deviasi data perkembangan diri adalah 3.91. Semua data yang telah di analisis adalah valid, dengan total 260 responden.

Tabel 4.
Variabel Tabel Korelasi

		Fasilitas_ Olahraga	Kegubaran Jasmani	Perkembangan Diri
Fasilitas_Olahraga	R	1	-,447	-,663
	Sig.		,267	,073
	N	8	8	8
Kegubaran_Jasmani	R	-,447	1	-,077
	Sig.	,267		,217
	N	8	260	260
Perkembangan_Diri	R	-,663	-,077	1
	Sig.	,073	,217	
	N	8	260	260

Berdasarkan analisis korelasi yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel-variabel yang diteliti menunjukkan beberapa temuan menarik meskipun sebagian besar tidak signifikan. Pertama, terdapat hubungan negatif sedang antara fasilitas olahraga dan kegubaran jasmani dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,447 yang menunjukan adanya hubungan terbalik, korelasi ini tidak signifikan karena ($p = 0,267$) lebih besar dari 0.05 yang menunjukan meskipun ada kecenderungan bahwa fasilitas olahraga memengaruhi kegubaran jasmani, hubungan ini tidak cukup kuat untuk dianggap signifikan. Kedua, hubungan antara fasilitas olahraga dan perkembangan diri menunjukkan korelasi negatif sedang dengan nilai Pearson sebesar -0,663, yang mendekati batas signifikansi ($p = 0,073$), meskipun demikian hubungan ini juga tidak cukup kuat atau signifikan dalam sampel yang dianalisis. Terakhir, hubungan antara kegubaran jasmani dan perkembangan diri sangat lemah dengan nilai korelasi Pearson -0,077, dan tidak signifikan ($p = 0,217$), yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Secara keseluruhan, meskipun beberapa hubungan negatif ditemukan, hasil analisis ini menunjukkan bahwa sebagian besar korelasi yang ada tidak cukup signifikan untuk dapat diandalkan.

PEMBAHASAN

Penelitian menunjukkan bahwa fasilitas olahraga berperan penting dalam meningkatkan aktivitas fisik dan kebugaran siswa. Fasilitas yang baik dapat meningkatkan sumber daya pendidikan, merangsang minat, dan meningkatkan hasil belajar (Zhu et al., 2024), namun ketersediaan dan pemanfaatannya berbeda-beda. Berdasarkan tabel statistik deskriptif, terdapat 260 sampel data yang ikut berpartisipasi. Dari data tersebut, skor partisipasi berkisar antara 2.00 hingga 15.00, dengan nilai rata-rata sebesar 8,6731. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata peserta memiliki tingkat partisipasi yang relatif tinggi.

Dalam perhitungan fasilitas olahraga yang tertuang dalam buku *Sport Development Index* (SDI), bahwa standar ruang terbuka yaitu $3,5 \text{ m}^2/\text{orang}$. (Dharmawan et al., 2018) hal tersebut penting bagi setiap sekolah untuk keberlangsungan pembelajaran secara berkelanjutan Maka perlunya manajemen fasilitas ruang terbuka, layanan guru terhadap efektivitas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di madrasah tsanawiyah.

Penelitian sebelumnya Mulyah et al., (2020), pada penelitian ini bahwa keberadaan fasilitas olahraga yang memadai memiliki dampak positif terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa. Siswa yang dapat mengakses fasilitas olahraga yang baik cenderung memiliki tingkat kebugaran jasmani yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak memiliki akses yang serupa.

Adapun penelitian sebelumnya memberikan perspektif bahwa aktivitas fisik yang dilakukan di fasilitas olahraga tidak hanya meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan diri siswa, termasuk peningkatan disiplin, kerja sama, dan kepercayaan diri (Ramadhoni, 2023). Oleh karena itu, dari hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara fasilitas olahraga, kebugaran jasmani, dan perkembangan diri siswa Madrasah Tsanawiyah di Jawa Barat.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis korelasi yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel-variabel yang diteliti menunjukkan beberapa temuan menarik meskipun sebagian besar tidak signifikan. Pertama, terdapat hubungan negatif sedang antara fasilitas olahraga dan kebugaran jasmani dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,447 yang menunjukkan adanya hubungan terbalik, korelasi ini tidak signifikan karena ($p = 0,267$) lebih besar dari 0.05 yang menunjukkan meskipun ada kecenderungan bahwa fasilitas olahraga memengaruhi kebugaran jasmani, hubungan ini tidak cukup kuat untuk dianggap signifikan. Kedua, hubungan antara fasilitas olahraga dan perkembangan diri menunjukkan korelasi negatif sedang dengan nilai Pearson sebesar -0,663, yang mendekati batas signifikansi ($p = 0,073$), meskipun demikian hubungan ini juga tidak cukup kuat atau signifikan dalam sampel yang dianalisis. Terakhir, hubungan antara kebugaran jasmani dan perkembangan diri sangat lemah dengan nilai korelasi Pearson -0,077, dan tidak signifikan ($p = 0,217$), yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Secara keseluruhan, meskipun beberapa hubungan negatif ditemukan, hasil analisis ini menunjukkan bahwa sebagian besar korelasi yang ada tidak cukup signifikan untuk dapat diandalkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, S. K. S. (2018). *The important of physical activities in our life*.
- Ekawati, F. F., Purnama, S. K., & Nuryadin, I. (2020). *Is the Participation of Indonesian People in Exercise and Their Level of Physical Fitness Quite Sufficient? 464*(Psshers 2019), 486–488. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200824.117>
- Hassan, M. I., & Nurharsono, T. (2023). Pengaruh Circuit Training Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Anak Usia 10-12 Tahun di SSB CAMBUG Kota Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 614–623. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.62181>
- Korzun, D. L., & Kaliada, V. A. (2022). Physical education as a basis for healthy and creative personal development of school and university students. *Tambov University Review. Series: Humanities*.
- Kurebekova, M. N., & Belinov, M. S. (2023). Intercultural Communication as a Value Orientation of Student's Self-Development. *Общество: Философия, История, Культура*.
- Manimozhi, K. (2018). *The importance of physical activity, food and fitness for human health and life-A review*.
- Mansyur, U. (2019). Gempusta: Upaya Meningkatkan Minat Baca. *Prosiding Seminar Nasional Bahasa Dan Sastra II FBS UNM, December*, 203–2017.
- Muliyah, P., Aminatun, D., Nasution, S. S., Hastomo, T., & Sitepu, S. S. W. (2020). Exploring Learners' autonomy In Online Language-Learning In STAIN Sufyan Tsauri Majenang. *Getsempena English Education Journal*, 7(2), 382–394.
- Rahmi, F. C., & Pramono, M. (2019). Manajemen pengelolaan fasilitas olahraga gedung

- serbaguna di gelanggang olahraga (GOR) delta Sidoarjo. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2), 1–6.
- Ramadhoni, F. R. (2023). *Implementasi Pendidikan Iman Melalui Kegiatan Morning Talk Dalam Pembentukan Karakter Religius Siswa SD Islam Tahfizh Cahaya Quran Depok Jawa Barat*. Institut PTIQ Jakarta.
- Revyakina, N., & Manuylova, N. (2021). Students' personal self-determination as an integral part of the educational process. *E3S Web of Conferences*.
- Sanga, G. J., Kongolo, M., & Mnongya, R. (2023). The Effect of Inflation on Economic Growth in Tanzania. *Contemporary Research: An Interdisciplinary Academic Journal*, 6(1), 72–93. <https://doi.org/10.3126/craiaj.v6i1.55377>
- Satria, D., Lusiani, R., Listijorini, E., Aswata, A., & Hermawan, Y. (2020). Analisa Performa Mesin Stirling Tipe Alpha Inovasi Desain Berbasis Biomassa. *Jurnal Rekayasa Mesin*, 15(1), 33. <https://doi.org/10.32497/jrm.v15i1.1839>
- Sevriuk, M., Koval, S., & Sankov, S. (2020). *Аналіз рівня фізичної підготовленості випускників закладів загальної середньої освіти*.
- Singh, J., & Sangwan, S. (2014). *The Importance of Physical Education & Recreation in Student Life*.
- Tampi, S. M., & Olua, E. (2023). Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Bagi Siswa Dan Guru Sekolah Dasar Di Sd Ypk Sion Padang Bulan Kota JayapurA. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 8468–8478.
- Zhu, D., Yang, C., Ma, H., & Wang, W. (2024). Research on the Influence of Sports Facilities on College Physical Education Teaching. *Journal of Humanities, Arts and Social Science*.