

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS  
AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-10 TAHUN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Disusun oleh :

Ramadani Tami

17602241045

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

# **PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-10 TAHUN**

Oleh :

Ramadani Tami

NIM 17602241045

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk berupa Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun yang dapat digunakan sebagai model baru dalam proses pembelajaran maupun latihan pada *event Kids Athletics*.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode *Research and Development*. Langkah dan metode yang digunakan dari Prof. Sugiyono, namun peneliti hanya menggunakan 10 langkah sesuai dengan tujuan penelitian pengembangan ini. Dalam penelitian ini terdapat 2 kali uji coba, yaitu uji coba terbatas dengan 5 anak dan 15 anak pada uji coba lapangan utama. Uji coba tersebut dilakukan di SD Muhammadiyah Batur Banjarnegara. Instrumen dalam pengambilan data ini adalah angket skala penilaian dan lembar evaluasi. Data hasil evaluasi berbentuk deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif berupa penilaian yang dihimpun dari angket atau kuesioner uji coba produk. Data kualitatif didapatkan dari validasi ahli dan kegiatan uji coba yang berupa masukan, tanggapan, kritik dan saran. Produk ini juga tervalidasi oleh ahli materi dan media melalui dua kali validasi, yaitu tahap 1 dan 2. Hasil validasi dan penelitian kemudian diolah dan dipersentasikan dalam bentuk kalimat yang bersifat kualitatif.

Penilaian kelayakan produk “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dilihat dari validasi ahli materi sebesar 91,7% dengan kategori sangat sesuai, dari ahli media sebesar 88,9% dengan kategori sangat sesuai. Pada uji coba lapangan utama didapatkan hasil sebesar 95,4% atau kategori sangat sesuai. Produk ini berupa rangkaian model latihan *Kids Athletics* yang disusun secara simpel, mudah digunakan dan telah disesuaikan dengan *event Kids Athletics* dari *World Athletics*.

*Kata Kunci : Kids Athletics, Model Latihan, Audiovisual.*

## **HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

### **PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-10 TAHUN**

Disusun oleh:

Ramadani Tami

NIM 17602241045

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Ditetapkan pada tanggal 15 April 2021

#### **TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Ch. Fajar Sriwahyuniati M.Or.



21/04 2021

Ketua Penguji/Pembimbing

Ratna Budiarti M.Or.



21/04 2021

Sekretaris

Dr. Ria Lumintuarso M.Si.



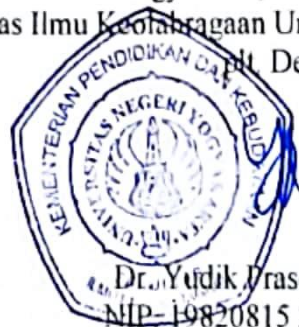
21/04 2021

Penguji

Yogyakarta, April 2021

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dit. Dekan



Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.

NIP-19820815 200501 1 002

## **LEMBAR PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### **PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-10 TAHUN**

Disusun oleh :

Ramadani Tami

NIM. 17602241045

Telah memenuhi syarat dan disetujui Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian  
Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan

Yogyakarta, 5 April 2021

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S.

NIP. 196004071986012001

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Ch. Fajar Sri Wahyuniatii M.Or.

NIP. 197112292000032001

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ramadani Tami  
NIM : 17602241045  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Judul TAS : Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics*  
berbasis Audivisual untuk Anak 7-10 Tahun

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 5 April 2021

Yang menyatakan,



Ramadani Tami

NIM 17602241045

## **MOTTO**

Dan bisa jadi kamu tidak menyukai sesuatu padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu padahal itu tidak baik bagimu.

**~Al-Baqarah : 216~**

Tugas kita adalah berbuat baik. Entah bagaimana balasannya nanti,  
berbuat baiklah.

**~Ramadani Tami~**

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

**~Ash. Sharh : 6~**

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucap rasa Alhamdulillah, Saya persembahkan karya kecil ini kepada :

- Almarhum Papah Saya, Muhammad Taufik yang dahulu selalu memberikan semuanya yang terbaik untukku, semoga Allah memberikan kebahagiaan akhirat untukmu. Aamiin
- Ibu Umi Kulsum yang tidak pernah lelah untuk membimbing, memberikan yang terbaik untukku dan tak akan mampu kubalas selamanya.
- Kakak Saya Lulu Nadya Tami dan Ari Faldi Tami yang selalu memberikan motivasi dan kasih sayang.
- Adik Saya Nafil Rizqi Azaria Tami yang selalu patuh dan memberikan semangat.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah- Nya, sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dapat diselesaikan dengan lancar.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan berbagai pihak. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

- 1.CH. Fajar Sri W., M.Or., selaku Dosen Pembimbing TAS, yang telah memberikan ijin penelitian sekaligus sebagai pembimbing skripsi yang dengan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan ilmunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 2.Dr. Ria Lumintuarso, M.Si Selaku validator instrumen penelitian dan penguji utama yang telah memberikan masukan dan saran yang terbaik hingga penelitian TAS ini dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.
- 3.Nawan Primasoni, M.Or selaku validator instrument penelitian yang telah memberikan saran/masukan perbaikan sehingga penelitian TAS dapat terlaksana sesuai dengan tujuan
- 4.Dr. Endang Rini Sukanti M.S selaku Ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan dan ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- 5.Ratna Budiarti, M.Or selaku Penguji Utama dan Sekretaris yang telah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS in
- 6.Dr.Yudik Prasetyo, M.Kes. plt, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.



7. Keluarga PKO C 2017 terkhusus Kepelatihan Atletik yang selalu membantu dan berbagi pengalaman yang tak terlupakan selama masa perkuliahan.

8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas bantuan dan perhatian selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 10 April 2021

Penulis,

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Hasil Penelitian.....	5
G. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan.....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori	
1. Hakikat Pengembangan.....	7
2. Hakikat Latihan .....	8
3. Hakikat Olahraga Atletik .....	13
4. Hakikat <i>Kids Athletics</i> .....	14
5. Media Audiovisual .....	22
6. Hakikat Belajar Gerak.....	28
7. Karakteristi Anak-Anak Usia 7-10 Tahun .....	31
B. Penelitian yang Relevan .....	33
C. Kerangka Berpikir .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	36
B. Prosedur Pengembangan .....	36
1. Potensi dan Masalah.....	37
2. Studi Literatur dan Pengumpulan Informasi .....	37
3. Rancangan Produk .....	38
4. Validasi Desain .....	39
5. Revisi Desain .....	39
6. Pembuatan Produk .....	39
7. Uji Coba Terbatas .....	40
8. Revisi Produk I.....	40
9. Uji Coba Lapangan Utama.....	40
10. Revisi Produk II .....	40
11. Produk Akhir.....	40

C. Subjek Uji Coba .....	40
D. Instrumen Penelitian.....	41
E. Teknik Analisis Data .....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Produk.....	43
B. Hasil Penelitian	
1. Data Validasi Ahli Materi .....	43
2. Data Validasi Ahli Media .....	47
3. Data Uji Coba Terbatas .....	51
4. Data Uji Coba Lapangan Utama .....	43
C. Analisis Data	
1. Analisis Data Validasi Ahli Materi .....	55
2. Analisis Data Validasi Ahli Media .....	59
3. Analisis Data Uji Coba Terbatas.....	64
4. Analisis Data Uji Coba Lapangan Utama .....	67
D. Revisi Produk	
1. Revisi Ahli Materi.....	68
2. Revisi Ahli Media .....	69
E. Produk Akhir.....	70
F. Pembahasan.....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	74
B. Implikasi.....	74
C. Keterbatasan Penelitian.....	75
D. Saran.....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>76</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>78</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Penilaian .....	33
Tabel 2. Penilaian Kualitas Materi dari Ahli Materi (Tahap 1) .....	35
Tabel 3. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Materi (Tahap I).....	36
Tabel 4. Penilaian Kualitas Materi dari Ahli Materi (Tahap II).....	37
Tabel 5. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Materi (Tahap II) .....	38
Tabel 6. Penilaian Kualitas Materi dari Ahli Media (Tahap I) .....	39
Tabel 7. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media (Tahap I).....	39
Tabel 8. Penilaian Kualitas Materi dari Ahli Media (Tahap II) .....	41
Tabel 9. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media (Tahap II) .....	41
Tabel 10. Data Skor Penilaian Uji Coba Terbatas .....	42
Tabel 11. Komentar Hasil Dari Uji Coba Terbatas .....	43
Tabel 12. Data Skor Penilaian Uji Coba Lapangan Utama.....	44
Tabel 13. Komentar Hasil Dari Uji Coba Lapangan Utama .....	44
Tabel 14. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi dari Ahli Materi (Tahap I) .....	45
Tabel 15. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Materi (Tahap I) .....	46
Tabel 16. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi dari Ahli Materi (Tahap II) .....	47
Tabel 17. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media (Tahap II) .....	47
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Materi (Tahap II).....	48
Tabel 19. Analisis Data Penilaian Kualitas Media dari Ahli Media (Tahap I) .....	50
Tabel 20. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media (Tahap I).....	51
Tabel 21. Analisis Data Penilaian Kualitas Media dari Ahli Media (Tahap II).....	51
Tabel 22. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media (Tahap I).....	51
Tabel 23. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Media (Tahap II) .....	53
Tabel 24. Penilaian Uji Coba Terbatas.....	53
Tabel 25. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Terbatas.....	54
Tabel 26. Penilaian Uji Coba Lapangan Utama .....	55
Tabel 27. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Lapangan Utama.....	56

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Event kanga's Escape</i> .....	11
Gambar 2. <i>Event Frog Jump</i> .....	12
Gambar 3. <i>Event Lempar Turbo</i> .....	13
Gambar 4. <i>Event Formula 1</i> .....	14
Gambar 5. Skema Kerangka Berpikir .....	28
Gambar 6. Langkah-Langkah Berpikir .....	29
Gambar 7. Draft Produk.....	31
Gambar 8. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Materi Tahap I dan Tahap II .....	49
Gambar 9. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Media Tahap I dan Tahap II.....	53
Gambar 10. Tampilan Produk Sebelum Revisi Tampilan Tulisan.....	58
Gambar 11. Tampilan Produk Sesudah Revisi Tampilan Tulisan .....	58
Gambar 12. Tampilan Produk Sebelum Revisi Pemeran.....	58
Gambar 13. Tampilan Produk Sesudah Revisi Pemeran .....	58
Gambar 14. Tampilan Produk Sebelum Revisi Tempat.....	59
Gambar 15. Tampilan Produk Sesudah Revisi Tempat .....	59
Gambar 16. Tampilan Produk Sebelum Revisi Konten Alat Produk.....	59
Gambar 17. Tampilan Produk Sesudah Revisi Konten Alat Produk.....	59
Gambar 18. Tampilan Awal Produk .....	60
Gambar 19. Tampilan Akhir Produk.....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....	67
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian .....	68
Lampiran 3. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap I) .....	69
Lampiran 4. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap II).....	73
Lampiran 5. Surat Pernyataan Ahli Materi .....	77
Lampiran 6. Surat Permohonan <i>Expert Judgement</i> .....	78
Lampiran 7. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap I) .....	79
Lampiran 8. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap II) .....	83
Lampiran 9. Surat Pernyataan Ahli Media .....	87
Lampiran 10. Surat Permohonan <i>Expert Judgement</i> .....	88
Lampiran 11. Angket Penilaian Uji Coba Terbatas .....	89
Lampiran 12. Angket Penilaian Uji Lapangan Utama.....	92
Lampiran 13. Dokumentasi.....	95

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Olahraga atletik sebagai salah satu olahraga terkemuka di dunia merupakan induk dari segala bidang olahraga yang ada. Atletik sudah dipertandingkan sejak dahulu kala pada even olimpiade, tak heran jika atletik merupakan salah satu olahraga yang tertua di dunia. Seperti halnya dahulu, kini atletik juga menjadi olahraga yang digeluti sebagai ajang meraih prestasi. Namun dalam pencapaian prestasi tersebut, ada banyak komponen pendukung yang perlu diperhatikan, baik komponen langsung maupun tidak langsung atau komponen utama dan komponen pendukung. Seiring berjalannya waktu, atletik berkembang semakin maju baik pada latihan maupun perlombaan. Hal itu bertujuan agar bisa memudahkan atlet maupun pelatih, serta memberikan keefektifan pada setiap pelaksanaan kegiatan atletik. Maka dari itu, sudah seharusnya olahraga dikenalkan pada anak agar kemampuan gerak dasar mereka semakin banyak, tidak terkecuali dengan olahraga atletik yang bisa memenuhi kebutuhan gerak dan proses belajar gerak bagi anak-anak.

Pengalaman gerak sejak dini merupakan dasar untuk membentuk pola gerak di masa mendatang. Semakin muda usia anak maka potensi pertumbuhan jasmani akan semakin baik. Pertumbuhan jasmani terbaik terjadi pada usia 10 hingga 15 tahun. Pada usia tersebut gerak dasar pada anak berpotensi untuk berkembang optimal. Untuk itu perlu perhatian serius dan orang tua dan guru dalam mengamati perkembangan motorik anak agar mampu mengarahkan bakat olahraga pada cabang tertentu. Ria Lumintarso (2013) juga mengatakan bahwa tidak stabilnya prestasi olahraga di Indonesia adalah karena rendahnya fondasi pembinaan gerak yang dilakukan sejak dini.

Usia sebelum 10 hingga 15 tahun oleh Montessori (2012) juga disebut sebagai masa peka atau periode sensitif yaitu masa dimana anak

menyerap segala sesuatu dan lingkungannya, positif atau negatif. Usia tersebut terjadi pada masa 0-8 tahun. Anak sangat peka dengan rangsangan yang didapat dan lingkungan. Terkait dengan pembinaan olahraga sejak dini dan potensi pertumbuhan jasmani yang potensial untuk dikembangkan pada masa remaja, tahap anak usia dini adalah tahap anak belajar untuk memupuk minatnya terhadap olahraga (George Graham, Shirley Ann Halt, Melissa Parker, 1980). Untuk itu, anak perlu memperoleh pengalaman menyenangkan dalam melakukan pembelajaran gerak (Ria Lumintarso, 2013). Fakta tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain dan belajar gerak terjadi pada usia taman kanak-kanak, sekolah dasar dan sekolah menengah pertama.

Pada dasarnya, olahraga atletik sudah memiliki tahapan latihan bagi setiap kelompok usia. Tahapan tersebut adalah, *Kids Athletics, Multi-Events . Event Group Development, Specialisation, Performance* (IAAF, 2009:64). Kelima tahapan tersebut memiliki karakteristik, sasaran dan *treatment* yang berbeda-beda. Setiap atlet diharapkan juga bisa melakukan setiap tahapannya karena itu sangat penting dan berhubungan dengan tahapan berikutnya untuk memperkaya kemudian mendukung untuk melakukan gerak di tahap berikutnya sehingga atlet dapat mencapai prestasi maksimal atau *peak performance*. Hal demikian pula yang menyebabkan atletik memiliki banyak sekali cara berlatih dan mengembangkan diri meskipun tetap dalam gerakan utama yaitu lari, lompat, jalan dan lempar.

*World Athletics* telah mengembangkan *Kids Athletics* sejak tahun 2001 dimana gerakan yang diberikan mengacu pada olahraga *Athletics* dewasa namun telah disesuaikan dengan kemampuan mereka yang terbatas. Gerakan-gerakan tersebut juga disederhanakan dengan harapan tidak akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak karena aktivitas jasmani. Di Indonesia *Kids Athletics* juga telah dipertandingkan pada tingkatan sekolah dasar yaitu even O2SN meskipun dalam perlombaan tersebut tidak semua nomor diadakan. Dalam pelaksanaan



*Kids Athletics* pada O2SN juga selalu mempertimbangkan keamanan bagi para peserta. Semua peralatan dibuat dengan bahan yang tidak membahayakan dan ramah bagi fisik anak-anak. Diadakannya kegiatan tersebut tidak lain adalah untuk memberikan kegembiraan dan pengalaman bertanding bagi anak-anak, adapun hadiah yang ada merupakan sebuah penghargaan dan sebuah tambahan motivasi untuk rajin berlatih dan berproses menjadi seorang olahragawan yang lebih baik lagi.

*Kids Athletics* merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli di bidang olahraga untuk merangsang anak atau memberikan motivasi anak untuk bergerak menyerupai pembelajaran atletik yang sesungguhnya. Pada anak usia dini antara usia 8-14 tahun, *Kids Athletics* merupakan alternatif pembelajaran atletik di usia dini, hal ini dimaksudkan agar anak-anak menyukai pembelajaran atletik yang selama ini mempunyai kesan yang berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan. Dengan pembelajaran yang menyenangkan bagi anak-anak, maka anak akan merasakan bahwa permainan yang dimainkan tidak akan terasa membosankan dan melelahkan, yang dirasakan adalah rasa ingin bermain lebih lama lagi dan rasa ingin tahu lebih besar lagi. Selain itu, permainan *Kids Athletics* memiliki unsur tantangan, di mana ada unsur persaingan oleh lawan atau teman yang ikut bermain. Dengan demikian permainan *Kids Athletics* ini dapat di mainkan di lapangan terbuka, maupun bagi sekolah yang tidak memiliki halaman yang luas, maka permainan ini dapat di lakukan di mana saja. *Kids Athletics* adalah permainan yang memiliki unsur gerak dasar lari, lompat, lempar. Di samping itu, *Kids Athletics* juga dapat digunakan untuk meningkatkan kesegaran jasmani anak-anak usia dini, karena di dalam permainan ini terdapat unsur daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi.

Namun pada penerapannya, *Kids Athletics* yang sesuai dengan kaidah dari *World Athletics* sering terlupakan, banyak dari para pelatih

yang hanya memfokuskan pada prestasi sehingga melupakan hal yang paling dasar yaitu membangun dan memberikan pengalaman gerak pada anak-anak. Dunia anak yang cenderung lebih senang untuk belajar sambil bermain berubah menjadi kegiatan yang membosankan dan melelahkan karena tuntutan prestasi yang terlalu tinggi. Sehingga anak tidak dapat mengikuti latihan hingga sampai ke puncak penampilannya karena mereka memilih untuk berhenti berlatih akibat dari pola dan metode latihan yang salah sejak awal.

Sebenarnya, belajar gerak pada saat sekarang jauh lebih mudah dibandingkan dengan beberapa waktu yang lalu. Saat ini mudahnya akses internet bisa menjadi cara belajar gerak bagi anak-anak, baik dari media Youtube, Instagram, dan media sosial lainnya. Hanya saja, masih minimnya model latihan *Kids Athletics* di media sosial yang sesuai standar menjadi kendala dalam pengenalan dan pengembangan gerak pada anak, dan walaupun model latihan tersebut ada, gerakan-gerakan pada video terkadang tidak mudah untuk ditirukan dan cenderung tidak sesuai dengan tujuan pencapaian dari latihan tersebut. Hal itu bisa akibat dari ketidaksesuaian gerakan dengan umur anak atau karena penguasaan dasar gerak pada anak belum ada. Anak bisa melihat namun belum bisa meniru karena belum adanya penguasaan dasar gerak tersebut. Beberapa model latihan yang ada juga masih perlu adanya perubahan mengikuti perkembangan zaman. Model latihan yang sesuai kaidah *World Athletics* dengan tambahan audiovisual sebagai tambahan bisa digunakan untuk menarik minat dan semangat tanpa mengurangi dari tujuan latihan.

Dalam latihan gerak ini, adanya bantuan audiovisual diharapkan akan menambah motivasi dan ketertarikan anak-anak untuk berlatih. Dengan pemilihan pola latihan yang tepat tentu akan membantu anak dalam belajar dan menambah pengalaman gerak mereka. Maka dari itu, perlu adanya sebuah inovasi dan kreativitas dari para pelatih dalam menciptakan model-model latihan yang ada, salah satu caranya dengan berbasis audiovisual ini. Media Audiovisual dapat dikatakan sebagai

media yang paling mudah diterapkan karena dapat membantu mengatasi kekurangan dari kemampuan yang di miliki panca indera. Dalam penerapannya, audiovisual bertujuan untuk membangun, mengenalkan, dan memperjelas pemahaman materi yang bersifat abstraks kepada peserta didik, mengembangkan fungsi afektif dan mendorong kegiatan peserta didik lebih lanjut (Nana Sudjana dan Ahmad Rivai, 2003:57).

Dari seluruh pemaparan di atas dan berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, maka diperoleh informasi bahwa pentingnya media pembelajaran bagi anak berupa audiovisual gerak dasar *Kids Athletics* yang disusun secara sederhana agar memudahkan anak dalam berlatih, baik di tempat latihan maupun di rumah. Penulis menganggap penelitian ini penting untuk dilakukan, agar anak-anak dapat berlatih *Kids Athletics* secara semestinya yaitu dengan kegembiraan tanpa harus terbebani dengan latihan yang ada.

#### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, masalah dalam penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Latihan *Kids Athletics* berbasis audiovisual masih belum diterapkan.
2. Video yang tersebar di media sosial belum ideal digunakan sebagai sarana berlatih
3. Masih minimnya sumber maupun media belajar yang dapat digunakan sebagai model saat berlatih
4. Belum diketahui seberapa besar manfaat dari Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun.

#### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi latar belakang masalah yang ada, dan dengan melihat keterbatasan peneliti maka perlu adanya pembatasan masalah agar penulis dapat fokus pada penelitian ini. Masalah dalam penelitian ini hanya akan dibatasi pada “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun”

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang identifikasi masalah dan batasan masalah yang ada, penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

“Bagaimana Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun agar dapat membantu anak-anak dalam berlatih atletik?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan suatu model latihan *Kids Athletics* berbasis audiovisual dan mengetahui seberapa besar pengaruh latihan ini kepada anak-anak dalam berlatih atletik.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang didapatkan dari penelitian ini diantaranya :

1. Manfaat teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran latihan *Kids Athletics* berbasis audiovisual.
  - b. Sebagai sumbangan referensi studi pustaka untuk penelitian selanjutnya.
2. Manfaat Praktis
  - a. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi pedoman atau acuan latihan bagi pelatih untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar anak-anak.
  - b. Sebagai media belajar gerak mandiri bagi anak-anak.

#### **G. Spesifikasi yang Dikembangkan**

Produk Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun yang dihasilkan mempunyai spesifikasi :

- a. Video model latihan *Kids Athletics*
- b. Terdapat penjelasan mengenai gerak dasar atletik
- c. Desain dibuat menarik dengan diiringi audio untuk menambah semangat dan ketertarikan pada anak.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Pengembangan**

Media merupakan salah satu bentuk alat bantu yang digunakan untuk meningkatkan dan memudahkan kinerja. Tuntutan terhadap kemajuan teknologi mengharuskan adanya pengembangan. Inovasi terhadap suatu media selalu dilakukan guna mendapatkan kualitas yang lebih baik.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2002 Pengembangan adalah kegiatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bertujuan memanfaatkan kaidah dan teori ilmu pengetahuan yang telah terbukti kebenarannya untuk meningkatkan fungsi, manfaat, dan aplikasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah ada, atau menghasilkan teknologi baru. Pengembangan secara umum berarti pola pertumbuhan, perubahan secara perlahan (evolution) dan perubahan secara bertahap.

Menurut Seels & Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan berarti proses menterjemahkan atau menjabarkan spesifikasi rancangan kedalam bentuk fitur fisik. Pengembangan secara khusus berarti proses menghasilkan bahan-bahan pembelajaran. Sedangkan menurut Tessmer dan Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan memusatkan perhatiannya tidak hanya pada analisis kebutuhan, tetapi juga isu-isu luas tentang analisis awal-akhir, seperti analisis kontekstual. Pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk berdasarkan temuan-temuan uji lapangan.

Pada hakikatnya pengembangan adalah upaya pendidikan baik formal maupun non formal yang dilaksanakan secara sadar, berencana, terarah, teratur dan bertanggung jawab dalam rangka memperkenalkan, menumbuhkan, membimbing, mengembangkan suatu dasar kepribadian yang seimbang, utuh, selaras, pengetahuan, keterampilan sesuai dengan bakat, keinginan serta kemampuan-kemampuan, sebagai bekal atas prakarsa sendiri untuk menambah, meningkatkan, mengembangkan diri ke arah

tercapainya martabat, mutu dan kemampuan manusiawi yang optimal serta pribadi mandiri (Iskandar Wiryokusumo, 2011).

Dari pendapat para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengembangan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara sadar, terencana, terarah untuk membuat atau memperbaiki, sehingga menjadi produk yang semakin bermanfaat untuk meningkatkan kualitas sebagai upaya untuk menciptakan mutu yang lebih baik

## **2. Hakikat Latihan**

### **a. Pengertian latihan**

Latihan merupakan aktivitas sistematis yang berhubungan dengan gerak fisik dan kesegaran tubuh. Proses latihan memerlukan perencanaan karena tiap latihan memiliki prinsip-prinsip tertentu. Hal ini sesuai dengan pendapat IAAF (1993: 61) yang menyatakan bahwa latihan adalah suatu proses yang sistematis dengan tujuan meningkatkan *fitness* atau kesegaran seorang atlet. Dalam suatu aktivitas yang dipilih, latihan juga merupakan proses jangka panjang yang progresif sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan atlet. Berdasarkan pendapat di atas, maka latihan yang memiliki prinsip-prinsip tertentu harus dipahami oleh pelatih agar mampu menyusun program latihan jangka panjang yang efektif. Artinya, untuk menyusun program latihan haruslah mengetahui prinsip-prinsip latihan dan menuangkannya dalam bentuk rencana sistematis.

Bompa (1994: 3) menjelaskan “Latihan adalah suatu aktivitas olahraga yang dilakukan secara sistematis dalam waktu yang lama ditingkatkan secara progresif dan individual mengarah kepada ciri-ciri fungsi fisiologis dan psikologis untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu proses penyempurnaan kerja olahraga yang dilakukan oleh atlet secara sistematis, berulang-ulang, berkesinambungan

dengan kian hari meningkatkan jumlah beban latihannya untuk mencapai prestasi yang diinginkan.

Menurut Tjallie yang dikutip Hanif (2009: 12), latihan sebanyak 16 kali secara fisiologis sudah muncul perubahan yang menetap, sehingga dalam penelitian ini akan dilaksanakan sebanyak 16 kali pertemuan.

#### b. Prinsip Latihan

Prinsip-prinsip latihan adalah yang menjadi landasan atau pedoman suatu latihan agar maksud dan tujuan latihan tersebut dapat tercapai dan memiliki hasil sesuai dengan yang diharapkan. Prinsip latihan merupakan hal-hal yang harus ditaati, dilakukan atau dihindari agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan (Sukadiyanto, 2005: 18). Sukadiyanto (2005: 18-23) menyatakan prinsip latihan antara lain: prinsip kesiapan (*readiness*), prinsip individual, prinsip adaptasi, prinsip beban lebih (*overload*), prinsip progresif, prinsip spesifikasi, prinsip variasi, prinsip pemanasan dan pendinginan (*warm up* dan *cool-down*), prinsip latihan jangka panjang (*long term training*), prinsip berkebalikan (*reversibility*), dan prinsip sistematis.

#### c. Tujuan dan Sasaran Latihan

Latihan yang di program harus memiliki tujuan dan sasaran untuk dicapai. Tanpa adanya tujuan dan sasaran yang jelas dalam program latihan, maka latihan akan sia-sia serta tidak mengetahui secara pasti apa yang sebenarnya ingin dicapai dengan berlatih. Berkaitan dengan hal ini, Awan Hariono (2006:3) mengemukakan: “setiap aktivitas olahraga yang dilakukan seseorang selalu memiliki tujuan dan sasaran yang berbeda-beda, diantaranya untuk kesehatan, rekreasi, dan prestasi”. Menurut Harsono dkk (2015:152-162) ada beberapa ketentuan yang perlu diperhatikan agar sasaran dan tujuan yang ditetapkan menjadi pendorong atau penarik bagi atlet untuk berlatih. Adapun ketentuan tersebut sebagai berikut :

- 1) Harus menetapkan sasaran jangka panjang dan sasaran pendek.

Sasaran jangka panjang adalah sasaran akhir (*ultimate aim*) yang

harus dicapai setelah berlatih dalam suatu jangka waktu tertentu, sedangkan sasaran jangka pendek adalah sasaran yang bisa dibagi menjadi sasaran antara (*intermediate aim*) dan sasaran dekat (*immediate goal*).

- 2) Sasaran haruslah ditetapkan secara spesifik (khas) dan dapat diukur secara seobjektif mungkin.
- 3) Penetapan sasaran harus didasarkan pada RPL (*Realistic Performance Level*) atlet.
- 4) Sasaran sebaiknya ditetapkan bersama oleh pelatih dan atlet.
- 5) Karena selalu ada perbedaan dalam kemampuan individual pada setiap atlet, sasaran harus ditetapkan bagi perorangan setiap atlet.
- 6) Sebaiknya jangan menetapkan terlalu banyak sasaran sekaligus.
- 7) Nyatakan sasaran secara tertulis, dan bilamana mungkin, tempelkan daftar sasaran setiap atlet pada papan tulis sehingga bisa dilihat (*visible*) dan dibaca oleh semua orang.
- 8) Tetapkan sasaran berdasarkan “prestasi atlet di waktu-waktu yang lalu dan prestasinya saat sekarang, kemajuan yang diharapkan akan tercapai, jumlah waktu latihan yang dibutuhkan dan yang tersedia untuk mencapai sasaran tersebut, tetapkan sasaran pada saat penampilan/keberhasilan alih-alih pada hasil pertandingan (*set performance goals instead of outcome goals*).

d. Latihan pada Anak-Anak

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam latihan fisik bagi anak (Pate, Rotella dan McClenaghan, 1984: 326-327) adalah :

1. Latihan kekuatan dengan beban yang tinggi harus dilakukan dengan hati-hati pada anak-anak. Latihan hendaknya dengan beban yang sangat ringan, dan cenderung menekankan banyaknya ulangan (misalnya 15-20 kali). Perolehan kekuatan yang didapat dengan latihan tampaknya lebih besar pada anak yang lebih tua dan lebih dewasa daripada anak-anak pra-adolesensi



2. Bentuk latihan daya tahan dan pertandingan yang ekstrim harus dihindari pada anak-anak. Khususnya, tidaklah bijaksana bagi anak-anak yang belum dewasa atau matang untuk mengikuti kegiatan yang berlangsung lama seperti marathon. Bentuk latihan daya tahan yang tidak ada tekanan penuh tampaknya cocok bagi kebanyakan anak.
3. Anak-anak yang sedang dalam pertumbuhan harus dilarang untuk melakukan yang ketat untuk mengendalikan atau mengubah berat badan dan/atau komposisi tubuh. Secara khusus, diet rendah kalori dan teknik pengurangan cairan tidak digunakan pada atlet muda. Praktek semacam itu, tidak baik untuk pemenuhan gizi dan dapat mengganggu pertumbuhan dan proses perkembangan yang normal.
4. Pertandingan pada olahraga tertentu harus diatur sedemikian rupa untuk mencegah latihan individual yang berlebihan. Karena beberapa kegiatan pengulangan seperti pitching dalam baseball dapat menyebabkan cedera epifise, maka harus dibuat aturan untuk membatasi waktu latihan individual. Misalnya, seorang pitcher baseball dapat dibatasi hingga 3 inning melempar tiap permainan.
5. Harus diberikan perhatian yang besar dalam mengatur program olahraga kontak tubuh bagi anak-anak. Aturan harus dibuat untuk meminimalkan risiko cedera dan aturan tersebut harus dilakukan dengan ketat dan harus memakai alat pelindung yang sesuai dan kuat. Pada anak-anak pra adolesensi, olahraga kontak tubuh (adu tubuh) harus disesuaikan untuk menghindari dan mengurangi sebanyak mungkin kontak fisik yang keras.

Bompa (1994 : 71) mengemukakan tujuan latihan tahap Permulaan (6-10 tahun) adalah :

1. Latihan fisik dan teknik multilateral, dengan membuka anak pada berbagai keterampilan gerak dan teknik.

2. Mengembangkan struktur tubuh yang harmonis, dan juga sikap tubuh yang benar.
3. Mengembangkan koordinasi, keseimbangan, kelenturan, dan persepsi berbagai gerak.
4. Mengembangkan daya tahan aerobik tanpa membuka anak pada aktivitas yang menyebabkan tekanan (*stress*).
5. Mengembangkan konsentrasi, imajinasi, disiplin, dan kemauan yang kuat untuk menyelesaikan tugas latihan.
6. Tidak banyak mengambil bagian dalam kompetisi dan menghindari tekanan tentang peran kemenangan. Kompetisi dapat juga menyenangkan.

Berdasarkan karakteristik anak pada masa kanak-kanak, maka dapat dikemukakan bahwa pendekatan latihan fisik yang dapat dilakukan adalah :

1. Aktivitas fisik bertujuan untuk mengembangkan fisik yang bersifat multilateral.
2. Aktivitas fisik diorientasikan pada upaya merangsang dan memacu pertumbuhan dan perkembangan anak.
3. Aktivitas fisik berupa gerak dasar, yang meliputi gerak lokomotor, stabilitas dan gerak manipulatif.
4. Suasana aktivitas dikemas dalam bentuk “*game*” dan menyenangkan bagi anak.
5. Memfokuskan pada kerja anak daripada hasil akhir.

Dengan demikian pengembangan fisik untuk anak dapat diperoleh secara serempak, bukan merupakan aktivitas yang berdiri sendiri untuk mengembangkan unsur fisik tertentu. Misalnya dengan melakukan permainan tertentu, akan diperoleh pengembangan unsurunsur kecepatan, waktu reaksi, kekuatan, koordinasi, kelincahan dan lain-lain.

### **3. Hakikat Olahraga Atletik**

Atletik adalah salah satu unsur dari pendidikan jasmani dan kesehatan, yang merupakan komponen-komponen pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani serta pembinaan hidup sehat dan pengembangan jasmani, mental, social, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Atletik yang juga meliputi gerakan jalan, lari, lempar, dan lompat adalah cabang olahraga yang paling tua di dunia. Hal ini karena umur olahraga atletik ini sama tuanya dengan mulai adanya manusia-manusia yang pertama di dunia. Aktivitas jalan, lari, lempar dan lompat merupakan bentuk-bentuk keterampilan gerak dasar paling asli dan paling wajar dari manusia, serta merupakan gerakan-gerakan yang amat penting dan tidak ternilai artinya bagi kehidupan manusia (Khomsin, 2011:1). Atletik merupakan aktivitas jasmani atau latihan fisik, berisikan gerakan-gerakan alamiah dan wajar sesuai dengan apa yang dilaksanakan pada kehidupan kita sehari-hari. Seperti jalan, lari, lompat, lempar dan loncat (Sukirno, 2011:17). Menurut Gyulai (dalam Sukirno, 2011:1) “cabang olahraga atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki keistimewaan, dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya, lebih dari lima puluh juta masyarakat di dunia melibatkan diri pada kegiatan atletik dengan memilih lebih dari seratus ribu club atletik yang terlibat dalam kegiatan kompetisi”.

Atletik dikatakan sebagai ibu dari segala cabang olahraga karena mengandung berbagai unsur gerakan sehari-hari. Pada zaman primitif sangat penting artinya untuk mencari nafkah dan mempertahankan hidup. Mereka hidup dengan berburu binatang liar, diperlukan ketangkasan, kecepatan dan kekuatan. Pandangan hidup pada zaman itu adalah yang kuat yang berkuasa sehingga untuk dapat tetap hidup dan mempertahankan diri mereka harus berlatih jasmani. Pada zaman Yunani dan Romawi kuno telah terlihat arah latihan jasmani.

Atletik berasal dari kata Yunani yaitu *Atlon*, *Atlun* yang berarti pertandingan atau perjuangan. Jadi atletik menurut Ensoklopedi Indonesia

berarti pertandingan dan olah raga pada atletik. Atletik yaitu suatu cabang olahraga mempertandingkan lari, lompat, jalan dan lempar. Olahraga atletik mula-mula dipopulerkan oleh bangsa Yunani kira-kira pada abad ke-6 SM. Orang yang berjasa mempopulerkannya adalah Iccus dan Herodicus. Tetapi walaupun demikian dasarnya tetap sama yaitu berjalan, lari, lompat dan lempar. Istilah atletik ini juga bisa dijumpai dalam berbagai bahasa antara lain dalam bahasa Inggris *Athletic*, dalam bahasa Perancis *Ateletique*, dalam bahasa Belanda *Atletik*, dalam bahasa Jerman *Athletik*.

Atletik merupakan olahraga yang sudah ada sejak zaman dahulu kala. Atletik merupakan aktivitas jasmani, fisik, dan olahraga paling dasar serta wajar yang dapat dikatakan sebagai induk dari segala macam olahraga yang ada, hal tersebut dikarenakan atletik memiliki unsur gerakan yang ada dalam olahraga lain dan dalam kehidupan sehari-hari. Gerakan dasar tersebut antara lain adalah lari, lompat, lempar, dan jalan.

#### **4. Hakekat *Kids Athletics***

##### **a. *Kids Athletics***

*Kids Athletics* merupakan minatur dari program *event* atletik yang sebenarnya. *Kids* atletik dikembangkan dengan tujuan agar bisa membawa kegembiraan dalam bermain atletik. Menurut IAAF atau World *Athletics*, *Kid's Athletics* merupakan kegiatan yang dimaksudkan untuk menghadirkan kegembiraan dalam bermain Atletik, even baru dan inovatif ini akan memungkinkan anak-anak menemukan dasar dalam aktivitas : lari cepat, lari ketahanan, nelompat, melempar atau memasukkan, yang dapat dilakukan di tempat mana saja, (stadion, taman bermain, gimnasium, area olahraga yang teresedia, dsb.). Dengan adanya *kids* atletik akan memungkinkan anak-anak untuk menemukan latihan dasar, seperti lari, lompat dan lempar. *Kids Athletics* merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli Pendidikan Jasmani untuk merangsang anak atau memberikan motivasi anak untuk bergerak menyerupai pembelajaran atletik yang sesungguhnya. Pada anak usia dini

antara usia 8-14 tahun, *Kids Athletics* merupakan alternatif pembelajaran atletik di usia dini, hal ini dimaksudkan agar anak-anak menyukai pembelajaran atletik yang selama ini mempunyai kesan yang berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan. Dengan pembelajaran yang menyenangkan bagi anak-anak, maka anak akan merasakan bahwa permainan yang dimainkan tidak akan terasa membosankan dan melelahkan, yang dirasakan adalah rasa ingin bermain lebih lama lagi dan rasa ingin tahu lebih besar lagi. Selain itu, permainan *Kids Athletics* memiliki unsur tantangan, di mana ada unsur persaingan oleh lawan atau teman yang ikut bermain. Dengan demikian permainan *Kids Athletics* ini dapat di mainkan di lapangan terbuka, maupun bagi sekolah yang tidak memiliki halaman yang luas, maka permainan ini dapat di lakukan di mana saja. *Kids Athletics* adalah permainan yang memiliki unsur gerak dasar lari, lompat, lempar. Di samping itu, *Kids Athletics* juga dapat digunakan untuk meningkatkan kesegaran jasmani anak-anak usia dini, karena di dalam permainan ini terdapat unsur daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi.

Sarana dan prasarana dalam *Kids Athletics* juga dapat dimodifikasi sesuai dengan kondisi dan lingkungan sekitar. Di samping itu, peralatan *Kids Athletics* berasal dari limbah rumah tangga yang sudah tidak berfungsi lagi, misalnya ban sepeda, ban mobil, bambu, kardus, botol, dan lain sebagainya. Dengan peralatan yang sederhana dan mudah ditemukan di sekitar kita, maka tidak ada alasan lagi bagi guru penjas untuk meningkatkan hasil pembelajaran penjas melalui pembelajaran yang menyenangkan, murah dan dapat dilakukan di mana saja.

#### **b. Konsep *Kids Atletik***

*Kids Athletics* memberikan kegembiraan, latihan-latihan yang baru dan gerakan-gerakan yang beragam atau bervariasi. Permainan *Kids Athletics* ini dapat dimainkan oleh sejumlah anak yang relatif besar, sehingga area bermain maupun waktu permainan harus diperhitungkan. Melalui gerakan atletik dasar pada permainan *Kids Athletics* (lari, lompat,

lempar) dalam pembelajaran penjas di sekolah, maka anak-anak dapat berpartisipasi dalam suasana bermain, tidak tegang, dan dalam situasi menyenangkan. Permainan *Kids Athletics* ini memberi kesempatan pada anak-anak untuk mempraktekkan permainan ini, baik dilakukan di sekolah, di halaman rumah, bahkan di pertokoan maupun di tempat-tempat umum di pusat rekreasi. Maksud dan tujuan dari permainan *Kids Athletics* menurut IAAF (2002:6) berisi tentang konsep sebagai berikut :

- 1) Anak-anak dapat melakukan permainan *Kids Athletics* ini secara bersamaan dalam jumlah yang besar atau banyak.
- 2) Bentuk gerakan dasar atletik yang beragam dapat dipraktekkan dalam permainan *Kids Athletics*.
- 3) Kemampuan anak-anak sangat bervariasi menurut usia dan syarat kemampuan berkoordinasi.
- 4) Suatu sifat petualangan anak menawarkan suatu pendekatan pembelajaran atletik cocok untuk anak-anak.
- 5) Susunan dan struktur sistem penilaian permainan *Kids Athletics* ini adalah mudah dengan sistem urutan rangking dari tim atau regu.
- 6) Permainan *Kids Athletics* dimainkan sebagai suatu event tim campuran yaitu dapat dimainkan anak putra maupun putri secara bersama-sama.

**c. Tujuan *Kids Athletics***

Menurut IAAF dalam buku panduan *Kids Athletics – A Practical Guide (2006)*, permainan *Kids Athletics* ini memiliki tujuan yang ingin dicapai antara lain :

- 1) Aktifitas Fisik.

Permainan ini disesuaikan menurut usia dan fisik anak, agar memberi motivasi kepada anak-anak dalam pembelajaran penjas di sekolah, maupun di klub-klub atletik yang terlibat aktivitas fisik sehingga akan mengetahui manfaat dari kegiatan yang dilakukan secara teratur.

## 2) Meningkatkan Derajat Kesehatan

Salah satu tujuan olahraga harus mendorong anak-anak untuk bermain dalam rangka meningkatkan kesehatan jangka panjang. Kesehatan fisik yang mantap dilakukan melalui cara hidup yang aktif dan sehat, sehingga nantinya menjadi pijakan untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga sepanjang hidupnya. Selain itu, *Kids Athletics* dirancang secara unit untuk memenuhi tantangan dengan menawarkan tugas-tugas koordinasi yang beragam dan berkaitan dengan usia anak.

## 3) Pembentukan Interaksi Sosial Anak

Pembentukan tim atau regu merupakan suatu pembentukan nilai-nilai afektif atau sosial anak. Permainan *Kids Athletics* ini ditekankan pada anak-anak untuk mendapatkan rangsangan agar dapat bekerjasama dengan teman, sehingga anak-anak menyadari akan pentingnya kerja sama. Selain itu, anak-anak juga diarahkan untuk memiliki jiwa sportif.

## 4) Memiliki Sifat-Sifat Petualang

Suatu kunci yang memiliki daya tarik dari permainan *Kids Athletics* ini adalah ketegangan yang ditimbulkan. Anak-anak akan mengalami suatu tantangan untuk mengalahkan lawan dengan berbagai rangsangan khusus untuk memenangkan perlombaan. Tentu saja permainan ini akan menegangkan karena masing-masing regu akan berusaha mengalahkan lawannya, sehingga akan merangsang anak agar tidak pantang menyerah.

## 5) Sebagai Wadah untuk Berprestasi

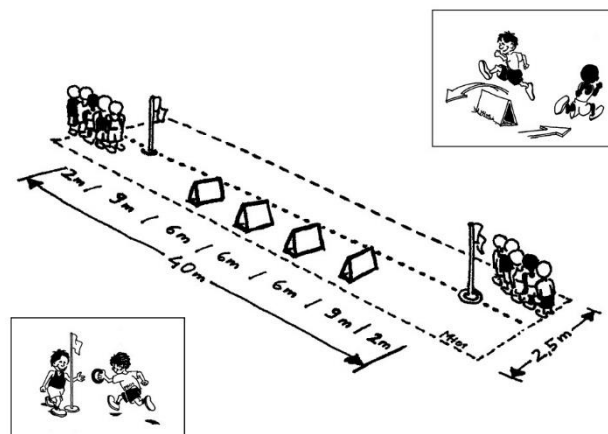
*Kids Athletics* tidak hanya sebagai cara untuk mengembangkan dasar gerak anak, namun *Kids Athletics* juga merupakan tempat mencari bakat-bakat atlet untuk berprestasi dimasa yang akan datang.

### d. *Event Kids Athletics*

Nomor pada kegiatan *kids* atletik meliputi : *Kanga's escape* (*Sprint/Gawang*), lompat katak, lempar turbo, dan formula 1.

### 1. *Kanga's Escape*

*Kanga's Escape* merupakan lari estafet bolak-balik dengan kombinasi *sprint* dan gawang.



Event from IAAF Kids' Athletics Competition

Gambar 1. *Event Kanga's Escape*  
(Sumber : IAAF, 2006)

#### Prosedur Pelaksanaan :

Dua lintasan setiap tim, satu dengan gawang dan satunya tidak. Dua orang didalam tim berdiri di satu sisi dan dua yang lain disisi seberangnya. Peserta pertama star dari star berdiri dan lari 40 meter tanpa gawang. Pada akhir lintasan memberikan gelang estafet (gelang diberikan dibelakang bendera) ke pelari nomor dua yang meneruskan lari melewati gawang. Pelari kedua juga star dengan posisi berdiri dan lari melewati gawang sampai ujung lintasan dan memberikan gelang estafet ke pelari ketiga. Pelari ketiga lari tanpa gawang dan memberikan ke pelari empat dan seterusnya sampai semua pelari melakukan lari tanpa gawang dan dengan gawang. Dengan demikian pelari ketiga adalah pelari terakhir melewati gawang dan diambil waktunya. Gelang estafet dengan dibawa



dengan tangan kanan dan diberikan kepada pelari selanjutnya yang menerima juga dengan tangan kanan.

Penilaian :

Pemeringkatan dilakukan berdasarkan waktu. Tim pemenang adalah tim yang paling cepat menyelesaikan lari. Satu kali lari dapat dilakukan oleh sejumlah tim bersamaan tergantung dari jumlah tim dan ketersediaan panitia.

Peralatan :

Setiap lintasan perlu disediakan peralatan sebagai berikut :

1. 1 stopwatch
2. 1 kartu even tiap pos
3. 4 gawang (tinggi 50 cm, dan jarak 6 meter antar gawang)
4. 2 tanda/tongkat berbendera
5. 1 gelang estafet

## **2. Loncat katak (Lompat jauh dari berdiri)**

Loncat katak merupakan lompat dengan dua kaki kedepan dari posisi *squat*.



Gambar 2. *Event Frog Jump* / Loncat Katak  
(Sumber : IAAF, 2006)

Prosedur Pelaksanaan :

Dari garis star seorang peserta melakukan “loncat katak” tiga kali berturut-turut

dengan bertumpu dan mendarat dua kaki. Petugas memberi tanda bagian tubuh yang terdekat dari garis star (tumit). Bila peserta jatuh ke belakang maka tandanya adalah pada tangan yang dekat dengan garis star.

Titik pendaratan peserta pertama adalah titik awal lompat peserta kedua dan seterusnya.

Lomba diselesaikan setelah anggota regu terakhir meloncat dan mendarat serta diberi tanda pada pendaratannya. Gerakan ini dilakukan dua kali, dan hasil yang terbaik yang digunakan.

Penilaian :

Setiap anggota tim berlomba, dan jumlah jarak yang dicapai oleh 4 peserta anggota tim adalah hasilnya.

Pengukuran dilakukan sampai pada 1 cm.

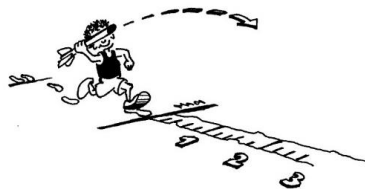
Peralatan :

Setiap tim memerlukan peralatan sebagai berikut :

1. 1 meteran
2. Alat penanda
3. 1 kartu lomba

### **3. Lempar Turbo (lempar lembing anak)**

Lempar turbo adalah lempar satu tangan untuk mencapai jarak dengan lembing anak.



Event from IAAF Kids' Athletics Competition

Gambar 3. *Event* Lempar Turbo  
(Sumber : IAAF, 2006)

Prosedur Pelaksanaan :

Lempat lembing anak-anak diawali dengan awalan 5 meter. Setelah melakukan awalan pendek peserta melempar lembing anak ke area lemparan dengan dibatasi garis lempar. Setiap peserta melakukan dua lemparan.

Keamanan :

Karena keamanan cukup rawan dalam lempat lembing maka hanya petugas yang boleh berada di area pendaratan lemparan. Sangat terlarang melempar balik lembing ke arah batas garis lempar.

Penilaian :

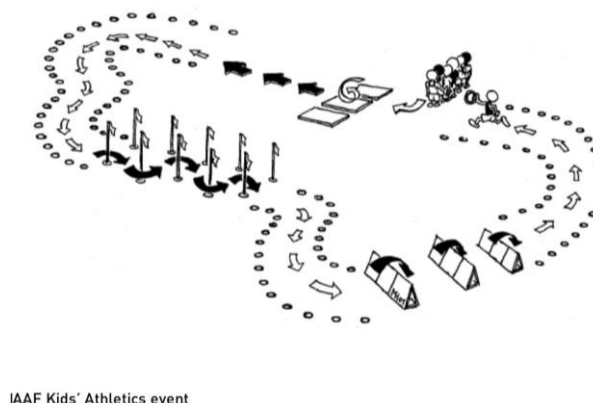
Setiap lemparan diukur dengan memberi tanda yang ditarik 90 derajat ke arah garis batas lempar. Dan dicatat per interval 25 cm. Bila lembing jatuh diantara/tengah garis 25 cm maka dibulatkan ke atas. Jumlah jarak terbaik dari dua lemparan masing-masing anggota tim merupakan hasil prestasi tim.

Peralatan :

1. 2 lembing anak (lembing turbo)
2. Garis ukur yang telah dikalibrasi dengan meteran
3. Kartu lomba

#### 4. Formula 1 (*Sprint, Gawang, dan Slalom*)

Formula 1 merupakan bagian dari *kids* atletik dimana nomor ini berupa estafet dengan kombinasi sprint, gawang, dan slalom.



Gambar 4. *Event Formula 1*  
(Sumber : IAAF, 2006)

Prosedur Pelaksanaan :

Keliling lintasan sekitar 80 meter yang dibagi menjadi area lari/sprint, lari gawang, dan slalom. Gelang estafet digunakan sebagai alat perpindahan. Setiap peserta harus memulai rangkaian aktivitas dengan melakukan roll depan atau samping di atas matras.

Setiap peserta harus melakukan aktivitas sepanjang lintasan secara lengkap dan memberikan gelang kepada peserta selanjutnya. Sekali start dapat dilakukan sampai enam tim bersama-sama.

Penilaian :

Pemeringkatan dilakukan dengan melihat catatan waktu yang dicapai oleh setiap tim/regu. Demikian juga dengan tim/regu selanjutnya, sesuai dengan peringkat waktu.

Peralatan :

1. 9 gawang
2. 10 tongkat/tiang slalom (jarak 1m tiap tiang)
3. 3 busa/matras
4. Sekitar 30 kerucut/tanda
5. 1 stopwatch
6. 1 kartu lomba

## **5. Media Audiovisual**

### **1. Media Audio**

Media Audio (media dengar) adalah media yang isi pesannya hanya diterima melalui indera pendengaran. Dengan kata lain, media jenis ini hanya melibatkan indera dengar dan memanipulasi unsur bunyi atau suara semata (Setyosari dan Sihkabuden, 2005). Suara adalah fenomena fisik yang dihasilkan oleh getaran suatu benda yang berupa sinyal analog dengan amplitude yang berubah secara kontinyu terhadap waktu. Suara dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1995: 966) di antaranya berarti

bunyi yang dikeluarkan dari mulut manusia, bunyi binatang, ucapan (perkataan), dan bunyi bahasa (bunyi ujar). Dari itu, dilihat dari sifat pesan yang diterima, media audio ini bisa menyampaikan pesan verbal maupun non verbal. Pesan verbal berupa bahasa lisan atau kata-kata, sedangkan pesan non verbal berwujud bunyi-bunyian dan vokalisasi, seperti gerutuan, gumam, musik, dan lain-lain.

#### **a. Jenis-jenis Media Audio**

Untuk dapat menggunakan perangkat audio sebagai media pembelajaran, maka ada baiknya mengenal peralatan audio tersebut, terutama peralatan yang mampu merekam suara. Di antaranya adalah :

##### **• *Phonograph (Gramophone)***

Alat rekam ini menggunakan cakram datar yang disebut gramafon (gramophone), yang kemudian dikenal dengan nama piringan hitam (record), yang telah berkali-kali mengalami perkembangan pembuatannya. Piringan hitam ini, mampu merekam berbagai macam suara mulai dari ucapan katakata, suara badai, kicau burung, music simponi dan lain-lain.hanya saja piringannya mudah tergores dan aus serta diameternya yang besar. Alat ini cocok digunakan untuk music, drama, puisi, dongeng, tutur cerita dan lainlain.

##### **• *Open Reel Tapes***

Kelebihan program audio yang menggunakan pita *Open Reel Tape Recorder* ialah kualitas suaranya lebih bagus dibandingkan dengan pita kaset. *Open Reel Tape Recorder* ini, ada yang menggunakan sestem full track (mono) dan yang menggunakan sistem stereo. Namun pada umumnya programprogram audio diperbanyak dalam bentuk mono.

##### **• *Cassette Tape Recorder***

Perekam kaset audio ini adalah yang paling populer dalam masyarakat. Untuk berbagai keperluan maka dibuat pita kaset dalam beberapa kualitas, yaitu dari yang paling rendah, normal dan metal. Namun umumnya program audio (untuk pendidikan), dibuat di atas pita kaset normal.

- **Compact Disc (CD)**

Inovasi secara revolusioner di dunia audio rekam terjadi pada tahun 1979, yakni akhirnya compact disc (CD) sebagai hasil percampuran computer dan tenaga laser. Compact Disc atau cakram padat adalah sebuah piringan optical yang digunakan untuk menyimpan data secara digital. Teknologi cakram padat kemudian diadopsi untuk digunakan sebagai alat penyimpan data yang dikenal sebagai CD-ROM.

- **Radio**

Radio adalah satu alat komunikasi elektro magnetic untuk mengirim dan menerima pesan suara dengan menggunakan sistem gelombang suara melalui udara. Pemancar radio mengubah, atau melakukan modulasi gelombang radio agar dapat menyampaikan informasi. Dalam dunia pendidikan, hingga kini radio masih digunakan sebagai media pembelajaran, khususnya untuk program pembelajaran jarak jauh. Penggunaan radio sebagai media pendidikan tidak perlu diragukan lagi peranannya, hal ini disebabkan karena radio memiliki daya jangkauan yang luas.

Secara umum, media audio memiliki kelebihan dan keterbatasan. Kelebihannya: fleksibel, relative murah, ringkas, mudah dibawa (portable). Sedangkan keterbatasannya: memerlukan peralatan khusus, memerlukan kemampuan/ketrampilan khusus untuk pemanfaatannya.

## **2. Media Visual**

Media visual, yaitu media yang hanya mengandalkan indra penglihatan dalam wujud visual. Konotasi media visual dalam pengajaran memiliki pengertian yang sangat luas, karena pada dasarnya media pembelajaran yang digunakan dalam pengajaran hampir semuanya dapat dinikmati oleh indera penglihatan kita. Dalam bahasan ini media visual yang dimaksud, adalah media yang penampilan materialnya dengan menggunakan alat proyeksi atau proyektor, karena melalui media ini perangkat lunak (*software*) yang melengkapi alat proyeksi ini akan dihasilkan suatu bias cahaya atau gambar yang sesuai dengan materi yang

diinginkan. Berdasarkan fungsi penggunaannya media visual hasil bias elektronik dapat diklasifikasikan menjadi media visual tak bergerak (diam) ialah media yang dapat menampilkan atau membiaskan gambar diam pada layar, seperti : *Overhead Projector (OHP)*, *Opaque Projector*, *Slides* dan *Film Strip*. Sedangkan media visual yang bergerak ialah media yang dapat menampilkan atau membiaskan gambar atau bayangan yang dapat bergerak di layar bias, seperti : bias gambar-gambar yang ditampilkan oleh motion picture film dan loop film. Masing-masing media, baik yang bergerak maupun yang tak bergerak dilihat penggunaannya tak lepas dari kelebihan dan keterbatasan yang ada, tergantung pada situasi dan kondisi pengoperasiannya. Beberapa media visual adalah sebagai berikut :

**1. *Overhead Projector (OHP)* dan *Transparansi***

**2. *Opaque Projector***

*Opaque Projector* ialah alat proyeksi yang dapat mempro-yeksikan bendabenda atau bahan yang tidak tembus cahaya seperti gambar, photo, tulisan bahkan benda asli yang berukuran kecil yang dapat ditempatkan pada alat tersebut dapat diproyeksikan pula

**3. *Slides (Film Bingkai)***

*Slides* adalah bidang transparan yang bergambar. Bidang transparan itu dapat berupa kaca, plastik jernih atau seluloid. Gambar transparan tersebut kemudian diproyeksikan melalui alat yang disebut *Slides Projector*. Gambarnya bisa berupa hasil lukisan tangan, tetapi pada umumnya merupakan hasil pemotretan yaitu dengan menggunakan film 35 mm khusus untuk membuat slide. Tiap gambar diberi bingkai dan bingkai ini biasanya sudah dipersiapkan oleh toko yang menjual alat-alat fotografi.

**4. *Film Strip (Film Rangkai)***

*Film strip* adalah serangkaian gambar pada 35 mm film positif dalam urutan tertentu. Untuk memproyeksikannya ialah dengan menggunakan proyektor film strip. Dewasa ini ada pula proyektor film

strip yang dikombinasikan untuk proyektor slide. **5. Microprojection, Microfilm, dan Microcard**

*Microprojection* adalah film hasil pemotretan dari benda-benda mikro yang telah diperbesar dengan alat microscope dan dengan proyektor khusus untuk itu gambar dapat diproyeksikan ke layar.

#### **6. Loop Film**

*Loop film* atau *filmloop* adalah jenis film (*motion picture film*) dari ukuran 8 mm atau 16 mm yang ujung-ujungnya saling bersambung, sehingga film ini akan berputar terus berulang-ulang bila tidak dimatikan. Yang berukuran 8 mm lebih praktis karena dirancang dalam bentuk kaset, lama putarnya berkisar antara 3 – 4 menit.

### **3. Media Audiovisual**

Media audio-visual disebut juga sebagai media video. Video merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Dalam media video terdapat dua unsur yang saling bersatu yaitu audio dan visual. Adanya unsur audio memungkinkan anak untuk dapat menerima pesan pembelajaran dan latihan melalui pendengaran, sedangkan unsur visual memungkinkan penciptaan pesan belajar melalui bentuk visualisasi. Menurut Ronal Anderson (1994:99), media video adalah merupakan rangkaian gambar elektronis yang disertai oleh unsur suara audio juga mempunyai unsur gambar yang dituangkan melalui pita video (*video tape*). Rangkaian gambar elektronis tersebut kemudian diputar dengan suatu alat yaitu *video cassette recorder* atau *video player*.

### **4. Karakteristik Media Video**

Menurut Ronald Anderson (1994:103-105) bahwa dalam media video terdapat kelebihan dan kekurangan, antara lain :

Kelebihan media video :

1. Dapat digunakan untuk klasikal atau individual
2. Dapat digunakaan seketika.
3. Digunakan secara berulang.
4. Dapat menyajiakn materi secara fisik tidak dapat bicara kedalam kelas.



5. Dapat menyajikan objek yang bersifat bahaya
6. Dapat menyajikan obyek secara detail
7. Tidak memerlukan ruang gelap
8. Dapat di perlambat dan di percepat
9. Menyajikan gambar dan suara

Kelemahan media video :

1. Sukar untuk dapat direvisi
2. Relatif mahal
3. Memerlukan keahlian khusus

## **5. Tujuan media Video**

Ronald Anderson (1994:102) mengemukakan tentang beberapa tujuan dari pembelajaran menggunakan media video, antara lain :

Untuk tujuan kognitif :

1. Dapat mengembangkan mitra kognitif yang menyangkut kemampuan mengenal kembali dan kemampuan memberikan rangsangan gerak dan serasi.
2. Dapat menunjukkan serangkaian gambar diam tanpa suara sebagai media foto dan film bingkai meskipun kurang ekonomis.
3. Melalui video dapat pula diajarkan pengetahuan tentang hukum-hukum dan prinsip-prinsip tertentu.
4. Video dapat digunakan untuk menunjukan contoh dan cara bersikap atau berbuat dalam suatu penampilan, khususnya yang menyangkut interaksi anak.

Untuk tujuan afektif :

1. Video merupakan media yang baik sekali untuk menyampaikan informasi dalam matra afektif.
2. Dapat menggunakan efek dan teknik, video dapat menjadi media yang sangat baik dalam mempengaruhi sikap dan emosi.

Untuk tujuan psikomotorik :

1. Video merupakan media yang tepat untuk memperlihatkan contoh ketrampilan yang menyangkut gerak. Dengan alat ini dijelaskan, baik

dengan cara memperlambat maupun mempercepat gerakan yang ditampilkan.

2. Melalui video siswa dapat langsung mendapat umpan balik secara visual terhadap kemampuan mereka sehingga mampu mencoba ketrampilan yang menyangkut gerakan tadi.

## **6. Hakikat Belajar Gerak**

### **a. Pengertian Belajar Gerak**

Pengertian belajar gerak tidak terlepas dari pengertian belajar pada umumnya. Belajar gerak merupakan bagian dari belajar. Belajar gerak adalah belajar yang menekankan pada aktivitas gerak, belajar kognitif pada aktivitas berpikir dan belajar efektif menekankan pada aktivitas emosi dan perasaan.

Ketiga macam belajar ini mempunyai keunikan masing-masing yang dapat dilihat antara lain pada : materi yang dipelajari, proses dan kondisi belajar, intensitas keterlibatan setiap unsur domain kemampuan serta hasil belajar. Dalam belajar gerak materi yang dipelajari adalah pola-pola keterampilan gerak tubuh, proses dan kondisi belajar meliputi pengamatan gerakan gerakan untuk dapat mengerti prinsip-prinsip bentuk gerakan , menirukan dan mencoba melakukan. Selanjutnya menerapkan pola-pola gerak yang dikuasai dalam kondisi-kondisi tertentu yang dihadapi dan akhirnya bisa menciptakan gerakan yang lebih efisien. Domain kemampuan yang paling intensif keterlibatannya adalah domain fisik dan psikomotor, sedangkan hasil belajar dalam belajar gerak berupa peningkatan kualitas gerakan tubuh (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1992: 234)

Belajar gerak didefinisikan sebagai seperangkat proses yang berhubungan dengan latihan dan pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil (Schmidt. R.A, 1991: 153). Menurut Slamet Riyadi (2011: 11) pada dasarnya belajar gerak (*motor learning*) merupakan suatu proses belajar yang bertujuan untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak secara efektif dan efisien.

Meskipun tekanan belajar gerak adalah penguasaan keterampilan, aspek lain seperti domain kognisi tidak bisa diabaikan. (Meinel (1976) menggambarkan analisis spesifik dari belajar dalam konteks olahraga. Belajar gerak terdiri dari tahap penguasaan, penghalusan dan penstabilan gerak/keterampilan teknik olahraga. Ia menekankan, integrasi keterampilan di dalam perkembangan total dari kepribadian seseorang. Oleh sebab itu, penguasaan keterampilan baru diperoleh melalui penerimaan dan pemilihan pengetahuan, perkembangan koordinasi dan fisik sebagaimana kepercayaan dan semangat juang (Lutan, 1988: 102).

Menurut Schmidt (1991: 153) dan Lutan (1988: 102-105) ada beberapa aspek penting dalam definisi belajar gerak, yang meliputi :

- a) Belajar sebagai sebuah proses, bukan suatu perubahan perilaku. Belajar adalah proses yang mendukung terjadinya perubahan perilaku.
- b) Belajar gerak adalah hasil langsung dari latihan dan pengalaman.
- c) Belajar gerak tidak teramati secara langsung, hanya dapat ditafsirkan eksistensinya dari perubahan yang terjadi dalam keterampilan/perilaku gerak.
- d) Belajar gerak menghasilkan kapabilitas untuk bereaksi (kebiasaan).
- e) Belajar gerak relatif permanen.
- f) Belajar gerak bisa menimbulkan efek negatif.
- g) Belajar gerak meliputi seperangkat proses dalam sistem syaraf pusat

#### **b. Klasifikasi Belajar Gerak**

Banyak pendekatan dikembangkan untuk menggolongkan keterampilan gerak, setidaknya dengan mengetahui penggolongan dan taksonominya akan diketahui perbedaan-perbedaan dalam keterampilan tersebut. Setiap sistem penggolongan didasarkan pada hakekat umum dari keterampilan yang dikaitkan dengan aspek - aspek khusus dari keterampilan tersebut. Menurut Keer (1982: 9-12), Lutan (1988: 96-99),

dan Sugiyanto dan Sudjarwo (1992: 249-251) ketetrampilan gerak digolongkan berdasarkan :

1. Kecermatan gerakan atau jenis otot yang terlibat.
  - Keterampilan gerak halus (*fine motor skill*)  
Gerakan yang dalam pelaksanaannya melibatkan otot-otot halus sebagai basis utama gerakan. Misal, melepas busur dalam memanah.
  - Keterampilan gerak kasar/ agal (*gross motor skill*)  
Gerakan yang dalam pelaksanaannya melibatkan otot-otot besar sebagai basis utama gerakan. Misal, berlari sprint.
2. Pembedaan titik awal dan akhir gerakan
  - Gerak diskrit (*discrete motor skill*)  
Keterampilan yang dapat dikenal / dibedakan secara jelas titik awal dan akhir gerakan
  - Gerak serial (*Serial motor skill*)  
Keterampilan gerak diskrit yang dilakukan beberapa kali secara berulang-ulang.
  - Gerak kontinyu (*continuous motor skill*)  
Keterampilan gerak yang tidak bisa dengan mudah ditandai titik awal dan akhir gerakannya.
3. Stabilitas Lingkungan  
Seberapa jauh lingkungan dapat diprediksi selama pelaksanaan gerakan.
  - Keterampilan gerak terbuka (*open skill*)  
Lingkungan selalu berubah/sukar diprediksi, sehingga pelaku tidak dapat merencanakan secara efektif respon yang serasi. Misal, bermain sepakbola.
  - Keterampilan gerak tertutup (*closed skill*)  
Lingkungan dapat diprediksi, pelaku dapat melakukan perencanaan respons yang selaras dengan kondisi lingkungan. Misal, memanah, menembak.

## **7. Karakteristik Anak-Anak Usia 7-10 Tahun (Sekolah Dasar)**

Aktivitas yang diperlukan dalam proses tumbuh kembang anak pada usia ini (7-10Tahun) di antaranya adalah (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1992:127-128):

1. Bermain dalam situasi berlomba atau bertanding dengan pengorganisasian yang sederhana. Misalnya: berlomba dalam beberapa macam gerakan seperti berlari, merayap, melompat, menggiring bola, adu lempar tangkap dan sebagainya. Melakukan pertandingan cabang olahraga yang peraturannya disederhanakan, misalnya pertandingan voli mini. Dengan pengarahan dan pengelolaan aktivitas yang baik dari guru, aktivitas ini akan berdampak kepada peningkatan kepercayaan diri anak dan kebanggaan dirinya.
2. Aktivitas beregu atau berkelompok. Anak diberi kesempatan untuk bekerja sama dengan temannya dalam melakukan aktivitas untuk membina kebersamaan di antara mereka.

### **1. Karakteristik Kemampuan Gerak**

- a. Perkembangan Koordinasi Gerak Koordinasi adalah kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh, mampu melakukan gerakan secara efisien (gerak fisik dengan baik). Koordinasi diukur melalui pola gerak keterampilan mencakup kemampuan mengontrol tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan fleksibilitas. Kemampuan koordinasi gerak secara umum antara anak laki-laki dan perempuan tidak berbeda sampai umur 11 tahun. Perbedaannya, anak laki-laki lebih baik dalam aktivitas kekuatan dan gerak kasar dengan melibatkan otot besar, perempuan lebih baik pada aktivitas kecermatan.
- b. Perkembangan Penguasaan Gerak Dasar Peningkatan kemampuan gerak bisa diidentifikasi dalam bentuk:
  - Gerakan bisa dilakukan dengan melangka tubuh yang makin efisien

- Gerakan bisa dilakukan semakin lancar dan terkontrol Pola atau bentuk gerakan semakin bervariasi
- Gerakan semakin bertenaga

Kecepatan perkembangannya dipengaruhi oleh kesempatan untuk melakukan berulang-ulang aktivitasnya. Secara mekanika faktor yang mempengaruhinya adalah : koordinasi tubuh, ukuran tubuh, dan kekuatan otot. Pengukuran fisik secara berkala adalah untuk memantau perkembangan kemampuan dan keterampilan gerak yang sudah dimiliki anak

## **2. Karakteristik Minat Anak pada Aktivitas Fisik**

Minat melakukan aktivitas fisik pada kelompok anak besar sangat dipengaruhi oleh kesempatan untuk melakukan aktivitas fisik itu sendiri. Pada umumnya anak besar baik anak laki-laki maupun anak perempuan mengalami peningkatan minat yang besar dalam melakukan aktivitas fisik. Misalnya aktivitas bermain yang dilakukan anak besar lebih didominasi oleh permainan yang bersifat aktif, seperti bermain kejar-kejaran, petak umpet, dan beberapa bentuk permainan tradisional yang melibatkan aktivitas fisik. Tentunya disesuaikan dengan minat dan kesepakatan anak-anak dalam memilih jenis permainan yang akan dilakukan.

Minat terhadap aktivitas fisik dan atau olahraga sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarganya. Pada anak-anak yang melakukan aktivitas fisik dipengaruhi oleh kecenderungan sifat yang dimiliki (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1991), antara lain:

1. Kemampuan memusatkan perhatian pada suatu macam aktivitas yang sedang dilakukan makin meningkat. Hal ini dapat dilihat dari tingkat konsentrasi yang cukup tinggi pada anak yang terlibat dalam aktivitas yang dilakukannya.
2. Semangat untuk mencari pengalaman baru cukup tinggi.

3. Perkembangan sosialnya makin baik yang ditunjukkan dengan luasnya pergaulan dengan semakin mendalamnya pergaulan dengan teman sebayanya.
4. Perbedaan perilaku antara anak laki-laki dengan anak perempuan semakin jelas, ada kecenderungan kurang senang bermain dengan lawan jenisnya. Ini semakin memperjelas bentuk aktivitas yang dominan dilakukan oleh anak laki-laki dengan anak perempuan.
5. Semangat untuk menguasai suatu bentuk aktivitas tertentu dan semangat berkompetisi tinggi. Hampir seluruh aktivitas anak besar didominasi oleh bermain. Aktivitas bermain yang dilakukannya dapat dilaksanakan baik secara sendiri-sendiri atau berkelompok.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Peneliti melakukan penelitian pengembangan ini berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Khoirur Rofi Uddin (2017) yang berjudul “Pengaruh Latihan *Kids Athletics* terhadap kemampuan gerak lempar pada siswa kelas v MI Bendiljati Wetan Kabupaten Tulungagung”. Dari hasil penelitian tersebut, diperoleh bahwa metode latihan *Kids Athletics* terhadap kemampuan gerak dasar lempar pada siswa kelas V MI Bendiljati Wetan Kabupaten Tulungagung dapat meningkatkan sebesar 29,12% setelah dilakukan treatment.
2. Peneliti melakukan penelitian pengembangan ini berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Eka Cahaya Ningrum (2018) yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Latihan Konvensional dan *Kids Athletics* terhadap Kemampuan Motorik Atlet Atletik Kota Kediri Usia 11-12 Tahun”. Dari penelitian tersebut kelompok *Kids Athletics* rata-rata persentase peningkatan 12,25 sedangkan kelompok latihan konvensional 6,86.

## **C. Kerangka Berpikir**

Olahraga atletik merupakan olahraga yang kompleks dan memerlukan teknik yang baik dalam pelaksanaannya, sehingga olahraga ini perlu dipelajari sejak usia dini (SD/Sekolah Dasar), karena pada saat inilah unsur kognitif pada anak-anak berjalan dengan pesat. Oleh karena itu

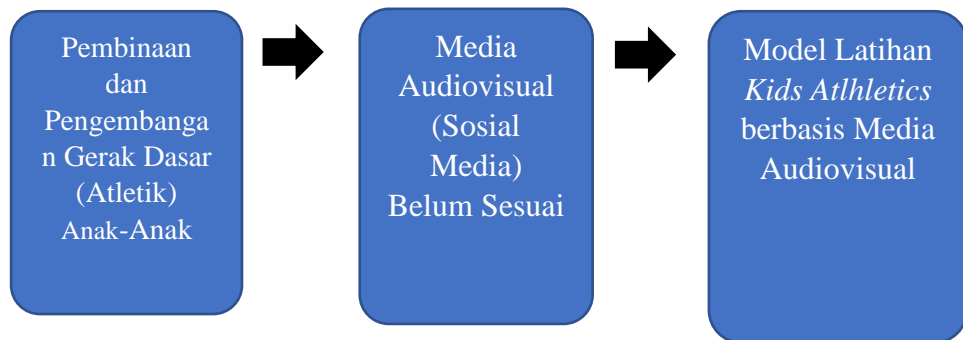
atletik memiliki kegiatan yang bernama *Kids Athletics* atau miniatur olahraga atletik yang sesungguhnya. Ini merupakan salah satu aktivitas fisik yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dan kemampuan gerak dasar anak-anak agar mereka memiliki pondasi yang kuat untuk melakukan aktivitas fisik dimasa yang akan datang baik untuk menjadi seorang atlet atau tidak. Pondasi yang kuat dari aspek teknik dan fisik akan membantu anak-anak dalam mencapai prestasi dan melawan resiko cedera yang lebih tinggi. Namun melalui pengamatan yang saya lakukan ketika pelaksanaan Praktek Kependidikan, Saya menemukan fakta dimana anak-anak latih saya masih banyak yang kesulitan dan belum mengerti bagaimana teknik yang benar dalam hal mendasar atletik seperti lari, lompat, dan lempar. Hal itu bisa saja terjadi karena kurangnya berlatih dan model latihan yang ada. Maka dari itu penting rasanya jika ada sebuah produk yang mampu untuk membantu anak dalam berlatih dan meningkatkan kemampuan multilateralnya terkhusus pada olahraga atletik.

Pada masa anak-anak, anak akan lebih menyukai hal yang bersifat meriah dan menyenangkan. Oleh karena itu, model latihan berbasis audiovisual merupakan salah satu cara untuk menarik perhatian anak agar mau berlatih dan mengembangkan kemampuan gerakanya. Selain itu, kini juga media sosial merupakan salah satu sarana yang tepat untuk memudahkan anak dalam berlatih. Hanya saja pada media seperti Youtube, belum mempunyai konsep yang jelas dalam segi penyampaian materinya. Hal itulah yang mendorong peneliti untuk mengembangkan produk berlatih *Kids Athletics* yang simpel, mudah dipelajari dan diakses, melalui model latihan *kids athletics* berbasis audiovisual.

Oleh karena itu, media berlatih audiovisual ini merupakan media yang dibutuhkan untuk memudahkan anak dalam berlatih. Media ini memungkinkan anak-anak untuk mempelajari *Kids Athletics* melalui melihat, mendengar dan kemudian mempraktekkannya, sehingga dapat membantu anak berlatih dan belajar baik saat proses latihan maupun diluar tempat latihan. Produk ini diharapkan juga akan membantu anak-anak



dalam memaksimalkan kemampuan dan potensi yang mereka miliki.  
Berikut adalah bagan kerangka berfikir pada penelitian ini :



Gambar 5. Skema Kerangka Berpikir

### **BAB III**

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

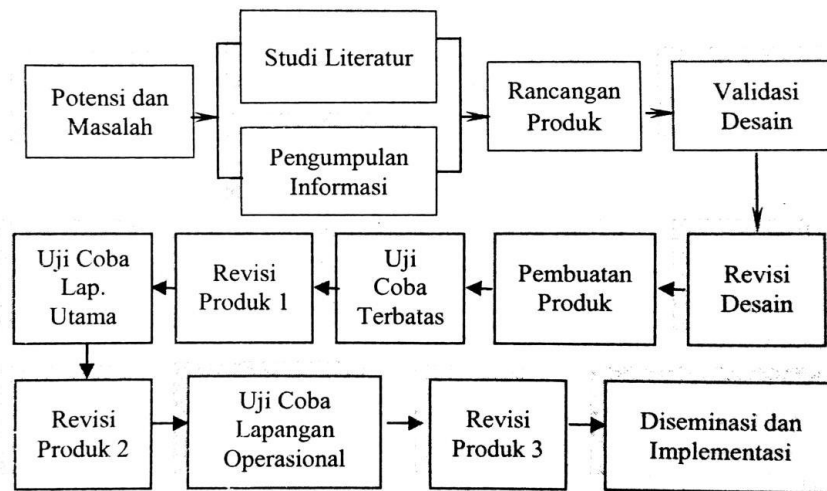
Penelitian ini menggunakan penelitian dengan metode *research and development*. *Research and development* menurut Sugiyono (2015:297) adalah metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji kelayakan dan keefektifan dari produk tersebut sehingga menjadi produk yang dapat dimanfaatkan.

Berdasarkan masalah yang ada, peneliti mengambil langkah-langkah penelitian sebagai berikut : 1. Potensi dan masalah. 2. Pengumpulan data. 3. Desain produk. 4. Validasi desain. 5. Revisi desain. 6. Uji coba produk. 7. Produk akhir.

Dengan mengetahui potensi dan masalah yang ada, peneliti kemudian membuat rancangan dan desain produk yang berupa model latihan *Kids Athletics* berbasis audio visual.

### **B. Prosedur Pengembangan**

Sugiyono (2015: 47) menjelaskan bahwa untuk menciptakan produk baru yang teruji, maka diperlukan penelitian (*research*) untuk menghasilkan rancangan, dan pengembangan (*development*) yaitu membuat dan menguji produk yang dihasilkan. Pelaksanaan prosedur pengembangan dan penelitian dalam penelitian ini mengadaptasikan langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang dilakukan oleh Sugiyono (2015: 48) yang dijelaskan dalam gambar berikut.



Gambar 6. Langkah-Langkah Penelitian

Adapun langkah-langkah penelitian dan pengembangan diawali dari melihat potensi dan masalah, diteruskan dengan studi literatur dan mengumpulkan informasi. Langkah selanjutnya adalah membuat desain sebuah produk. Desain produk yang sudah jadi kemudian divalidasi oleh ahli. Apabila menurut pendapat ahli, desain produk masih belum layak maka dilakukan revisi. Revisi dilakukan hingga produk dinilai layak untuk diimplementasikan secara luas. Langkah yang diambil dalam penelitian pengembangan ini juga akan disesuaikan dengan keterbatasan waktu penelitian.

## 1. Potensi dan Masalah

Penelitian ini berangkat dari adanya potensi dan masalah yang ada. Untuk menemukan potensi dan masalah yang ada peneliti melakukan studi pendahuluan dengan cara observasi dan wawancara dengan anak-anak. Selain itu, pada tahap ini juga bertujuan untuk mencari sumber-sumber yang ada mengenai permasalahan yang dihadapi serta analisis kebutuhan anak saat melakukan latihan.

## 2. Studi literatur dan Pengumpulan Masalah

Studi literatur dan pengumpulan informasi dilakukan untuk mengetahui seberapa penting produk tersebut diperlukan untuk mengatasi masalah yang ditemukan dalam suatu latihan. Hal ini dapat dilakukan

melalui observasi lapangan dan wawancara. Dalam kegiatan observasi, anak terlalu kesulitan dalam melakukan suatu teknik maupun gerakan-gerakan lain dalam *Kids Athletics*. Misalkan dalam hal berlari, melempar, dan melompat. Dengan demikian, anak memerlukan media sebagai sarana berlatih untuk mempermudah dan memperhalus gerakannya baik saat di jam latihan maupun diluar jam latihan.

### 3. Rancangan Produk

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada tahap sebelumnya, peneliti membuat rancangan produk yang sesuai dengan potensi dan masalah yang ada. Peneliti juga melakukan analisis materi yang akan dibahas di dalamnya. Analisis ini mencakup analisis struktur isi, materi yang dibahas disesuaikan dengan kebutuhan anak latih. Hasil analisis yang telah diperoleh digunakan sebagai acuan untuk menentukan desain produk.

#### Skenario Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun

Bagian	Materi	Penjelasan Materi	Ket
Pembukaan	Identitas	Nama Pembuat dan Judul	Gambar dan tulisan Identitas
	Pengantar	Tentang event <i>Kids Athletics</i>	Orang berbicara dengan video, gambar alat <i>Kids Athletics</i>
Isi	<i>Kids Athletics</i>	Pemutaran <i>Event Kids Athletics</i>	Satu rangkaian penuh
	Model Latihan <i>Kids</i>	1. Model Latihan <i>Kanga's Escape</i> 2. Model Latihan Loncat	Model - model latihan tiap

	<i>Athletics</i>	Katak 3. Model Latihan Lempar Turbo 4. Model Latihan <i>Formula 1</i>	<i>event</i> dengan penjelasan, musik, dan efek <i>freeze</i> (berhenti)
Penutup	Salam Penutup	Penyusun	

Gambar 7. Skenario Produk

#### 4. Validasi Desain

Setelah tahap penyusunan produk selesai maka dilanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu tahap validasi dan materi mengenai produk. Produk berupa VCD Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun yang akan dikembangkan, dilakukan penilaian kelayakan oleh penelaah untuk mendapatkan nilai dan masukan. Penilaian kelayakan diperoleh dari dua ahli, yaitu :

##### a. Ahli Materi

Ahli materi menilai aspek yang berupa kelayakan isi dari VCD untuk mengetahui kualitas materi.

##### b. Ahli Media

Ahli media menilai beberapa aspek diantaranya aspek desain, desain isi, gambar, video, musik, warna, teks dan suara pada VCD.

#### 5. Revisi Desain

Berdasarkan validasi ahli, data yang masuk selanjutnya digunakan sebagai acuan dalam merevisi produk. Hasil revisi produk yang pertama selanjutnya digunakan dalam pembuatan produk.

#### 6. Pembuatan Produk

Setelah dilakukan revisi desain produk yang dilakukan oleh peneliti berdasar validasi ahli, lalu dibuatlah produk. Produk tersebut berupa video yang kemudian dilakukan uji coba terbatas.

## **7. Uji Coba Terbatas**

Uji coba ini dimaksudkan untuk memperoleh berbagai masukan maupun koreksi tentang produk yang telah dihasilkan. Dalam hal ini peneliti menggunakan hasil dari dua tahap expert judgement dari ahli materi dan satu tahap ahli media. Setelah produk selesai dibuat, maka dilakukan uji coba terbatas kepada 5 anak untuk menggunakan video gerak dasar tersebut untuk mendukung latihan.

## **8. Revisi Produk 1**

Berdasarkan uji coba produk, data yang masuk selanjutnya digunakan sebagai acuan dalam merevisi produk tersebut. Hasil revisi produk yang pertama selanjutnya digunakan dalam uji coba lapangan utama.

## **9. Uji Coba Lapangan Utama**

Uji coba ini dimaksudkan untuk memperoleh penilaian, masukan-masukan maupun koreksi tentang produk yang telah direvisi sebelumnya. Uji coba pemakaian dilakukan dengan subyek penelitian sejumlah 15 anak.

## **10. Revisi Produk 2**

Berdasarkan uji coba pemakaian, bila terdapat kelemahan dari produk berdasarkan pendapat dari pengguna maupun para ahli, selanjutnya digunakan sebagai acuan dalam merevisi produk tersebut.

## **11. Produk Akhir**

Setelah pada tahap terakhir ini sudah tidak ada revisi, maka produk akhir yang dihasilkan berupa video model latihan *kids* atletik dalam bentuk VCD (*Video Compact Disk*).

## **C. Subjek Uji Coba**

Penelitian pengembangan ini menggolongkan subyek uji coba menjadi dua,  
yaitu :

1. Subyek Uji Coba Ahli

- a. Ahli materi

Ahli materi yang dimaksud adalah dosen, pelatih atau pakar olahraga atletik yang berperan untuk menentukan apakah materi model latihan *Kids Athletics* yang berbasis audiovisual ini sudah sesuai tingkat kedalaman materi dan kebenaran materi yang digunakan atau belum. Peneliti meminta bantuan orang ahli materi untuk mengisi instrumen pengumpul data yang telah dibuat.

- b. Ahli Media

Ahli media yang dimaksud adalah pakar yang biasa menangani dalam hal media pembelajaran dan latihan.

2. Subyek Uji Coba Produk dan Pemakaian

Subyek uji coba dalam penelitian ini berjumlah 15 anak. Teknik penentuan subyek uji coba dalam penelitian pengembangan ini adalah dengan metode *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2015: 144) *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan yang digunakan yaitu anak usia 9-12 Tahun.

#### **D. Instrumen Penelitian**

Menurut Sugiyono (2015: 157) instrumen adalah suatu alat untuk mengukur, mengobservasi yang dapat menghasilkan data kuantitatif. Instrumen untuk mengumpulkan data dalam penelitian pengembangan ini adalah dengan menggunakan angket .

Data yang dikumpulkan pada pengembangan media yaitu berupa data kuantitatif dan kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari penilaian kualitas produk media yang dapat digunakan untuk kepentingan pengembangan mutu produk. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dari skor yang didapat dari kuesioner yang diisi oleh ahli materi, ahli media, dan anak.

## E. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh melalui kegiatan uji coba diklasifikasikan menjadi dua, yaitu data kuantitatif dan data kualitatif. Data yang bersifat kuantitatif berupa penilaian, dihimpun melalui angket atau kuesioner. Sedangkan data kualitatif berupa saran yang dikemukakan oleh ahli materi, ahli media dan mahasiswa data dikumpulkan untuk kemudian digunakan sebagai perbaikan dari produk ini.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase, sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan analisis kualitatif.

Skala pengukuran yang digunakan untuk menghitung data kuantitatif tersebut menggunakan skala Likert. Sugiyono (2015: 165) menjelaskan bahwa Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam hal ini, peneliti membagi kategori penilaian dalam angket dengan bentuk jawaban “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Tidak Setuju”, dan “Sangat Tidak Setuju”.

Adapun rumus yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah sebagai berikut :

$$\text{Persentase tingkat penilaian : } \frac{\sum \text{skor yang didapat dari peneliti}}{\sum \text{skor ideal seluruh item}} \times 100 \%$$

Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data, selengkapnya disajikan pada tabel sebagai berikut:



PERSENTASE PENCAPAIAN	INTERPRETASI
76 – 100 %	Sangat Sesuai
51 – 75 %	Sesuai
26 – 50 %	Tidak Sesuai
0 – 25 %	Sangat Tidak Sesuai

Tabel 1. Klasifikasi Persentase Penilaian

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Produk “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun”**

Produk yang dikembangkan adalah video latihan *Kids Athletics* berbasis audiovisual dimana didalamnya terdapat pemaparan kegiatan dan latihan yang diiringi dengan musik untuk meningkatkan semangat dan kegembiraan anak dalam proses latihan. Selain itu, pengembangan produk latihan ini bertujuan untuk membantu dan mendukung anak-anak dalam berlatih secara mandiri.

Pengembangan produk ini berupa kumpulan model latihan gerak dasar pada *event Kids Athletics* yang disusun menjadi satu dalam bentuk audiovisual. Produk ini dapat digunakan sebagai salah satu bahan latihan dan menambah wawasan anak dalam proses belajar gerak, khususnya pada *even Kids Athletics*. Pada produk ini, terdapat penjelasan pada setiap *event Kids Athletics*. Selain itu, produk ini juga dilengkapi dengan tahap-tahap latihan *kanga's escape*, loncat katak, lempar turbo, dan formula 1 yang dijelaskan dengan rinci melalui bahasa Indonesia dan dibantu dengan bantuan gerakan *freeze* atau berhenti pada video agar lebih mudah untuk dipahami dan dipraktikkan.

#### **B. Hasil Penelitian “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun**

##### **1. Data Validasi Ahli Materi**

Materi yang ada dalam penelitian pengembangan produk ini divalidasi ahli materi oleh Dr. Ria Lumintuarso, M.Si. dosen Pascasarjana UNY dan pengampu mata kuliah atletik di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Beliau juga merupakan salah satu pengurus besar PASI masa bakti 2021-2025 yang menjabat sebagai ketua bidang pembinaan. Salah satu karya beliau adalah Peralatan Olahraga Anak (POA) yang merupakan

alat untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga bagi siswa Sekolah Dasar di seluruh Indonesiadan digunakan secara resmi dalam perlombaan ditingkat nasional (OOSN) maupun regional (APSSO).

Data hasil yang didapat berasal dari validasi materi melalui angket yang mencangkup konten materi. Sebelum mengisi angket yang telah disediakan oleh peneliti, ahli materi terlebih dahulu mempelajari dan mengoreksi Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun didampingi oleh peneliti. Dalam proses validasi ahli materi menanyakan secara langsung mengenai media pembelajaran yang akan dikembangkan.

Penilaian dari penelitian ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu :

**a. Penilaian Ahli Materi Tahap 1**

Penilaian pertama oleh ahli materi dilakukan pada tanggal 1 Februari 2021 yang bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri yogyakarta. Pada penilaian tahap pertama ini, Ahli materi memberikan penilaian melalui angket yang telah diberikan oleh peneliti berupa beberapa pilihan jawaban seperti “SS” untuk Sangat Setuju, “S” Setuju, “TS” Tidak Setuju, dan “STS” untuk Sangat Tidak Setuju.

Penilaian kualitas produk yang telah dibuat berupa “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” pada tahap pertama oleh Ahli Materi dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Penilaian Kualitas Materi “Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Materi (Tahap 1)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah	√				

	dipahami					
3.	Langkah-langkah yang diberikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>	√				
4.	Materi yang disajikan memiliki tujuan sebagai bahan pembelajaran dan latihan		√			
5.	Materi yang ditampilkan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan <i>Kids Athletics</i>			√		
6.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan <i>Kids Athletics</i>		√			

Tabel 3. Saran Perbaikan dan Komentar Ahli Materi (Tahap 1)

No	Komentar dan Saran
1.	Penyajian dalam video harus lebih sistematis antara tulisan dan gambar/video
2.	Latihan contoh dengan Anak
3.	Menggunakan model Anak-Anak

Hasil penilaian dan masukan tahap pertama dari Ahli materi yang telah dipaparkan diatas selanjutnya akan digunakan oleh peneliti sebagai bahan kajian untuk memperbaiki kualitas materi pada produk yang dibuat. Pada penilaian pada tahap pertama oleh Ahli Materi ini dapat disimpulkan bahwa “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun ” sudah dapat diujicobakan dengan perbaikan berupa penyajian video yang lebih sistematis antara tulisan dan gambar serta penggantian model agar materi dapat lebih tersampaikan pada anak-anak.

## b. Penilaian Ahli Materi Tahap II

Penilaian kedua oleh ahli materi dilakukan pada tanggal 17 maret 2021 yang dilakukan secara daring atau dalam jaringan. Hal ini dilakukan karena jaarak yang jauh dan mengurangi tingkat penyebaran virus corona. Pada penilaian tahap kedua ini, Ahli materi memberikan penilaian melalui angket yang telah diberikan oleh peneliti berupa beberapa pilihan jawaban seperti “SS” untuk Sangat Setuju, “S” Setuju, “TS” Tidak Setuju, dan “STS” untuk Sangat Tidak Setuju.

Penilaian kualitas produk yang telah dibuat berupa “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” pada tahap kedua oleh Ahli Materi dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 4. Penilaian Kualitas Materi “Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Materi (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>					
2.	Ketepatan materi sesuai sebagai panduan belajar <i>Kids Athletics</i>					
3.	Langkah-langkah yang diberikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>					
4.	Materi yang disajikan memiliki tujuan sebagai bahan pembelajaran dan latihan					
5.	Penjelasan materi jelas unuk belajar <i>Kids Athletics</i>					

6.	Materi yang ditampilkan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan <i>Kids Athletics</i>					
7.	Bahasa yang digunakan mudah Dipahami					
8.	Video praktek jelas dan mudah dipahami.					
9.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan <i>Kids Athletics</i>					

Tabel 5. Saran Perbaikan dan Komentar Ahli Materi (Tahap II)

No.	Komentar dan Saran
1.	Secara keseluruhan sudah bagus (lebih bagus dari sebelumnya)
2.	Perlu pengaturan suara yang konsisten pada pengisian suara video

Dalam validasi materi tahap 2, Ahli materi menyatakan bahwa “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” layak diuji cobakan tanpa revisi.

## 2. Data Validitas Ahli Media

Media Audiovisual yang ada dalam penelitian pengembangan produk ini divalidasi ahli media oleh Nawan Primasoni, M.Or. dosen pengampu di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Peneliti memilih beliau sebagai ahli media karena kompetensinya di bidang tersebut.

Data hasil yang didapat berasal dari validasi ahli media melalui angket yang mencakup konten media audiovisual. Sebelum mengisi angket yang telah disediakan oleh peneliti, ahli media terlebih dahulu mempelajari dan mengoreksi Model Latihan *Kids Athletics* berbasis

Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun didampingi oleh peneliti. Dalam proses validasi, ahli menanyakan secara langsung mengenai media pembelajaran yang akan dikembangkan.

Penilaian dari penelitian ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu :

**a. Penilaian Ahli Media Tahap 1**

Penilaian pertama oleh ahli media dilakukan pada tanggal 1 Februari 2021 yang bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta. Pada penilaian tahap pertama ini, Ahli materi memberikan penilaian melalui angket yang telah diberikan oleh peneliti berupa beberapa pilihan jawaban seperti “SS” untuk Sangat Setuju, “S” Setuju, “TS” Tidak Setuju, dan “STS” untuk Sangat Tidak Setuju.

Penilaian kualitas produk yang telah dibuat berupa “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” pada tahap pertama oleh Ahli Media dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Penilaian Kualitas Materi “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Media (Tahap 1)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik Produk</b>					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik			√		
3.	Pengoperasian mudah		√			
<b>II</b>	<b>Aspek Desain Produk</b>					
4.	Desain video menarik			√		
5.	Musik/Audio menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik			√		
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan Produk</b>					

7.	Video ini mempermudah untuk mempelajari <i>Kids Athletics</i>		√			
8.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak pada <i>Kids Athletics</i>		√			
9.	Video ini sesuai untuk penggunaanya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar <i>Kids Athletics</i> .			√		

Tabel 7. Saran Perbaikan dan Komentar Ahli Media (Tahap 1)

No.	Komentar dan Saran
1.	Carilah tempat yang lebih baik
2.	Tulisan menutupi video
3.	Pakai gambar Original
4.	Jangan banyak ruang kosong

Hasil penilaian dan masukan tahap pertama dari Ahli media yang telah dipaparkan diatas selanjutnya akan digunakan oleh peneliti sebagai bahan kajian untuk memperbaiki kualitas media pada produk yang dibuat. Pada penilaian pada tahap pertama oleh Ahli Media ini dapat disimpulkan bahwa “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun ” sudah dapat diujicobakan dengan beberpa perbaikan agar produk lebih menarik dan menyenangkan bagi anak-anak.

#### **b. Penilaian Ahli Media Tahap II**

Penilaian kedua oleh ahli media dilakukan pada tanggal 17 maret 2021 yang dilakukan secara daring atau dalam jaringan. Hal ini dilakukan karena jarak yang jauh dan utuk mengurangi tingkat penyebaran virus corona. Pada penilaian tahap kedua ini, Ahli media memberikan penilaian



melalui angket yang telah diberikan oleh peneliti berupa beberapa pilihan jawaban seperti “SS” untuk Sangat Setuju, “S” Setuju, “TS” Tidak Setuju, dan “STS” untuk Sangat Tidak Setuju.

Penilaian kualitas produk yang telah dibuat berupa “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” pada tahap kedua oleh Ahli Media dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 8. Penilaian Kualitas Media “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Media (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik Produk</b>					
1.	Ukuran file sesuai	√				
2.	Resolusi gambar baik		v			
3.	Pengoperasian mudah	√				
<b>II</b>	<b>Aspek Desain Produk</b>					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Musik/Audio menarik	√				
6.	Gaya penulisan baik		√			
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan Produk</b>					
7.	Video ini mempermudah untuk mempelajari <i>Kids Athletics</i>	√				
8.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak pada <i>Kids Athletics</i>	√				
9.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar		√			

	<i>Kids Athletics.</i>					
--	------------------------	--	--	--	--	--

Tabel 9. Analisis Saran perbaikan dan masukan Ahli Media (Tahap II)

No.	Komentar dan Saran
1.	

Dalam validasi materi tahap 2, Ahli materi menyatakan bahwa “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” layak diuji cobakan tanpa revisi.

### 3. Data Uji Coba Terbatas

Setelah produk Model latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual divalidasi oleh ahli materi dan media, kemudian peneliti melakukan uji coba terbatas terhadap 5 anak di SD Muhammadiyah Batur, Banjarnegara. Uji coba dilakukan pada tanggal 1 Maret 2020 yang dilakukan secara daring. Sebelum anak mengisi angket yang diberikan, sebelumnya sudah dijelaskan mengenai produk dan isi produk tersebut.

Angket untuk pengambil data diberikan kepada anak-anak dimana dalam angket tersebut terdapat beberapa alternatif jawaban seperti : SS untuk Sangat Setuju dengan bobot 4, S untuk Setuju dengan bobot 3, TS untuk Tidak Setuju dengan bobot 2, dan STS untuk Sangat Tidak Setuju dengan bobot hanya 1 poin. Berdasar hasil yang didapat dari penilaian, jawaban, dan komentar ahli media, peneliti kemudian mempersentasekan semua penilaian, dan dari persentase tersebut didapatkan hasil yang kemudian dimasukkan dalam penggolongan kriteria kualitas produk. Berikut ini adalah data dari pelaksanaan uji coba terbatas.

Tabel 10. Penilaian Uji Coba Terbatas

No	Responden					Jumlah	Rata-Rata	Kriteria
	1	2	3	4	5			
1	3	3	4	4	4	18	3,6	Sangat sesuai
2	4	3	4	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
3	4	4	3	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
4	3	4	4	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
5	4	3	4	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
6	3	3	3	3	4	16	3,2	Sangat sesuai
7	3	3	3	4	4	17	3,4	Sangat sesuai
8	4	4	3	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
9	4	3	3	3	4	17	3,4	Sangat sesuai
10	3	4	3	3	3	16	3,2	Sangat sesuai
11	3	3	3	4	3	16	3,2	Sangat sesuai
12	3	3	3	3	4	16	3,2	Sangat sesuai
<b>Jumlah</b>						<b>201</b>	<b>3,4</b>	<b>84%</b>

Penilaian kualitas produk yang telah dibuat berupa “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” pada uji coba lapangan terbatas didapatkan hasil sebesar 3,4 atau 84% dengan kategori “sangat sesuai”.

Tabel 11. Komentar dari Hasil Uji Coba Terbatas

No.	Komentar dan Saran
1.	Videonya bagus dan menarik untuk latihan
2.	Tulisannya agak cepat

Secara umum hal ini menunjukkan bahwa kualitas media pembelajaran “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” termasuk dalam kategori “Sangat

Sesuai”. Selanjutnya data yang diperoleh peneliti dari uji coba terbatas akan dikaji untuk uji coba lapangan utama.

#### **4. Data Uji Coba Lapangan Utama**

Setelah produk Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun divalidasi oleh ahli materi, media, dan dilakukan uji coba terbatas, kemudian peneliti melakukan uji coba lapangan utama terhadap 20 anak di SD Muhammadiyah Batur, Banjarnegara. Uji coba dilakukan pada tanggal 22 Maret 2021 yang dilakukan secara daring. Sebelum anak mengisi angket yang diberikan, sebelumnya sudah dijelaskan mengenai produk dan isi produk tersebut.

Angket untuk pengambilam data diberikan kepada anak-anak dimana dalam angket tersebut terdapat beberapa alternatif jawaban seperti : SS untuk Sangat Setuju dengan bobot 4, S untuk Setuju dengan bobot 3, TS untuk Tidak Setuju dengan bobot 2, dan STS untuk Sangat Tidak Setuju dengan bobot hanya 1 poin. Berdasar hasil yang didapat dari penilaian, jawaban, dan komentar ahli media, peneliti kemudian mempersentasekan semua penilaian, dan dari persentase tersebut didapatkan hasil yang kemudian dimasukkan dalam penggolongan kriteria kualitas produk. Berikut ini adalah data dari pelaksanaan uji coba lapangan utama.

Tabel 12. Penilaian Uji Coba Lapangan Utama

No	Responden															Jumlah	Rata-Rata	Kriteria
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1.	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	58	3,9	Sangat Sesuai
2.	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
3.	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	57	3,8	Sangat Sesuai
4.	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	57	3,8	Sangat Sesuai
5.	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	58	3,7	Sangat Sesuai
6.	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
7.	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
8.	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	55	3,7	Sangat Sesuai
9.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	60	4	Sangat Sesuai
10.	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	59	3,9	Sangat Sesuai
11.	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	59	3,9	Sangat Sesuai
12.	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
Jumlah																687	3,8	

Penilaian kualitas produk yang telah dibuat berupa “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” pada uji coba lapangan utama didapatkan hasil sebesar 3,4 dengan persentase 95,4% atau masuk kategori “sangat sesuai”.

Tabel 13. Komentar dari Hasil Uji Coba Lapangan Utama

No.	Komentar dan Saran
1.	Video menarik
2.	Membantu latihan

Secara umum hal ini menunjukkan bahwa kualitas media pembelajaran “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” termasuk dalam kategori “Sangat Sesuai”.

### C. Analisis Data

#### 1. Analisis Data Hasil Validasi Ahli Materi

Penilaian ahli materi terhadap produk pengembangan “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” yang dibuat ini mencakup isi, kesesuaian materi dengan gerak dasar *Kids Athletics* untuk digunakan oleh anak-anak, bahasa yang digunakan, langkah-langkah gerakan dan latihan, kesesuaian gambar dan tujuan latihan.

Data didapatkan melalui angket/kuesioner yang telah disediakan oleh peneliti kepada ahli materi. Dalam angket tersebut terdapat beberapa pilihan jawaban. Yaitu SS untuk Sangat Setuju dengan bobot 4, S untuk Setuju dengan bobot 3, TS untuk Tidak Setuju dengan bobot 2, dan STS untuk Sangat Tidak Setuju dengan bobot hanya 1 poin. Berdasar hasil yang didapat dari penilaian, jawaban, dan komentar ahli materi, peneliti kemudian mempersentasekan semua penilaian, dan dari persentase tersebut didapatkan hasil yang kemudian dimasukkan dalam penggolongan kriteria kualitas produk. Berikut ini adalah analisis data dari ahli materi tahap I.

Tabel 14. Analisis data “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Materi (Tahap 1)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	√				
3.	Langkah-langkah yang diberikan sudah sesuai dengan gerak dasar	√				

	<i>Kids Athletics</i>					
4.	Materi yang disajikan memiliki tujuan sebagai bahan pembelajaran dan latihan		√			
5.	Materi yang ditampilkan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan <i>Kids Athletics</i>			√		
6.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan <i>Kids Athletics</i>		√			

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penilaian ahli materi tahap pertama mengenai kualitas materi yang dikembangkan adalah “Sangat Setuju” dengan persentase yang diperoleh dari :

$$presentase\ tingkat\ penilaian = \frac{20}{24} \times 100\% = 83,3 \%$$

Selanjutnya untuk menilai isi, kesesuaian materi dari ahli, ahli materi diminta untuk menuliskan komentar atau saran pada kolom yang telah disediakan. Data yang didapat adalah sebagai berikut

Tabel 15. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan Ahli Materi Tahap 1.

No	Komentar dan Saran
1.	Penyajian dalam video harus lebih sistematis antara tulisan dan gambar/video
2.	Latihan contoh dengan Anak
3.	Menggunakan model Anak-Anak

Data yang didapat dari penilaian dan komentar dari ahli materi tahap pertama kemudian digunakan sebagai acuan dan bahan revisi. Setelah produk direvisi dan dilakukan perbaikan pada produk awal, Ahli materi akan diminta untuk menilai dan memvalidasi produk kembali pada tahap II. Dan dari penilaian dari tahap II didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 16. Analisis data “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Materi (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>					
2.	Ketepatan materi sesuai sebagai panduan belajar <i>Kids Athletics</i>					
3.	Langkah-langkah yang diberikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>					
4.	Materi yang disajikan memiliki tujuan sebagai bahan pembelajaran dan latihan					
5.	Penjelasan materi jelas untuk belajar <i>Kids Athletics</i>					
6.	Materi yang ditampilkan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan <i>Kids Athletics</i>					
7.	Bahasa yang digunakan mudah Dipahami					
8.	Video praktek jelas dan mudah dipahami.					
9.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan <i>Kids Athletics</i>					



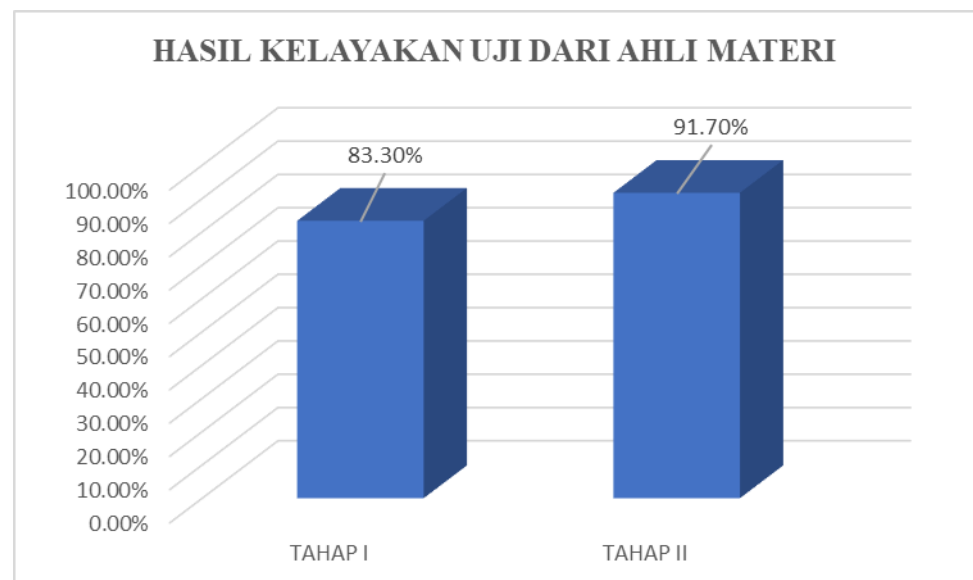
Tabel 17. Saran Perbaikan dan Komentar Ahli Materi (Tahap II)

No.	Komentar dan Saran
1.	Secara keseluruhan sudah bagus (lebih bagus dari sebelumnya)
2.	Perlu pengaturan suara yang konsisten pada pengisian suara video

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penilaian ahli materi tahap pertama mengenai kualitas materi yang dikembangkan adalah “Sangat Setuju” dengan persentase yang diperoleh dari :

$$\text{presentase tingkat penilaian} = \frac{33}{36} \times 100\% = 91,7 \%$$

Dari hasil analisis uji validitas Ahli materi tahap 1 dan 2, selanjutnya data akan dibuat dalam bentuk diagram sebagai berikut :



Gambar 8. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Materi tahap I dan II

Penjelasan distribusi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Materi  
(Tahap II)

<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Sangat Setuju	6	67 %
Setuju	3	33 %
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>100</b>

## 2. Analisis Data Hasil Validasi Ahli Media

Penilaian ahli media terhadap produk pengembangan “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” yang dibuat ini mencakup aspek fisik, desain dan penggunaan produk. Aspek fisik meliputi Ukuran file, resolusi gambar dan pengoperasian produk. Aspek desain meliputi desain video, musik, dan gaya penulisan. Sedangkan aspek penggunaan meliputi kemudahan mempelajari materi melalui video, kejelasan dan penggunaan sebagai media berlatih.

Data didapatkan melalui angket/kuesioner yang telah disediakan oleh peneliti kepada ahli media. Dalam angket tersebut terdapat beberapa pilihan jawaban. Yaitu SS untuk Sangat Setuju dengan bobot 4, S untuk Setuju dengan bobot 3, TS untuk Tidak Setuju dengan bobot 2, dan STS untuk Sangat Tidak Setuju dengan bobot hanya 1 poin. Berdasar hasil dari penilaian, jawaban, dan komentar ahli media, kemudian peneliti mempersentasekan dan menggolongkan kriteria data dari produk tersebut. Berikut ini adalah analisis data dari ahli media tahap I.

Tabel 19. Analisis Data “Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Media (Tahap 1)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik Produk</b>					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik			√		
3.	Pengoperasian mudah		√			
<b>II</b>	<b>Aspek Desain Produk</b>					
4.	Desain video menarik			√		
5.	Musik/Audio menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik			√		
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan Produk</b>					
7.	Video ini mempermudah untuk mempelajari <i>Kids Athletics</i>		√			
8.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak pada <i>Kids Athletics</i>		√			
9.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar <i>Kids Athletics</i> .			√		

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penilaian ahli media tahap pertama mengenai kualitas media yang dikembangkan adalah “Setuju” dengan persentase yang diperoleh dari :

$$presentase\ tingkat\ penilaian = \frac{23}{36} \times 100\% = 63,9\%$$

Selanjutnya untuk menilai isi, kesesuaian media dari ahli, ahli media diminta untuk menuliskan komentar atau saran pada kolom yang telah disediakan. Data yang didapat adalah sebagai berikut :

Tabel 20. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan Ahli Media  
(Tahap 1)

No.	Komentar dan Saran
1.	Carilah tempat yang lebih baik
2.	Tulisan menutupi video
3.	Pakai gambar Original
4.	Jangan banyak ruang kosong

Data yang didapat dari penilaian dan komentar dari ahli materi tahap pertama kemudian digunakan sebagai acuan dan bahan revisi. Setelah produk direvisi dan dilakukan perbaikan pada produk awal, Ahli materi akan diminta untuk menilai dan memvalidasi produk kembali pada tahap II. Dan dari penilaian dari tahap II didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 21. Analisis data “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” dari Ahli Media  
(Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik Produk</b>					
1.	Ukuran file sesuai	√				
2.	Resolusi gambar baik		v			
3.	Pengoperasian mudah	√				
<b>II</b>	<b>Aspek Desain Produk</b>					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Musik/Audio menarik	√				
6.	Gaya penulisan baik		√			
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan Produk</b>					

7.	Video ini mempermudah untuk mempelajari <i>Kids Athletics</i>	√				
8.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak pada <i>Kids Athletics</i>	√				
9.	Video ini sesuai untuk penggunaanya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar <i>Kids Athletics</i> .		√			

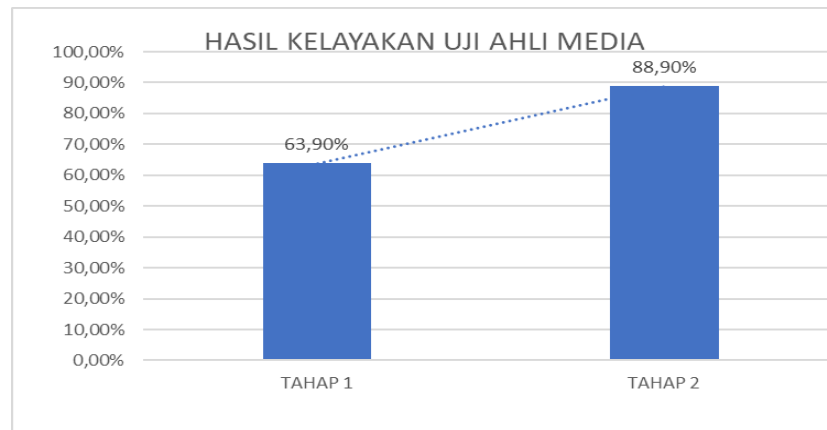
Tabel 22. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan Ahli Media  
(Tahap II)

No.	Komentar dan Saran
1.	

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penilaian ahli media tahap kedua mengenai kualitas materi yang dikembangkan adalah “Sangat Setuju” dengan persentase yang diperoleh dari :

$$presentase\ tingkat\ penilaian = \frac{32}{36} \times 100\% = 88,9 \%$$

Dari hasil analisis uji validitas ahli media tahap 1 dan 2, selanjutnya data akan dibuat dalam bentuk diagram sebagai berikut :



Gambar 9. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Media tahap I dan II

Penjelasan distribusi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 23. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Media (Tahap II)

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Setuju	5	55,5 %
Setuju	4	45,5 %
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>100</b>

### 3. Analisis Uji Coba Terbatas

Setelah produk Model latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual divalidasi oleh ahli materi dan media, kemudian peneliti melakukan uji coba terbatas terhadap 5 anak di SD Muhammadiyah Batur, Banjarnegara. Uji coba dilakukan pada tanggal 1 Maret 2020 yang dilakukan secara daring. Sebelum anak mengisi angket yang diberikan, sebelumnya sudah dijelaskan mengenai produk dan isi produk tersebut.

Angket untuk pengambilam data diberikan kepada anak-anak dimana dalam angket tersebut terdapat beberapa alternatif jawaban seperti : SS

untuk Sangat Setuju dengan bobot 4, S untuk Setuju dengan bobot 3, TS untuk Tidak Setuju dengan bobot 2, dan STS untuk Sangat Tidak Setuju dengan bobot hanya 1 poin. Berdasar hasil yang didapat dari penilaian, jawaban, dan komentar ahli media, peneliti kemudian mempersentasekan semua penilaian, dan dari persentase tersebut didapatkan hasil yang kemudian dimasukkan dalam penggolongan kriteria kualitas produk. Berikut ini adalah analisis data dari pelaksanaan uji coba terbatas.

Tabel 24. Penilaian Uji Coba Terbatas

No	Responden					Jumlah	Rata-Rata	Kriteria
	1	2	3	4	5			
1	3	3	4	4	4	18	3,6	Sangat sesuai
2	4	3	4	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
3	4	4	3	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
4	3	4	4	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
5	4	3	4	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
6	3	3	3	3	4	16	3,2	Sangat sesuai
7	3	3	3	4	4	17	3,4	Sangat sesuai
8	4	4	3	3	3	17	3,4	Sangat sesuai
9	4	3	3	3	4	17	3,4	Sangat sesuai
10	3	4	3	3	3	16	3,2	Sangat sesuai
11	3	3	3	4	3	16	3,2	Sangat sesuai
12	3	3	3	3	4	16	3,2	Sangat sesuai
<b>Jumlah</b>						<b>201/240</b>	<b>3,4</b>	

Dari 5 responden penilaian uji coba terbatas yang telah diberikan angket, produk yang dikembangkan termasuk kedalam kriteria “sangat sesuai” dengan rata-rata nilai 3,4. Persentase tersebut didapatkan dari perhitungan sebagai berikut :

$$\text{presentase tingkat penilaian} = \frac{201}{240} \times 100\% = 84 \%$$

Dalam data ini juga terdapat distribusi frekuensi pada penilaian uji coba terbatas tersebut, yaitu :

Tabel 25. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Terbatas

<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Sangat Sesuai	21	35 %
Sesuai	39	65 %
Tidak Sesuai	-	-
Sangat Tidak Sesuai	-	-
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

Selain penilaian di atas, pada uji coba terbatas ini anak-anak juga memberikan komentar atau saran terhadap produk yang dibuat. Data yang diperoleh peneliti dari uji coba terbatas tersebut digunakan peneliti untuk mengkaji kualitas produk. Masukan ataupun saran pada uji coba terbatas ini dijadikan sebagai bahan bagi peneliti untuk melakukan perbaikan selanjutnya.

#### **4. Analisis Data Hasil Uji Coba Lapangan Utama**

Setelah produk Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun divalidasi oleh ahli materi, media, dan dilakukan uji coba terbatas, kemudian peneliti melakukan uji coba lapangan utama terhadap 20 anak di SD Muhammadiyah Batur, Banjarnegara. Uji coba dilakukan pada tanggal 22 Maret 2021 yang dilakukan secara daring. Sebelum anak mengisi angket yang diberikan, sebelumnya sudah dijelaskan mengenai produk dan isi produk tersebut.

Angket untuk pengambilam data diberikan kepada anak-anak dimana dalam angket tersebut terdapat beberapa alternatif jawaban seperti : SS untuk Sangat Setuju dengan bobot 4, S untuk Setuju dengan bobot 3, TS untuk Tidak Setuju dengan bobot 2, dan STS



untuk Sangat Tidak Setuju dengan bobot hanya 1 poin. Berdasar hasil yang didapat dari penilaian, jawaban, dan komentar ahli media, peneliti kemudian mempersentasekan semua penilaian, dan dari persentase tersebut didapatkan hasil yang kemudian dimasukan

Dalam penggolongan kriteria kualitas produk. Berikut ini adalah analisis data dari pelaksanaan uji coba lapangan utama.

Tabel 26. Penilaian Hasil Uji Coba Lapangan Utama

No	Responden															Jumlah	Rata-Rata	Kriteria
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1.	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	58	3,9	Sangat Sesuai
2.	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
3.	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	57	3,8	Sangat Sesuai
4.	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	57	3,8	Sangat Sesuai
5.	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	58	3,7	Sangat Sesuai
6.	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
7.	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
8.	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	55	3,7	Sangat Sesuai
9.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	60	4	Sangat Sesuai
10.	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	59	3,9	Sangat Sesuai
11.	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	59	3,9	Sangat Sesuai
12.	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	56	3,7	Sangat Sesuai
Jumlah																687	3,8	

Dari 15 responden penilaian uji coba lapangan utama yang telah diberikan angket, produk yang dikembangkan termasuk kedalam kriteria “sangat sesuai” dengan rata-rata nilai 3,81. Persentase tersebut didapatkan dari perhitungan sebagai berikut :

$$presentase\ tingkat\ penilaian = \frac{687}{720} \times 100\% = 95,4\%$$

Dalam data ini juga terdapat perhitungan distribusi frekuensi pada uji coba lapangan utama, yaitu :

Tabel 27. Distribusi Frekuensi Penilaian Uji Coba Lapangan Utama

<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Sangat Sesuai	138	77 %
Sesuai	42	23 %
Tidak Sesuai	-	-
Sangat Tidak Sesuai	-	-
<b>Jumlah</b>	<b>180</b>	<b>100</b>

Uji coba lapangan utama ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi dan mengetahui kekurangan dari produk tersebut. Selain itu, uji coba ini juga bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keefektifan dan manfaat produk dalam membantu kegiatan latihan maupun pembelajaran. Jika dilihat dari persentase hasil penilaian uji coba lapangan utama, kualitas desain dan materi produk didapatkan hasil 77% pertanyaan dijawab sangat sesuai dengan frekuensi 138, dan 23% dijawab sesuai dengan frekuensi 42.



#### **D. Revisi Produk**

Revisi produk ini dilakukan berdasar dengan saran dan masukan dari ahli materi, ahli media, dan anak-anak yang telah mengisi angket pada tahap 1, tahap 2, uji coba terbatas dan uji coba lapangan utama. Secara umum, revisi dari para ahli dan anak-anak terletak pada desain video baik berupa latar belakang video, gaya penulisan, dan model dalam video. Berikut adalah revisi dan masukan dari ahli materi, ahli media, dan anak-anak.



## 1. Revisi Ahli Materi

Dari ahli materi, beberapa hal yang perlu diperbaiki adalah sebagai berikut :

### a. Tulisan jangan menghalangi video

	
<p align="center"><b>Gambar 10.</b> Tampilan Penulisan Sebelum Revisi.</p>	<p align="center"><b>Gambar 11.</b> Tampilan penulisan setelah revisi.</p>



### b. Pemeran/model diusahakan anak-anak

	
<p align="center"><b>Gambar 12.</b> Tampilan Pemeran Sebelum Revisi.</p>	<p align="center"><b>Gambar 13.</b> Tampilan Pemeran Setelah Revisi.</p>

### c. Revisi Ahli Media

Dari ahli media, beberapa hal yang perlu diperbaiki adalah sebagai berikut :

#### a. Carilah tempat yang lebih menarik

	
<p>Gambar 14. Tampilan Tempat Sebelum Revisi</p>	<p>Gambar 15. Tampilan Tempat Setelah Revisi</p>

#### b. Konten diusahakan se-orisinil mungkin

	
<p>Gambar 16. Tampilan Konten Produk Sebelum Revisi.</p>	<p>Gambar 17. Tampilan Konten Produk Setelah Revisi.</p>

## E. Produk Akhir

Berikut ini adalah tampilan dari produk “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun”

	
Gambar 18. Tampilan Awal Produk	Gambar 19. Tampilan Akhir Produk

## F. Pembahasan

Dalam produk “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” ini terdapat beberapa gerak dasar *Kids Athletics* yang meliputi lari, lompat dan lempar. Dalam produk ini, materi yang diberikan juga sesuai dengan *event Kids Athletics* berupa *Kanga's Escape*, Lempar turbo, Loncat katak, dan *formula 1*. Dalam pelaksanaannya, penerapan model latihan ini juga perlu diawasi oleh guru, pelatih, atau orang tua agar proses berlatih dan belajar bisa berjalan efektif, serta menjaga keamanan bagi anak-anak.

Penelitian dari produk ini dibuat mengikuti metode dari Prof. Sugiyono dimana peneliti tidak mengambil setiap langkah-langkahnya dan hanya dilakukan hingga langkah ke 10 atau revisi produk kedua. Potensi dan masalah yang ada pada penelitian ini didapatkan ketika peneliti melakukan kegiatan Praktek Kependidikan di SD Muhammadiyah Batur dimana masih banyak sekali anak-anak yang belum mengerti mengenai teknik lari, lompat, lempar yang benar, mereka cenderung kesulitan dalam melakukan aktivitas tersebut. Hal itu dapat terjadi karena kurangnya latihan dan bentuk latihan yang memudahkan mereka. Selain itu, potensi

yang dapat diambil peneliti adalah saat ini semakin banyak pengguna *gadget* dan mudahnya mengakses jejaring sosial, sehingga peneliti mencoba untuk memanfaatkan hal tersebut sebagai alat atau model latihan bagi anak-anak. Kemudian dari observasi tersebut peneliti melakukan studi literatur, pengumpulan masalah, serta membangun rancangan mengenai produk yang akan dibuat untuk pemecahan masalah tersebut.

Produk ini dibuat sebagai langkah inovatif dalam arus perkembangan zaman dimana hampir setiap orang memegang atau memiliki *gadget*. Produk ini juga diharapkan agar bisa membantu anak-anak berlatih secara menyenangkan yang dapat dilakukan di berbagai macam tempat. Selain itu, konten dalam produk ini juga telah didesain dengan menambahkan efek *freeze* atau berhenti untuk memudahkan anak dalam memahami materi dan detil-detil model dari latihan. Untuk lebih memudahkan lagi, produk ini juga dilengkapi engan buku panduan, buku panduan ini bermaksud agar anak-anak tidak hanya bisa belajar melalui video, namun bisa dengan menggunakan buku panduan agar dapat lebih memahami materi yang ada.

Setelah melewati langkah validasi desain dan pembuatan produk kemudian peneliti melakukan uji coba terbatas pada 5 orang anak yang dilakukan di SD Muhammadiyah Batur pada tanggal 1 maret 2020 dan didapatkan hasil persentase penilaian sebesar 84%. Langkah selanjutnya adalah validasi produk oleh para ahli yang kemudian didapatkan revisi pertama sebelum digunakan pada uji coba lapangan utama. Kemudian validasi produk tersebut baik dari ahli materi, ahli media, dan uji coba terbatas digunakan sebagai acuan untuk uji coba lapangan utama yang dilakukan pada 15 anak di SD Muhammadiyah Batur, dari uji coba tersebut dapat diketahui bahwa “Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun” merupakan media pembelajaran dan berlatih yang sangat sesuai untuk diterapkan pada anak-anak. Jika dilihat persentase nilai dari hasil uji coba terbatas didapatkan rata-rata skor 3,4. Sedangkan pada uji coba lapangan utama didapatkan

kenaikan persentase nilai dengan rata-rata skor 3,8. Hal itu dikarenakan produk telah mendapat beberapa perbaikan setelah mendapatkan masukan dan saran pada uji coba terbatas. Dengan demikian produk ini dapat dikatakan memiliki tingkat keefektifan yang tinggi apabila digunakan sebagai media pembelajaran atau berlatih bagi anak-anak. Dari uji coba lapangan utama tersebut pula produk telah tervalidasi oleh ahli serta anak-anak melalui angket dan layak digunakan tanpa revisi, sehingga revisi produk kedua hanya sebatas ada tidaknya kelemahan pada uji coba lapangan utama tersebut.

Media pembelajaran ini tentunya memiliki kekurangan dan bukan merupakan sumber utama untuk berlatih, Produk ini perlu pengawasan yang cermat dari para pelatih, guru, atau orang tua, karena pada dasarnya anak-anak belum terlalu mampu untuk menjaga keamanan diri sendiri dan belum bisa dilepas begitu saja saat berlatih agar tujuan dan proses latihan bisa berjalan lancar. Meskipun produk ini bukanlah media utama dalam proses berlatih, namun diharapkan produk ini mampu untuk membantu dan mengembangkan potensi anak-anak melalui proses berlatih yang mudah, menarik, dan menyenangkan.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah melalui uji kelayakan, uji coba lapangan utama, dan validasi dari para ahli mengenai Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun, selanjutnya didapatkan hasil sebagai berikut. Menurut ahli materi produk pengembangan midel latihan ini memiliki persentase penilaian sebesar 91,7 % dan masuk dalam kategori sangat sesuai. Menurut ahli media, produk ini mendapatkan persentase sebesar 88.9% sehingga masuk dalam kategori sangat sesuai. Sementara hasil penilaian dari anak-anak setelah melakukan uji coba lapangan utama didapatkan persentase sebesar 95,4% dan masuk kedalam kategori sangat sesuai. Produk ini memiliki model latihan yang telah disesuaikan dengan *event Kids Athletics* ditambah dengan penjelasan dan gerakan *freeze* atau berhenti ketika praktek untuk memudahkan anak memahami jenis latihannya. Maka dari itu produk ini dapat dikatakan sangat sesuai untuk digunakan sebagai salah satu model latihan atletik anak-anak.

#### B. Implikasi

Pada penelitian pengembangan ini, produk memiliki beberapa implikasi sebagai berikut :

1. Mengetahui konsep dasar dalam melatih atletik pada anak-anak.
2. Memperbanyak dan memvariasikan model latihan *Kids Athletics* dalam pelaksanaan pembelajaran maupun latihan anak-anak.
3. Meningkatkan kreatifitas bagi para guru maupun pelatih dalam menyusun progam latihan dan pembelajaran.



### **C. Keterbatasan penelitian**

Tentu saja dalam pelaksanaan penelitian ini terdapat beberapa kendala, antara lain adalah pandemi yang membuat pelaksanaan harus dilakukan secara daring sehingga kegiatan dilakukan secara pribadi dan anak-anak diminta melampirkan proses pembelajaran melalui video dan gambar. Hal itu tentu saja mengurangi keefektifan dan koreksi apabila terdapat kesalahan. Selain itu, kendala lain adalah harus mencari tempat yang menarik karena di desa jarang sekali ada lahan kosong yang memadai. Proses pengeditan video dan pembuatan buku panduan juga memerlukan waktu lama agar produk dapat dibuat sebaik mungkin.

### **D. Saran**

Saran Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, penelitian pengembangan ini sudah sesuai dan tervalidasi oleh ahli materi dan ahli media. Adapun saran yang didapatkan adalah sebagai berikut :

1. Bagi para pelatih ataupun guru, produk pengembangan model latihan ini dapat diterapkan dalam proses pembelajaran maupun berlatih karena terbukti efektif dan tervalidasi oleh ahli.
2. Produk ini dapat digunakan oleh pelatih, guru, maupun orang tua karena penggunaannya yang mudah dan simpel.
3. Produk pengembangan ini juga dapat digunakan apabila anak latihan bosan dengan model latihan yang begitu-begitu saja, karena dalam produk ini terdapat audio dan video yang menyenangkan bagi mereka.
4. Peneliti sendiri sadar bahwa produk ini belum dapat dikatakan sempurna, maka dari itu diharapkan di kemudian hari akan ada penelitian pengembangan yang dapat meningkatkan kualitas materi dan media pada model latihan *Kids Athletics*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Gozzoli, Charles, dkk. (2006). *IAAF Kids Athletics – A Practical Guide*. : IAAF.
- Harald Muller, Wolfgang Ritzdorf. (2000). *Pedoman Resmi Mengajar Atletik*. Jakarta: IAAF. (dialih bahasakan oleh Suyono Danusbogo, Staf sekretariat IAAF-RDC, Jakarta).
- Hindriani, Dita. (2018). *Analisis Kemampuan Kids Athletics pada Siswa Sekolah Dasar di Kota Bengkulu*. Bengkulu: Universitas Bengkulu. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani. ISSN 2477-331X
- Lismadiana. (2013 Th. II no. 3). Jurnal ISSA; Jurnal Ilmiah Keolahragaan. *Peran Perkembangan Motorik pada Anak Usia Dini*, 101-109.
- Nugraha Bayu (2015). Pendidikan Olahraga Anak. Jakarta: UNJ
- Rahmat, Zikrur (2015). *Atletik Dasar dan Lanjutan*. Banda Aceh: BBG Institutional Repository.
- Lumintuarso, Ria. (2013). *Pembinaan Multilateral bagi Atlet Pemula*. Yogyakarta : UNY PRESS
- Lumintuarso, Ria. (2011). *Peralatan Olahraga Anak (POA) untuk Pengembangan Multilateral*. Yogyakarta: UNY Press.
- Rubiyatno (2014). *Peranan Aktivitas Olahraga Bagi Tumbuh Kembang Anak*. Pontianak: IKIP PGRI Pontianak.

Rumini (2014). *Pembelajaran Permainan Kids Athletics Sebagai Wujud Pengembangan Gerak Dasar Atletik Pada Anak-Anak*. Semarang: FIK UNNES. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* diunduh dari <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs>

Sriwahyuniati. Ch. Fajar. (2017). *Belajar Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.

Sriwahyuniati, Ch. Fajar. (2009). *Jurnal Olahraga Prestasi : Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Demonstrasi dengan Media Audiovisual Terhadap Penguasaan Keterampilan Dasar Senam Ritmik Pada Anak Pemula Siswa Putri SDN 2 Bantul Tahun 2009*. Yogyakarta: FIK UNY.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian dan Pengembassngan*. Bandung: Alfabeta.

Waryanto, Nur Hadi. (2017). *Penggunaan Media Audio Visual dalam Menunjang Pembelajaran*. Yogyakarta: FMIPA UNY.

Yuliarto Hari. (2003). *Prinsip-Prinsip Belajar Gerak Konsep dan Metode*. Yogyakarta: FIK UNY.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Faks 0274-513092  
Laman: Bk.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 486/UN34.16/PT.01.04/2021  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : Izin Penelitian

3 Februari 2021

Yth. Kepala SD Muhammadiyah Batur  
di. Kec. Batur, Kab. Banjarnegara, Jawa Tengah.

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ramadani Tami  
NIM : 17602241045  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KIDS ATHLETICS BERBASIS AUDIOVISUAL  
Waktu Penelitian : 5 Februari - 5 Maret 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Atas Nama Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002

## Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH BATUR  
SD MUHAMMADIYAH BATUR BANJARNEGARA**

Alamat : Jln. Barat Kecamatan Batur, Kec. Batur, Kab. Banjarnegara 53456

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 212/SDM/BTR/III/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Batur, menerangkan bahwa :

Nama : Ramadani Tami  
NIM : 17602241045  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Saudara tersebut telah selesai melaksanakan kegiatan penelitian di SD Muhammadiyah Batur di Batur Kabupaten Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah, sejak tanggal 23 Februari s/d 23 Maret 2021 dengan Judul "Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual".

Demikian Surat Keterangan Penelitian ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Batur, 24 Maret 2021  
Kepala Sekolah

Firmansyah Mukti Ahmad, S.Pd.

NBM : 1.040.033

Lampiran 3. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap 1)

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI**  
**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS**  
**AUDIOVISUAL**



Disusun oleh :

**Ramadani Tami**

**17602241045**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

## INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI

Judul : Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual

Materi : Model Latihan *Kids Athletics*

### Identitas Ahli Materi

Nama : Dr. Ria Lumintuarso, M.Si

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Pekerjaan : Dosen/Staff Pengajar FIK UNY

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli materi pada produk “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual”. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas materi pembelajaran yang Saya kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut, Saya mengharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini.

### Petunjuk Penilaian Instrumen

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Materi
2. Berilah tanda centang ( ✓ ) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan.
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat, atau saran pada kolom yang disediakan.
4. Keterangan Penilaian :
  - SS : Sangat Setuju
  - S : Setuju
  - TS : Tidak Setuju
  - STS : Sangat Tidak Setuju



Berilah tanda centang ( ✓ ), dan komentar pada kolom penilaian yang telah disediakan.

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>	✓				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	✓				
3.	Langkah-langkah yang diberikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>	✓				
4.	Materi yang disajikan memiliki tujuan sebagai bahan pembelajaran dan latihan		✓			
5.	Materi yang ditampilkan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan <i>Kids Athletics</i>			✓		
6.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan <i>Kids Athletics</i>		✓			

Komentar atau Saran :

- Penyajian dalam video perlu lebih interaktif antara Tulisan dan gambar/video
- Contoh-contoh yg nyata.
- gambar nyata?

Kesimpulan :

1. Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi
2. Layak untuk diuji cobakan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak digunakan untuk diuji cobakan

Yogyakarta, 1 Februari ..... 2021

Ahli Materi,



Ria Lumintvarso

Lampiran 4. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap II)

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *Kids Athletics* BERBASIS  
AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-10 TAHUN**



**Disusun oleh :**

**Ramadani Tami**

**17602241045**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

## INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI

Judul : Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun

Materi : Model Latihan *Kids Athletics*

### Identitas Ahli Materi

Nama : Dr. Ria Lumintuarso, M.Si

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Pekerjaan : Dosen/Staff Pengajar FIK UNY

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli materi pada produk “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun”. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas materi pembelajaran yang Saya kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut, Saya mengharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini.

### Petunjuk Penilaian Instrumen

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Materi
2. Berilah tanda centang (  $\checkmark$  ) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan.
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat, atau saran pada kolom yang disediakan.
4. Keterangan Penilaian :
  - SS : Sangat Setuju
  - S : Setuju
  - TS : Tidak Setuju
  - STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah tanda centang ( ✓ ), dan komentar pada kolom penilaian yang telah disediakan.

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>					
2.	Ketepatan materi sesuai sebagai panduan belajar <i>Kids Athletics</i>					
3.	Langkah-langkah yang diberikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>Kids Athletics</i>					
4.	Materi yang disajikan memiliki tujuan sebagai bahan pembelajaran dan latihan					
5.	Penjelasan materi jelas untuk belajar <i>Kids Athletics</i>					
6.	Materi yang ditampilkan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan <i>Kids Athletics</i>					
7.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami					
8.	Video praktek jelas dan mudah dipahami.					
9.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan <i>Kids Athletics</i>					

**Komentar atau Saran :**

Secara keseluruhan sudah bagus (Lebih bagus dari sebelumnya)  
Perlu pengaturan suara yang konsisten pada pengisian suara video

**Kesimpulan :**

1. **Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi**
2. Layak untuk diuji cobakan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak digunakan untuk diuji cobakan

Yogyakarta, 22 Maret. 2021

Ahli Materi,



Dr. Ria Lumintuarso, M.Si

## Lampiran 5. Surat Pernyataan Ahli Materi

### SURAT PERNYATAAN AHLI MATERI

Proposal Penelitian :

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS AUDIOVISUAL

Nama : Ramadani Tami

NIM : 17602241045

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or

Telah divalidasi dan layak diuji cobakan :

Yogyakarta, **1 FEBRUARI** 2020

Ahli Materi



Lampiran 6. Surat permohonan *Expert Judgement*

Hal : Surat permohonan surat *Expert Judgement*

Lampiran : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada:

Yth. Dr. Ria Lumintuarso, M.Si

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir skripsi yang akan Saya lakukan dengan judul "Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audivisual". Maka dari itu, Saya memohon kepada Bapak agar berkenan menjadi *Expert Judgement* untuk memberikan masukan terhadap instrumen penelitian Saya. Masukan tersebut sangat berguna untuk membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan Saya laksanakan.

Demikian permohonan yang Saya sampaikan, atas perhatian dan berkenaan Bapak, Saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 29 Desember 2020

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or

NIP 19711229 200003 2 001

Hormat Saya



Ramadani Tami

NIM 17602241045



Lampiran 7. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap 1)

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS  
AUDIOVISUAL**



**Disusun oleh :**

**Ramadani Tami**

**17602241045**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2020**

### INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA

Judul : Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual

Materi : Model Latihan *Kids Athletics*

#### Identitas Ahli Media

Nama : Nawan Primasoni, M.Or

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Pekerjaan : Dosen/Staff Pengajar FIK UNY

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli media pada produk "Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audiovisual". Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media pembelajaran yang Saya Kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut, Saya mengharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini.

#### Petunjuk Penilaian Instrumen

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Media
2. Berilah tanda centang (  $\checkmark$  ) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan.
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat, atau saran pada kolom yang disediakan.
4. Keterangan Penilaian :
  - SS : Sangat Setuju
  - S : Setuju
  - TS : Tidak Setuju
  - STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah tanda centang ( ✓ ), dan komentar pada kolom penilaian yang telah disediakan.

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik Produk</b>					
1.	Ukuran file sesuai		✓			
2.	Resolusi gambar baik			✓		
3.	Pengoperasian mudah		✓			
<b>II</b>	<b>Aspek Desain Produk</b>					
4.	Desain video menarik			✓		
5.	Musik/Audio menarik		✓			
6.	Gaya penulisan baik			✓		
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan Produk</b>					
7.	Video ini mempermudah untuk mempelajari <i>Kids Athletics</i>		✓			
8.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak pada <i>Kids Athletics</i>		✓			
9.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar <i>Kids Athletics</i> .			✓		

**Komentar atau Saran :**

Cari tempat yang lebih baik  
Tulisan menutupi video  
Video stream  
Pakai gambar original  
Jangan banyak ruang kosong.

**Kesimpulan :**

1. Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi
- ② Layak untuk diuji cobakan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak digunakan untuk diuji cobakan

Yogyakarta, 1. ~~Februari~~ ..... 2021

Ahli Media,

  
.....

..

Lampiran 8. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap 2)

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *Kids Athletics* BERBASIS  
AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-10 TAHUN**



**Disusun oleh :**

**Ramadani Tami**

**17602241045**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

## **INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

Judul : Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun

Materi : Model Latihan *Kids Athletics*

### **Identitas Ahli Media**

Nama : Nawan Primasoni, M.Or

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Pekerjaan : Dosen/Staff Pengajar FIK UNY

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai ahli media pada produk “Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-10 Tahun”. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media pembelajaran yang Saya Kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut, Saya mengharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini.

### **Petunjuk Penilaian Instrumen**

5. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Media
6. Berilah tanda centang (  $\checkmark$  ) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan.
7. Jika perlu berilah komentar, pendapat, atau saran pada kolom yang disediakan.
8. Keterangan Penilaian :
  - SS : Sangat Setuju
  - S : Setuju
  - TS : Tidak Setuju
  - STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah tanda centang ( √ ), dan komentar pada kolom penilaian yang telah disediakan.

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik Produk</b>					
1.	Ukuran file sesuai	√				
2.	Resolusi gambar baik		v			
3.	Pengoperasian mudah	√				
<b>II</b>	<b>Aspek Desain Produk</b>					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Musik/Audio menarik	√				
6.	Gaya penulisan baik		√			
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan Produk</b>					
7.	Video ini mempermudah untuk mempelajari <i>Kids Athletics</i>	√				
8.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak pada <i>Kids Athletics</i>	√				
9.	Video ini sesuai untuk penggunaanya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar <i>Kids Athletics</i> .		√			

**Komentar atau Saran :**

**Kesimpulan :**

- 1. Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi**
2. Layak untuk diuji cobakan dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak digunakan untuk diuji cobakan

Yogyakarta, . . 17 Maret. . . 2021

Ahli Media,



Nawan Primasoni M.Or



## Lampiran 9. Surat Pernyataan Ahli Media

### SURAT PERNYATAAN AHLI MEDIA

Proposal Penelitian :

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *KIDS ATHLETICS* BERBASIS AUDIOVISUAL

Nama : Ramadani Tami

NIM : 17602241045

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Pembimbing : CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or

Telah divalidasi dan layak diuji cobakan :

Yogyakarta, ~~1 Februari~~ 2020

Ahli Media



Nawan Primasoni, M.Or

## Lampiran 10. Surat permohonan *Expert Judgement*

Hal : Surat permohonan surat Expert Judgement

Lampiran : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada:

Yth. Nawan Primasoni, M.Or

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir skripsi yang akan Saya lakukan dengan judul "Pengembangan Model Latihan *Kids Athletics* Berbasis Audivisual". Maka dari itu, Saya memohon kepada Bapak agar berkenan menjadi Expert Judgement untuk memberikan masukan terhadap instrumen penelitian Saya. Masukan tersebut sangat berguna untuk membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan Saya laksanakan.

Demikian permohonan yang Saya sampaikan, atas perhatian dan perkenaan Bapak, Saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 29 Desember 2020

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or

NIP 19711229 200003 2 001

Hormat Saya



Ramadani Tami

NIM 17602241045

## Lampiran 11. Angket Penilaian Uji Coba Terbatas

Rakun

**ANGKET PENILAIAN PESERTA DIDIK**

**A. Petunjuk Umum**

1. Jawablah pertanyaan ini setelah kamu belajar dan berlatih menggunakan video model latihan *kids* atletik
2. Tulislah identitasmu terlebih dahulu pada tempat yang telah disediakan.
3. Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan dalam angket ini sebelum kamu memilih jawaban
4. Jawablah semua pertanyaan yang ada pada angket ini
5. Jika ada yang tidak kamu pahami, bertanyalah kepada peneliti, pelatih, guru, atau orang tua.
6. Selamat mengerjakan

**B. Identitas Responden**

Nama : Rizka Arifudin Arizal

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 11 tahun

Sekolah : SD Muhammadiyah

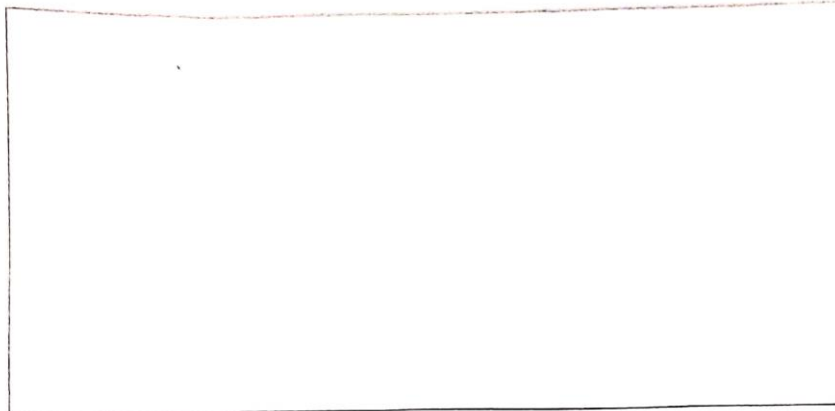
**C. Prosedur Penilaian Instrumen**

1. Berilah tanda centang (✓) pada kolom penilaian yang kamu anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
2. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
3. Keterangan penilaian :  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda Centang (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
Materi						
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>kids</i> Atletik.		✓			
2.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan.	✓	✓			
3.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan gerak dasar <i>kids</i> Atletik.	✓				
4.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>kids</i> Atletik.		✓			
5.	Gambar yang dibuat dapat dipelajari untuk anak-anak.	✓				
6.	Penulisan nama teknik dan latihan sesuai dengan teori dasar <i>kids</i> Atletik.		✓			
7.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar <i>kids</i> Atletik.		✓			
8.	Bahasa yang digunakan mudah untuk dipahami.	✓				
Desain						
9.	Pengoperasian video mudah	✓				
10.	Desain video menarik		✓			
11.	Gambar dan tampilan warna menarik		✓			
12.	Gaya penulisan baik		✓			

Komentar atau Saran



Banjarnegara, 1 Maret..... 2021

Responden,



Rizka

## Lampiran 12. Angket Penilaian Uji Coba Lapangan Utama

98010/16

### ANGKET PENILAIAN PESERTA DIDIK

#### A. Petunjuk Umum

1. Jawablah pertanyaan ini setelah kamu belajar dan berlatih menggunakan video model latihan *kids* atletik
2. Tulislah identitasmu terlebih dahulu pada tempat yang telah disediakan.
3. Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan dalam angket ini sebelum kamu memilih jawaban
4. Jawablah semua pertanyaan yang ada pada angket ini
5. Jika ada yang tidak kamu pahami, bertanyalah kepada peneliti, pelatih, guru, atau orang tua.
6. Selamat mengerjakan

#### B. Identitas Responden

Nama : Tasya Nur Syafira  
Jenis Kelamin : Pria  
Usia : 12 tahun 7 bulan  
Sekolah : SD Muhammadiyah

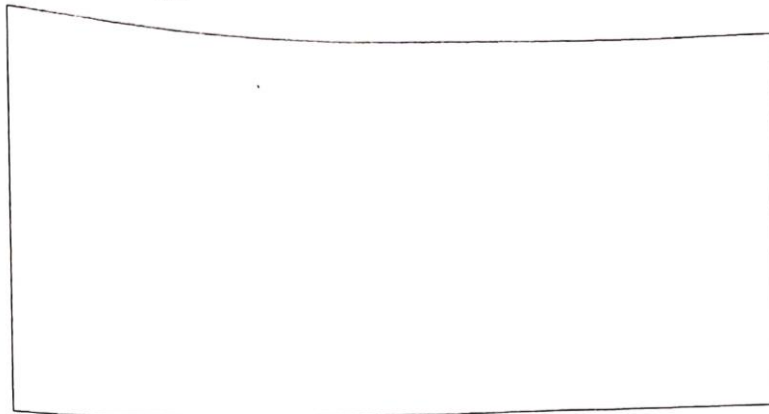
#### C. Prosedur Penilaian Instrumen

1. Berilah tanda centang (✓) pada kolom penilaian yang kamu anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
2. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
3. Keterangan penilaian :  
SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda Centang (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
		Materi				
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>kids</i> Atletik.	✓				
2.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan.	✓				
3.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan gerak dasar <i>kids</i> Atletik.	✓				
4.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan gerak dasar <i>kids</i> Atletik.	✓				
5.	Gambar yang dibuat dapat dipelajari untuk anak-anak.	✓				
6.	Penulisan nama teknik dan latihan sesuai dengan teori dasar <i>kids</i> Atletik.	✓				
7.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar <i>kids</i> Atletik.	✓				
8.	Bahasa yang digunakan mudah untuk dipahami.	✓				
Desain						
9.	Pengoperasian video mudah	✓				
10.	Desain video menarik	✓				
11.	Gambar dan tampilan warna menarik	✓				
12.	Gaya penulisan baik	✓				

Komentar atau Saran



Banjarnegara, 25 maret ..... 2021

Responden,



Firza Nur Salsabih



### Lampiran 13. Dokumentasi



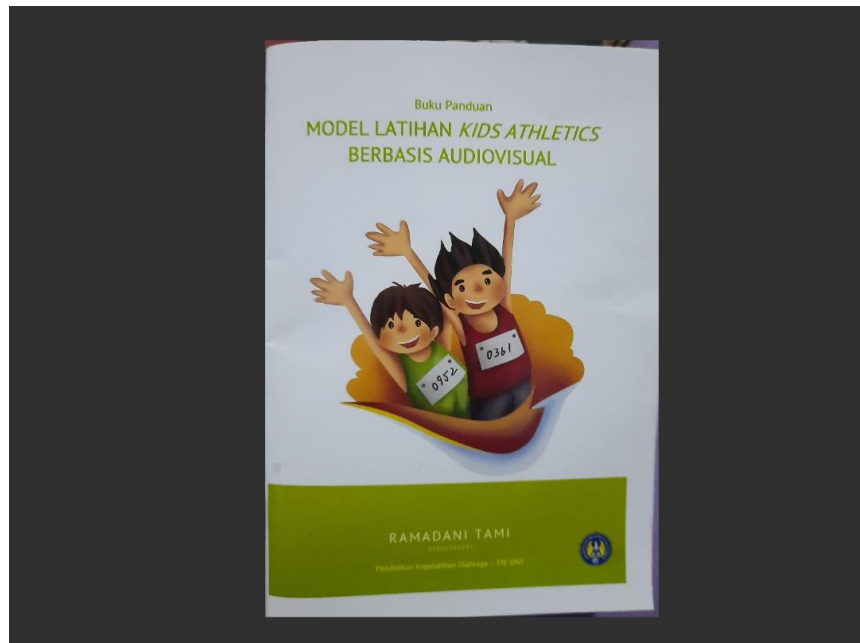
Anak sedang melihat video produk model latihan *Kids Athletics*



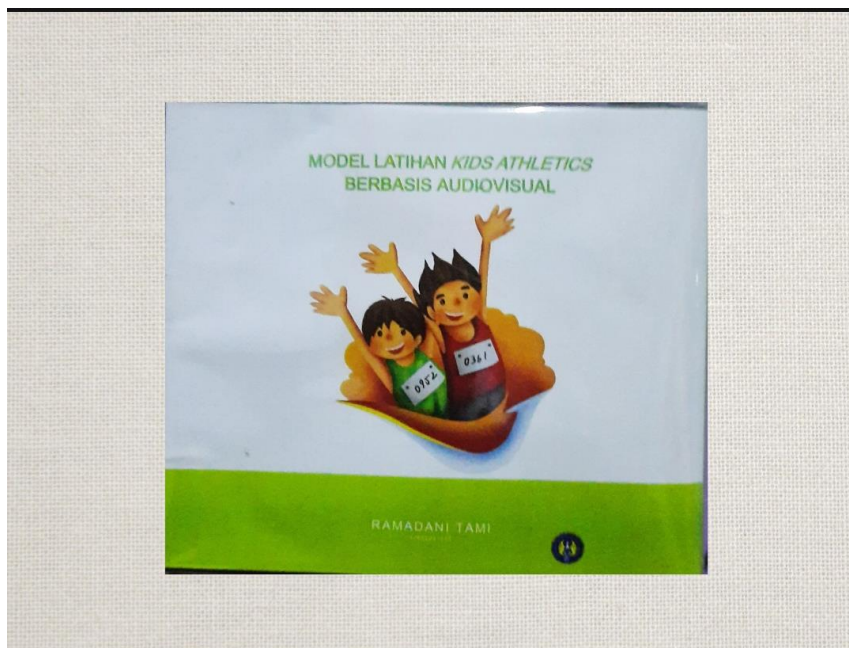
Anak sedang belajar gerak  
*kids athletics*



Anak sedang mengisi angket  
penilaian



Buku Panduan Model Latihan *Kids Athletics*



DVD Model Latihan *Kids Athletics*