BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN

A. Rancangan Materi Ajar dan Media

Dalam rangkaian prosedur pembuatan media pembelajaran berbasis cetak untuk mata kuliah praktek pada mata kuliah olah tubuh universitas negeri yogyakarta seperti yang telah dijelaskan pada BAB III, tahap pertama yang dilakukan adalah studi pendahuluan. Tahap ini dilakukan dengan dua cara yaitu analisis kebutuhan dan studi literal.

1. Analisis Kebutuhan

Kegiatan yang dilakukan adalah observasi dan wawancara mengenai pelaksanaan pembelajaran mata kuliah olah tubuh. Melalui kegiatan ini diperoleh beberapa informasi yang terkait dengan penelitian dan pengembangan media pembelajaran olah tubuh. Informasi hasil observasi dan wawancara. Berdasarkan observasi pada silabus dan RPP pengajar olah tubuh, yang disajikan pada BAB II, masalah yang dihadapi dalam pembelajaran olah tubuh antara lain: 1). kemampuan mahasiswa yang beragam, seperti mahasiswa yang memiliki bakat karena perbedaan lulusan. 2). Waktu pembelajaran olah tubuh yang terbatas. 3). Perbedaan keluaran dan materi tiap instansi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 6 orang responden, hasilnya terlampir. Responden diambil secara acak akan tetapi diambil dengan melihat beberapa kriteria, diantaranya latar belakang pendidikan, lulusan dan lingkungan berkeseniannya. Wawancara ini dilakukan sebagai langkah pra penelitian untuk

melakukan tinjauan di lapangan dan mencari solusinya. Hasil wawancara ini akan menjadi landasan penelitian .Dapat disimpulkan dari hasil wawancara bersama responden masalah yang dihadapi adalah:

1. Masalah tentang pengolahan rasa.
2. Masalah tentang kurangnya pengetahuan tentang olah tubuh.
3. Perbedaan kualitas kepenarian yang mengakibatkan kesulitan dalam profesionalitas dunia kerja.
4. Perbedaan kurikulum yang membuat hasil lulusan berbeda (bidang kemampuan menari).

Solusi yang ditawarkan dalam penelitian ini adalah bahan ajar yang mencakup teori dan metode belajar pada mata kuliah olah tubuh. Dengan disusunnya materi ajar olah tubuh diharapkan dapat memperkaya materi olah rasa mahasiswa. Bahan ajar ini meliputi latihan olah tuuh, latihan olah rasa, dan olah nafas. Jika, penelitian ini berhasil maka olah tubuh ini akan dibakukan sehigga dapat diberlakukan disemua instansi yang berkaitan dengan pendidikan seni tari. Sehingga, hasil lulusan dapat diseragamkan agar dapat mencetak seniman-seniman tari yang siap bersaing di dunia kerja secara profesional. Walaupun terbatas pada kurikulum yang berlaku, akan tetapi dapat meminimalisir perbedaan lulusan dengan cara memberikan pengertian dan arahan kepada mahasiswa dan menjadi media belajar mandiri diluar perkuliahan.

2. Proses Perencanaan

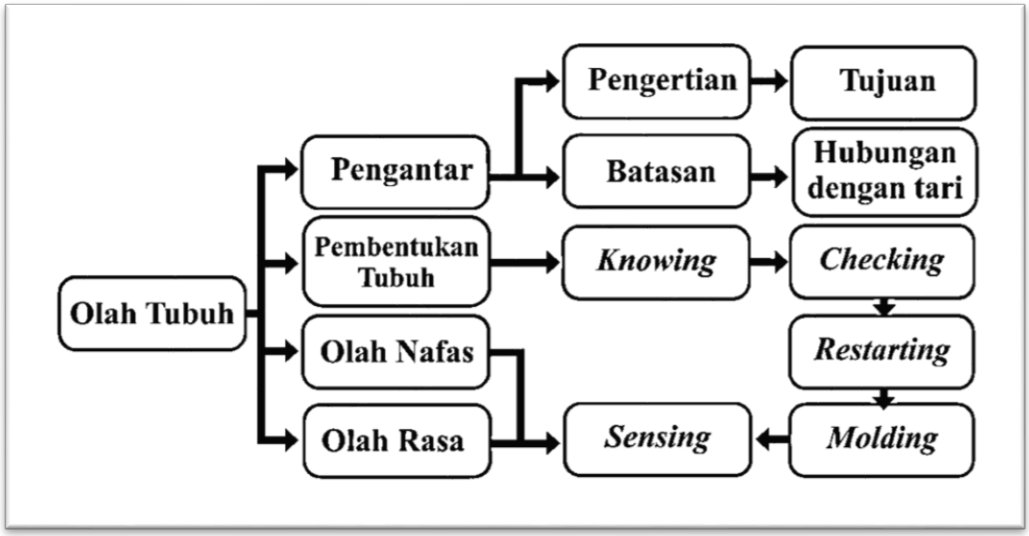
Dalam proses pengembangan Materi pembelajaran (produksi) dilakukan beberapa tahap, yaitu:

a. Membuat desain materi pembelajaran

Dalam membuat desain materi pembelajaran berpedoman pada standar kompetensi dan kompetensi dasar silabus kurikulum olah tubuh. Materi pembelajaran yang dipilih dalam pengembangan media ini adalah olah tubuh karena olah tubuh adalah sebuah dasar dan landasan sebelum melanjutkan ketahap teknik tari dan tari bentuk. Ketika dihadapkan pada permasalahan kesiapan tubuh yang kurang maksimal maka hasil yang didapatkan pada mata kuliah Teknik tari akan berkurang pula dan akhirnya kualitas kepenarian akan berkurang.

b. Membuat *Flowchart*

Pengembangan tahap selanjutnya adalah penyusunan *flowchart* sebagai dasar pembuatan konsep media pembelajaran. Flowchart adalah susunan suatu bagan yang menggambarkan urutan proses secara detail dan hubungan antara suatu pembahasan dengan pembahasan lainnya dalam media yang dikembangkan.



Gambar 2. *Flowchart* media pembelajaran olah tubuh

Flowchart ini disusun berdasarkan analisis kebutuhan menyesuaikan dengan kompetensi inti dan kompetensi dasar pada mata kuliah olah tubuh di Jurusan Pendidikan Seni Tari UNY. *Flowcart* digunakan sebagai dasar dan acuan pengembangan materi. Setelah disusun berdasarkan garis besar alur materi selanjutnya di jabarkan sedetail mungkin sehingga materi yang baru masih sesuai dengan kurikulum yang berlaku saat ini.

c. Pengumpulan Bahan Pendukung

Setelah *flowchart* disusun, maka kebutuhan dalam tiap-tiap bagannya pun harus dipenuhi. Langkah selanjutnya adalah mengumpulkan bahan-bahan pendukung yang akan disusun dan dimasukkan ke dalam media pembelajaran. Kegiatan tersebut dimulai dengan mengumpulkan segala sesuatu yang berhubungan dengan materi olah tubuh, mulai dari materi yang nantinya akan diberikan, gambar-gambar pendukung materi, pembuatan layout dan icon dalam buku, dan wawancara dengan nara sumber yang dianggap ahli pada bidang olah tubuh. Bahan-bahan yang dikumpulkan akan dimasukkan pada bagian buku, diantaranya adalah:

1) Pendahuluan

Pendahuluan merupakan landasan berpikir untuk mengawali pola berpikir mahasiswa. Pendahuluan mengantarkan mahasiswa untuk menarik minat dan memaksa mereka untuk terus membacanya, dan yang paling penting adalah menjaga agar pembaca tetap fokus dan berkonsentrasi pada iasi buku. Karena bagian pendahuluan pada buku, memiliki beberap fiungsi, diantaranya adalah :

Fungsi pertama adalah sebagai pengantar. Pendahuluan berisi tentang garis besar isi buku, tujuannya adalah menarik perhatian pembaca untuk memahami lebih lanjut isi dari buku tersebut.

Fungsi kedua adalah sebagai penjelasan latar belakang penulisan buku. Fungsi tersebut mengacu pada alasan dan latar belakang penulisan sebuah buku. Pembaca diajak untuk mengawali sebuah pemikiran sebelum mereka membaca isi dan inti dari materi yang akan diberikan agar memiliki pola pikir yang sama dengan penulis, sehingga informasi yang akan disampaikan akan lebih mudah diterima pembaca.

Fungsi ketiga adalah pengenalan permasalahan. Diharapkan setelah pembaca membaca pendahuluan akan membuka wawasan mereka dan mengetahui masalah apa yang sedang terjadi di lapangan.

Fungsi keempat adalah mengatahui tujuan pembuatan buku. Setiap pembaca memiliki alasan untuk membaca buku, salah satu diantaranya adalah untuk memecahkan masalah yang mereka miliki. jika solusi dari masalah yang mereka hadapi ada dalam buku tersebut, maka pembaca akan membaca buku tersebut sampai akhir.

Fungsi kelima berisi manfaat yang didapatkan setelah pembaca membaca buku tersebut.manfaat buku olah tubuh ini adalah melatih pengendalian mental dan ekspresi, meningkatkan pengolahan energi dan konsentrasi, meningkatkan kondisi fisik/kesegaran jasmani, meningkatkan kualitas gerak dalam kepenarian, memelihara kondisi fisik dan mencegah terjadinya cidera, merestart badan menjadi postur yang ideal, dan membuat nya menjadi pola hidup.

2) Hubungan olah tubuh dengan tari

Pada bagian ini menunjukkan peran penting mata kuliah olah tubuh dengan mata kuliah lain di Pendidikan Seni Tari. Olah tubuh bagi seorang penari merupakan landasan sebelum seseorang belajar menari, meningkatkan keterampilan yang dimiliki oleh seorang penari dan memelihara tubuh untuk menjaga kualitas gerak. Jadi dapat disimpulkan bahwa olah tubuh bukan hanya diperuntukkan pada seseorang yang akan belajar menari, akantetapi juga mengiringi perkembangan penari sampai menjaga performa pada penari profesional, mengingat bahwa bentuk tubuh seseorang akan berubah sesuai dengan pola hidupnya.

Faktor faktor penunjang kemampuan tubuh lainnya adalah pengolahan napas dan pengolahan rasa. Olah napas dan olah rasa masih tergabung pada pelatihan olah tubuh karena jika kita berbicara tentang seni tidak terlepas bahwa seni adalah ekspresi dari jiwa. Jika di analogikan sebuah mobil, maka tubuh adalah rangka dasarnya, napas adalah bahan bakarnya dan rasa adalah tampilan dari body mobil tersebut. Ketika kita hanya fokus pada pengolahan tubuh saja maka gerak akan terasa kaku, tanpa pengolahan rasa takkan ada ekspresi yang tercipta, tanpa ada pengolahan napas yang benar maka energi akan terbuang sia-sia, dan konsentrasi berkurang. Ketiga poin tersebut menjadi modal utama dalam pelatihan tubuh seluruhnya mencakup pelatihan pikiran dan napas

3) Langkah olah tubuh

Langkah olah tubuh ini adalah sebuah metode baru yang berdasar serapan dari metode *somatic* dan sudah dirangkum menjadi antara lain:

Knowing adalah proses mempelajari dan mejadi dasar pengetahuan akan tubuh dan penyusunnya meliputi kerangka, otot, anggota gerak, kelainan dalam tubuh, postur ideal dan penanganan ketika terjadi masalah/cidera pada tubuh. Sebagai seorang penari, hal ini merupakan landasan awal yang menjadi acuan dan batasan dalam membentuk tubuhnya.

Checking, setelah mengetahui dasar keilmuan, diharapkan penari dapat mengevaluasi keadaan tubuhnya, meliputi kekurangan dan kelebihan dalam tubuhnya.

Restarting, langkah selanjutnya, setrelah mengetahui kondisi fisiologis tubuhnya kemudian dilakukan pengosongan tubuh, yaitu membuat tubuhnya menjadi proporsi ideal, dengan membiasakan dirinya agar postur tubuhnya menjadi postur ideal.

Molding atau pembentukan badan dilakukan sesuai dengan kompetensi yang harus dimiliki seorang penari untuk melakukan sebuah tarian. Kadang setiap tarian berbeda-beda kebutuhannya. Misalnya tarian yang imitatif atau menirukan gerak-gerik hewan, olahtubuhnya seharusnya berbeda dengan tarian yang mengusung tema orang tua. Untuk molding awal kebutuhan penari adalah kekuatan, ketahanan, daya otot, kecepatan, kelenturan, koordinasi keseimbangan, ketepatan, reaksi. Sebelum melangkah lebih jauh alangkah baiknya mematangkan beberapa kemampuan tersebut.

Sensing adalah tahapan penari berlatih untuk bergerak dengan menggunakan perasaan (*feeling*) ketika menari. Penjiwaan didalam menaripun dapan dikatakan *sensing* akan tetapi cakupannya lebih luas. *Sensing* meliputi segala sesuatu dalam

menari yang berhubungan dengan rasa itu sendiri, termasuk imajinasi, rasa tubuh, *feel of music*. *Sensing* merupakan tahap terakhir dan terberat bagi seorang penari, untuk menggerakkan tubuhnya menggunakan rasa atau menjiwai sebuah peran dalam penokohan suatu garapan tari.

4) Foto

Ada beberapa foto yang digunakan dalam media pembelajaran ini. Pemilihan foto disesuaikan dengan fungsinya dalam media pembelajaran. Foto yang digunakan berupa *file* dengan jenis *file JPEG Image*. Foto-foto ini didapat dari dokumentasi dan internet. Foto dan gambar digunakan untuk menjelaskan meteri agar lebih mudah dipahami oleh mahasiswa, juga untuk menjelaskan sesuatu yang bersifat abstrak dan susah dijelaskan dengan kata-kata. Selebihnya digunakan untuk mempercantik tampilan dan digunakan untuk menarik perhatian pengguna media.

3. Pengembangan Format Produk Awal

Produk akhir yang dikembangkan dikemas dalam bentuk modul/panduan. Model pengembangannya bukan berupa diktat atau buku acuan yang bersumber pada kompetensi salah satu perguruan tinggi yang diharapkan dapat memberikan kebebasan subjek pembelajaran menentukan arah pembelajarannya. Akan tetapi hasil yang diharapkan adalah bagaimana mahasiswa dapat mempelajari materi secara maksimal dan memahami fungsi olah tubuh secara mendasar sehingga pemanfaatannya dapat diaplikasikan sebagai seorang pengajar tari maupun seniman tari. Materi yang dibahas telah diusahakan dapat menunjang kurikulum dan silabus yang berlaku sehingga media yang dihasilkan menjadi media yang sesuai untuk mendukung pembelajaran.

Langkah-langkah penyusunan modul antara lain :

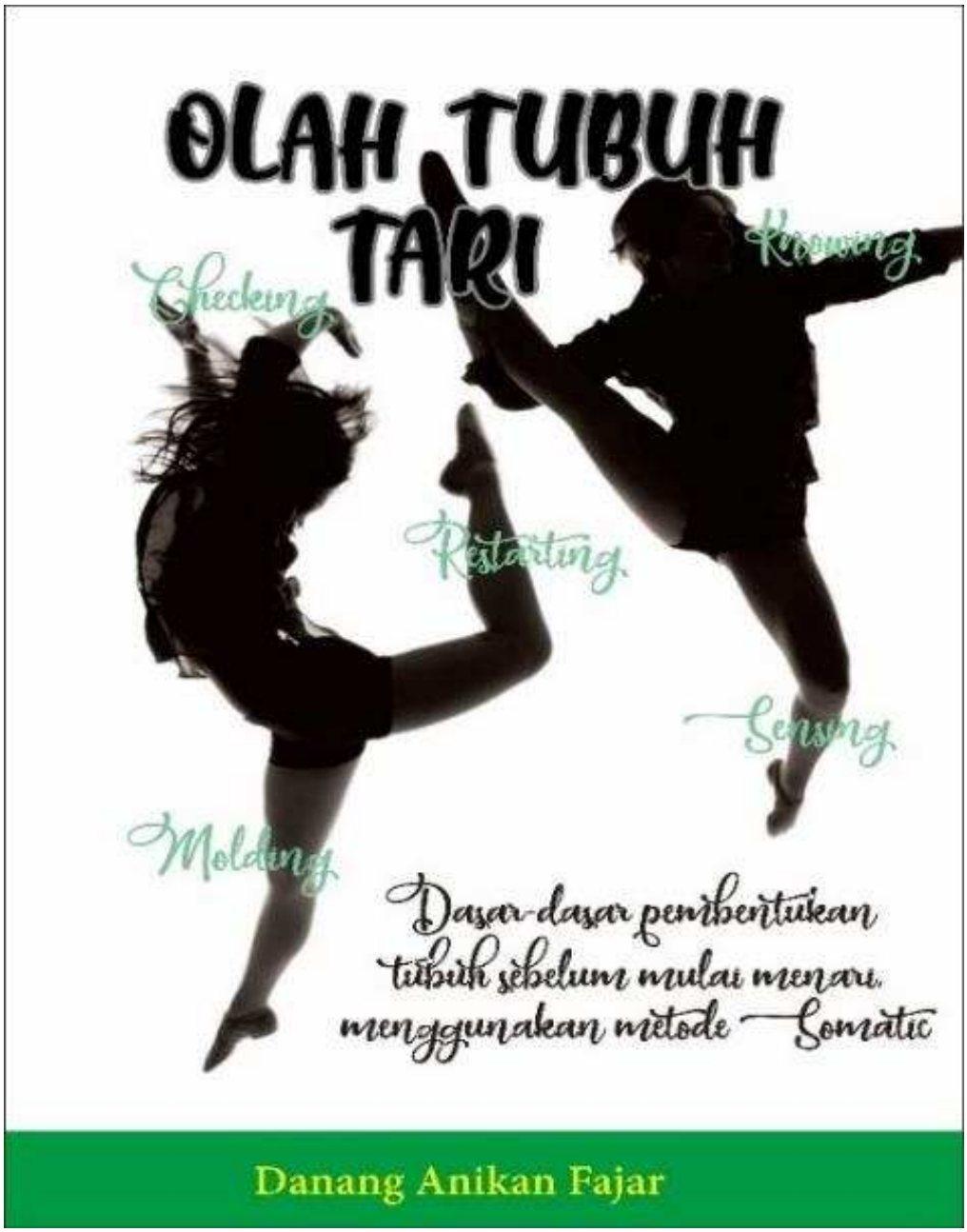
1. Susunan Kompetendi Inti dan Kompetensi Dasar.
2. Menetapkan capaian pembelajaran yang akan dicapai siswa setiap babnya.
3. Tetapkan sistematika penjabaran materi (skema alur berpikir) setiap awal bab.
4. Tetapkan sistem (skema/ketentuan, metoda dan perangkat) evaluasi.
5. Materi/substansi yang ada dalam modul berupa konsep/prinsip-prinsip, fakta penting yang terkait langsung dan mendukung untuk pencapaian kompetensi dan harus dikuasai peserta didik.
6. Rangkuman di setiap bab untuk mempermudah peserta didik dalam merangkum informasi.
7. Tugas, soal, dan atau praktik/latihan yang harus dikerjakan atau diselesaikan oleh peserta didik.
8. Evaluasi atau tes sumatif sebagai penilaian yang berfungsi untuk mengukur kemampuan peserta didik dalam menguasai modul
9. Kunci jawaban dari soal, latihan dan atau tugas.

a. Tampilan produk

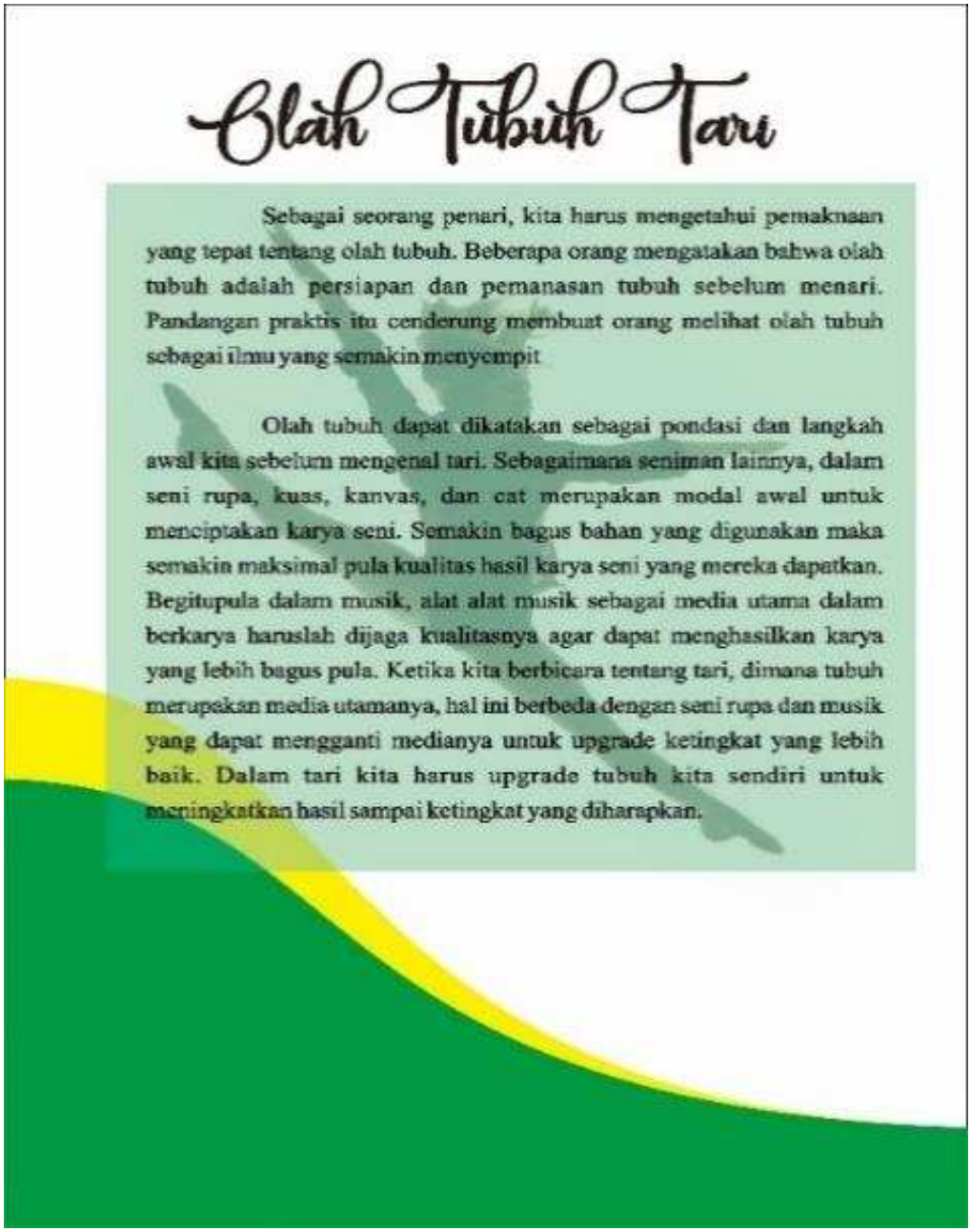
Media pembelajaran olah tubuh ini memiliki beberapa tampilan *layout* yaitu. Halaman *cover* berisi nama buku "Olah Tubuh Tari" dengan latar belakang (*background*) berwarna putih dan ada gambar penari wanita. Variasi warna hijau digunakan menarik perhatian pempembaca, di awal. Warna hijau menjadi representasi dari warna alam, warna hijau sarat akan harmoni (keseimbangan), kesegaran, kedamaian, hingga efek relaksasi bagi seseorang. Dalam psikologi

warna, hijau kerap digunakan untuk membantu seseorang yang berada dalam situasi tertekan-agar lebih mampu menyeimbangkan dan menenangkan emosinya.

a. Halaman *Cover*

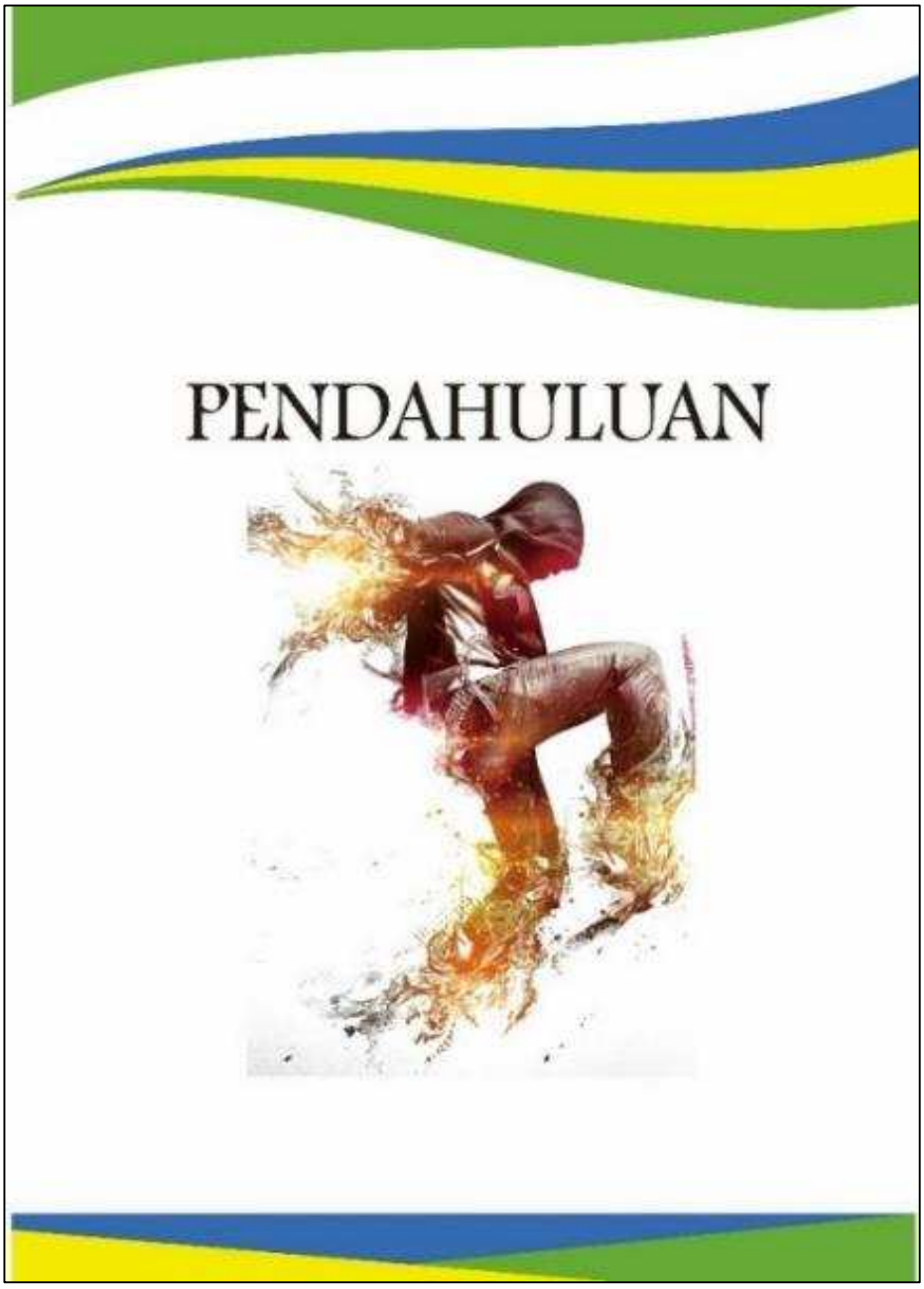


Gambar 3: Implementasi halaman *cover* depan.



Gambar 4: Implementasi halaman *cover* belakang.

b. Halaman pembuka



Gambar 5: Implementasi pembuka bab

Setiap pergantian bab dan pembahasan akan dibatasi oleh halaman pembuka bab untuk membatasi alur berpikir pembaca. Fungsi lainnya adalah membatasi dan membagi setiap bab sehingga dapat mempermudah pembaca mencari sub pokok

bahasan. Bagian ini hanya berisi gambar dan judul dengan ukuran besar untuk memfokuskan perhatian pembaca tanpa memberikan penjelasan apapun.

c. Halaman isi

PENDAHULUAN

Kesiapan tubuh secara fisik dan mental merupakan modal dasar seorang penari untuk melakukan aktifitas gerak tari. Fisik disini mengacu pada artian fisiologi badan dengan berbagaimacam penyusunnya, antara lain, organ, tulang, otot, dan sendinya, serta sistem penggeraknya yaitu pernafasan dan pikiran. Keadaan ini dapat tercapai dengan cara melakukan beberapa kegiatan atau latihan untuk mengolahnya, yang semula dari barang mentah menjadi barang siap pakai. Kegiatan ini sering disebut sebagai olah tubuh.

Sebagai seorang penari, kita harus mengetahui pemaknaan yang tepat tentang olah tubuh. Beberapa orang mengatakan bahwa olah tubuh adalah persiapan dan pemanasan tubuh sebelum menari. Pandangan praktis itu cenderung membuat orang melihat olah tubuh sebagai ilmu yang semakin menyempit. Penari, senantiasa melakukan pembentukan dan pelenturan tanpa mengetahui fungsi, tujuan bahkan mengesampingkan dampak latihan tersebut.

gambar 1. olah tubuh

Unsur-unsur penunjangnya pun kurang diperhatikan, dan hanya fokus pada tubuh yang kasat mata. Oleh karena itu, kita perlu mengetahui pengertian dari olah tubuh itu sendiri, cakupan atau batasanya, tekniknya dan seberapa besar pengaruh olah tubuh tersebut dengan kualitas dan manfaat yang akan kita dapatkan.

Olah tubuh dapat dikatakan sebagai pondasi dan langkah awal kita sebelum mengenal tari. Sebagaimana seniman lainnya, dalam seni rupa, kuas, kanvas, dan cat merupakan modal awal untuk menciptakan karya seni. Semakin bagus bahan yang digunakan maka semakin maksimal pula kualitas hasil karya seni yang mereka dapatkan. Begitupula dalam musik, alat alat musik sebagai media utama dalam berkarya haruslah dijaga kualitasnya agar dapat menghasilkan karya yang lebih bagus pula. Ketika kita berbicara tentang tari, dimana tubuh merupakan media utamanya, hal ini berbeda dengan seni rupa dan musik yang dapat mengganti medianya untuk

olah tubuh untuk pemula 3

Gambar 6: Halaman isi

Format pada halaman isi ini adalah *header* berupa garis berwarna hijau dan kuning, *footer* berupa variasi warna hijau kuning dan biru. Nama sub bab utama

akan diberi *background* warna hijau juga untuk menarik fokus pembaca, dan didepan angka halaman di beri lelar olah tubuh untuk pemula.

4. Validasi Produk Awal

a. Hasil Uji Coba Ahli Materi

Evaluasi ahli materi pembelajaran terhadap produk media pembelajaran yang dikembangkan, dilaksanakan pada tanggal 30 November 2018. Ahli materi pembelajaran yang memberikan evaluasi media pembelajaran ini adalah dosen Pendidikan Seni Tari UNY dan Pascasarjana UNY, yaitu Dr. Drs. Sumaryadi, M.Pd. Aspek yang dinilai oleh ahli materi pembelajaran adalah kebenaran konsep, materi, dan pembelajaran.

Berikut ini adalah data yang diperoleh dari ahli materi pembelajaran.

Tabel 10: **Hasil evaluasi ahli materi terhadap aspek kebenaran konsep**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Materi sesuai dengan standar kompetensi	3	
2.	Materi sesuai dengan kompetensi dasar	4	
Jumlah		**7**	
Skor rata-rata		**3,5**	
Rata-rata hasil		**100**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,5

Skormaksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,5}{4} \times 100 : 87,5$$

Tabel 11: **Hasil evaluasi ahli materi terhadap aspek materi**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Ketepatan pemilihan materi	3	
2.	Kejelasan materi	4	
3.	Aktualitas materi	3	
4.	Unsur yang terkandung dalam materi	4	
5.	Cakupan materi untuk mencapai tujuan	4	
6.	Contoh yang diberikan untuk menjelaskan materi	4	
7.	Kemenarikan penyampaian materi	3	

No.	Indikator	Skor	Kriteria
8.	Kejelasan video dalam penyampaian materi	4	
9.	Sistematika penyampaian materi	4	
10.	Tingkat pemahaman materi	3	
Jumlah		**36**	
Skor rata-rata		**3,6**	
Rata-rata hasil			**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,6
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,6}{4} \times 100 : 90$$

Tabel 12: **Hasil evaluasi ahli materi terhadap aspek pembelajaran**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Kejelasan pemaknaan fungsi dan tujuan belajar	3	
2.	Pemberian umpan balik dan motivasi	3	
3.	Kualitas interaksi dengan pembaca	4	
4.	Keefektifan materi untuk mengatasi masalah	3	
5.	Pengemasan materi menarik minat mahasiswa	4	
6.	Meningkatkan minat mahasiswa	4	
Jumlah		21	
Skor rata-rata		3.5	
Rata-rata hasil		87.5	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3.5
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,5}{4} \times 100 : 87,5$$

Tidak terdapat temuan kesalahan isi dalam media yang dikembangkan. Komentar dan saran umum yang diberikan oleh ahli materi pembelajaran adalah sebagai berikut.

1. Penambahan nomor urut, caption sumber dan tahun pada gambar/foto/ilustrasi.
2. Perbaikan pada tata ejaan, kalimat dan tata makna dalam penulisannya.

Evaluasi ahli materi dirangkum pada tabel 10, pada aspek kebenaran konsep memiliki dua poin penilaian. Jumlah skor pada indikator kebenaran konsep berjumlah 7 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,5, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 87,5. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 87,5 maka aspek kebenaran konsep dalam media dianggap layak. Evaluasi ahli materi dirangkum pada tabel 11, pada aspek materi memiliki sepuluh poin penilaian. Jumlah skor pada indikator materi berjumlah 36 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,6, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 90. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 90 maka aspek materi dalam media dianggap layak. Evaluasi ahli materi aspek pembelajaran dirangkum pada tabel 12, pada aspek pembelajaran memiliki enam poin penilaian. Jumlah skor pada indikator pembelajaran berjumlah 21 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,5, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 87,5. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 87,5 maka aspek pembelajaran dalam media dianggap layak. Setelah ketiga aspek penilaian dari ahli materi dikumpulkan, poin terakhir yang didapatkan adalah 88,3% sehingga aspek materi dalam media dianggap layak untuk digunakan dan dapat digunakan untuk melanjutkan penelitian ketehap berikutnya.

Secara kesuluruhan, berdasarkan hasil analisis evaluasi ahli materi pembelajaran dapat disimpulkan bahwa produk media pembelajaran yang dikembangkan ini sudah layak untuk digunakan tetapi dengan revisi pada penulisan, tata Bahasa dan penambahan penjelasan pada sumber gambar, ilustrasi dan foto.

b. Hasil Uji Coba Ahli Media

1) Revisi media tahap I

Evaluasi ahli media pembelajaran terhadap produk media pembelajaran yang dikembangkan, dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama dilaksanakan pada tanggal 7 Desember 2018. Ahli media pembelajaran yang memberikan evaluasi media pembelajaran ini adalah Dr. Drs. Kusnadi, M.Pd. Beliau adalah seorang dosen di Jurusan Pendidikan Seni Tari Fakultas Bahasa dan Seni dan Pascasarjana UNY. Aspek yang dinilai oleh ahli media pembelajaran adalah tampilan, isi dan bahasa. Berikut ini adalah data yang diperoleh dari evaluasi ahli media pembelajaran.

Tabel 13: **Hasil evaluasi ahli media terhadap aspek tampilan**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Pemilihan latar (*background*)	3	
2.	Tata letak	3	
3.	Komposisi warna	3	
4.	Kualitas gambar	3	
5.	Keterbacaan teks	3	
6.	Pemilihan jenis huruf (*font*)	3	
7.	Ketepatan penempatan simbol dan ikon	4	
8.	Desain luar produk (*cover)*	3	
Jumlah		**25**	
Skor rata-rata		**3,1**	
Rata-rata hasil		**78,1**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,1
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{2,8}{4} \times 100$$

: 78,1

Tabel 14: **Hasil evaluasi ahli media terhadap aspek isi**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Konsistensi sistematika sajian	3	
2.	Keruntutan penyajian	3	
3.	Contoh soal dalam setiap kegiatan	2	
4.	Umpan balik soal latihan	2	
5.	Pengantar	2	
6.	Glosarium	2	
7.	Daftar pustaka	3	
8.	Rangkuman	2	
Jumlah		**19**	
Skor rata-rata		**2.4**	
Rata-rata hasil		**59,3**	**Kurang Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 2,4
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{2,4}{4} \times 100 : 59,3$$

Tabel 15: **Hasil evaluasi ahli media terhadap aspek bahasa**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	ketepatan struktur kalimat	3	
2.	keefektifan kalimat	3	
3.	kebakuan kalimat	3	
4.	keterbacaan pesan	4	
5.	ketepatan penggunaan kaidah bahasa	3	
6.	kemampuan memotivasi	4	
7.	mendorong berpikir kritis	4	
8.	kesesuaian dengan perkembangan intelektual	4	
9.	kesesuaian dengan tingkat perkembangan emosi	4	
10.	keruntutan tahapan pembelajaran	4	
11.	keruntutan antar paragraph	3	
12.	konsistensi penggunaan istilah	3	
13.	konsistensi penggunaan simbol	3	
Jumlah		**45**	
Skor rata-rata		**3,4**	
Rata-rata hasil		**86,5**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,4
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,4}{4} \times 100 = 86,5$$

Kesalahan yang ditemukan oleh ahli media pembelajaran pada media yang dikembangkan ini, disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 16: **Hasil temuan kesalahan isi media oleh ahli media pembelajaran**

No.	Bagian yang Harus Diperbaiki	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan
1.	Struktur penyajian / Isi	Konten	Struktur penyajian sebaiknya berdasar teori elaborasi
2.	*Layout* naskah	Konten	Memperbaiki penataan *layout* supaya lebih menarik
3.	Kelengkapan isi	Konten	Melengkapi denga tujuan pembelajaran, peta konsep, rangkuman, tugas, soal latihan, kunci jawaban, istilah penting, glosarium dan tes sumatif.
4	Gambar pembuka materi	Konten	Gambar pembuka kurang menggambarkan isi materi
5.	*Cover* Buku	Konsep	Gambar lebih baik karya pribadi

Komentar dan saran umum yang diberikan oleh ahli media adalah konten dari modul ini belum maksimal sebagai media pembelajaran. Jadi masih harus dilakukan perbaikan di beberapa bagian agar didapatkan hasil yang lebih baik.

Evaluasi ahli media dirangkum pada tabel 13, pada aspek tampilan memiliki delapan poin penilaian. Jumlah skor pada indikator tampilan berjumlah 25 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,1, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 78,1. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 78,1 maka aspek tampilan dalam media dianggap layak. Evaluasi aspek isi ahli media

dirangkum pada tabel 14, pada aspek isi memiliki delapan poin penilaian. Jumlah skor pada indikator isi berjumlah 19 poin, dengan hasil rata-rata adalah 2,4, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 59,3. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 59,3 maka aspek materi dalam media dianggap kurang layak. Evaluasi ahli media aspek bahasa dirangkum pada tabel 15, pada aspek bahasa memiliki tigabelas poin penilaian. Jumlah skor pada indikator bahasa berjumlah 45 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,4, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 86,5. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 87,5 maka aspek bahasa dalam media dianggap layak. Setelah ketiga aspek penilaian dari ahli materi dikumpulkan, poin terakhir yang didapatkan adalah 74,6% sehingga aspek media dalam media dianggap kurang layak untuk digunakan dan harus ilakukan revisi sebelum melanjutkan penelitian ketehap berikutnya.

Kesalahan yang ditemukan oleh ahli media berdasarkan penilaian yang telah dilakukan meliputi 5 poin, diantaranya adalah: (1). Struktur penyajian isi yang belum terkonsep, oleh karena itu ahli media menyarankan untuk memakai teori elaborasi dalam penyusunannya. (2). *Layot* naskah yang dianggap masih monotone sehingga kurang menarik minat pembaca. Revisi yang dilakukan adalah menata ulang proporsi gambar dan teks, juga penambahan icon. (3). Kurangnya kelengkapan isi, perlu penambahan halam tujuan pembelajaran, peta konsep, rangkuman, glosarium dan soal evalusi. (4). Perubahan gambar pembuka materi yang dirasa kurang menggambarkan isi materi. (5). Pembenahan *cover* buku yang dianggap plagiasi karena hanya mengambil dari internet.

2) Revisi media tahap II

Evaluasi ahli media pembelajaran tahap kedua dilaksanakan pada tanggal 6 Februari 2019. Evaluasi ini dilaksanakan berdasar hasil revisi media tahap pertama. Aspek penilaian pada evaluasi tahap kedua sama dengan aspek penilaian pada evaluasi tahap pertama, yaitu tampilan, isi dan bahasa.

Berikut ini adalah data yang diperoleh dari evaluasi ahli media pembelajaran.

Tabel 17: **Hasil evaluasi ahli media terhadap aspek tampilan**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Pemilihan latar (*background*)	3	
2.	Tata letak	4	
3.	Komposisi warna	3	
4.	Kualitas gambar	3	
5.	Keterbacaan teks	4	
6.	Pemilihan jenis huruf (*font*)	4	
7.	Ketepatan penempatan simbol dan ikon	4	
8.	Desain luar produk (*cover)*	3	
Jumlah		**28**	
Skor rata-rata		**3,5**	
Rata-rata hasil		**87,5**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,5
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,5}{4} \times 100 : 87,5$$

Tabel 18: **Hasil evaluasi ahli media terhadap aspek isi**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Konsistensi sistematika sajian	4	
2.	Keruntutan penyajian	4	
3.	Contoh soal dalam setiap kegiatan	4	
4.	Umpan balik soal latihan	3	
5.	Pengantar	3	
6.	Glosarium	4	
7.	Daftar pustaka	4	
8.	Rangkuman	3	

Jumlah	**29**	
Skor rata-rata	**3,6**	
Rata-rata hasil	**90,6**	**Layak**

Keterangan:
Skor rata-rata : 3,6
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,6}{4} \times 100 = 90,6$$

Tabel 19: **Hasil evaluasi ahli media terhadap aspek bahasa**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	ketepatan struktur kalimat	3	
2.	keefektifan kalimat	3	
3.	kebakuan kalimat	3	
4.	keterbacaan pesan	4	
5.	ketepatan penggunaan kaidah bahasa	3	
6.	kemampuan memotivasi	4	
7.	mendorong berpikir kritis	4	
8.	kesesuaian dengan perkembangan intelektual	4	
9.	kesesuaian dengan tingkat perkembangan emosi	4	
10.	keruntutan tahapan pembelajaran	4	
11.	keruntutan antar paragraph	3	
12.	konsistensi penggunaan istilah	4	
13.	konsistensi penggunaan simbol	4	
Jumlah		**47**	
Skor rata-rata		**3,6**	
Rata-rata hasil		**90,4**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,6
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,6}{4} \times 100 = 90,4$$

Kesalahan isi yang ditemukan oleh ahli media pembelajaran pada media yang dikembangkan ini, disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 20: Hasil temuan kesalahan isi media tahap II oleh ahli media pembelajaran

No.	Bagian yang Harus Diperbaiki	Jenis Kesalahan	Saran Perbaikan
1.	*Layout header* dan *footer*	*Layout*	Merubah bentuk *header* dan *footer*
2	Warna pada *cover*	Desain	Warna huruf pada *cover* kurang kontras
3	Capaian pembelajaran	Penulisan	Penulisan capaian pembelajaran harusnya kata kerja yang dapat diukur

Evaluasi ahli media aspek tampilan tahap 2 dirangkum pada tabel 17, 18, dan 19, pada aspek tampilan memiliki delapan poin penilaian. Jumlah skor pada indikator tampilan berjumlah 28 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,5, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 87,5. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 87,5 maka aspek tampilan dalam media dianggap layak. Aspek isi memiliki delapan poin penilaian. Jumlah skor pada indikator isi berjumlah 29 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,6, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 90,6. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 90,6 maka aspek materi dalam media dianggap layak. Aspek bahasa memiliki tigabelas poin penilaian. Jumlah skor pada indikator bahasa berjumlah 47 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,6, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 90,4. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 90,4 maka aspek bahasa dalam media dianggap layak. Setelah ketiga aspek penilaian dari ahli media dikumpulkan, poin terakhir yang didapatkan adalah 89,5% sehingga aspek media dalam media pembelajaran dianggap layak untuk digunakan dan dapat digunakan untuk melanjutkan penelitian ketehap berikutnya.

c. Hasil Validasi Instrumen

Evaluasi validasi instrumen terhadap instrument penelitian untuk validasi media pembelajaran yang dikembangkan, dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2019. Validator instrumen terhadap instrument penelitian untuk validasi media pembelajaran yang dikembangkan ini adalah dosen Pendidikan Seni Tari UNY, yaitu Dra. Wenti Nuryani, M.Pd. Validasi yang dilakukan adalah angket untuk *peer reviewer* dan mahasiswa karena untuk ahli media dan materi sudah dilakukan validasi secara langsung dengan Teknik dhelphi.

Aspek yang dinilai oleh validator instrumen adalah Petunjuk, isi dan Bahasa.

Tabel 21: validasi instrument *peer reviewer*

No.		Indikator	Skor	Kriteria
1	Petunjuk	Petunjuk pengisian lembar penelitian dinyatakan dengan jelas.	4	
		Keterangan skala penilaian dinyatakan dengan jelas.	4	
2	Isi	Indikator penilaian sudah sesuai dengan komponen model pembelajaran	4	
		Butir-butir dalam tabel penilaian sesuai dengan tujuan penilaian produk.	4	
		Rumusan burtir-butir dalam tabel penilaian menggunakan pernyataan yang menuntut pemberian nilai.	4	
3	Bahasa	Rumusan butir-butir dalam tabel penilaian menggunakan bahasa Indonesia yang benar, efektif, komunikatif, dan mudah dipahami.	3	
		Kalimat yang digunakan pada butir-butir dalam tabel penilaian tidak menimbulkan penafsiran ganda.	4	
	Jumlah		**27**	
	Skor rata-rata keseluruhan		**3,85**	
	Rata-rata hasil		**96,4**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,86

Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,6}{4} \times 100 = 96,4$$

Berdasarkan tabel 21 dapat diketahui bahwa hasil validasi instrument untuk *peer reviewer* pada aspek petunjuk, isi dan bahasa dengan tujuh indikator penilaian menghasilkan data sebagai berikut, yaitu jumlah skor penilaian sebesar 27, rata-rata skor sebesar 3,85, dan skor rata-rata hasil sebesar 96,4. Nilai tersebut termasuk kategori layak. Jika di konversi dalam prosentase, penilaian validator instrument adalah 96,4 % dan dinyatakan layak.

Tabel 22: validasi instrument mahasiswa

No.		Indikator	Skor	Kriteria
1	Petunjuk	Petunjuk pengisian lembar penelitian dinyatakan dengan jelas.	4	
		Keterangan skala penilaian dinyatakan dengan jelas.	4	
2	Isi	Indikator penilaian sudah sesuai dengan komponen model pembelajaran	4	
		Butir-butir dalam tabel penilaian sesuai dengan tujuan penilaian produk.	4	
		Rumusan burtir-butir dalam tabel penilaian menggunakan pernyataan yang menuntut pemberian nilai.	4	
No.		Indikator	Skor	Kriteria
3	Bahasa	Rumusan butir-butir dalam tabel penilaian menggunakan bahasa Indonesia yang benar, efektif, komunikatif, dan mudah dipahami.	3	
		Kalimat yang digunakan pada butir-butir dalam tabel penilaian tidak menimbulkan penafsiran ganda.	4	
	Jumlah		**27**	
	Skor rata-rata keseluruhan		**3,85**	
	Rata-rata hasil		**96,4**	**Layak**

Keterangan:
Skor rata-rata : 3,86
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,6}{4} \times 100 : 96,4$$

Berdasarkan tabel 22 dapat diketahui bahwa hasil validasi instrument untuk mahasiswa pada aspek petunjuk, isi dan bahasa dengan tujuh indikator penilaian menghasilkan data sebagai berikut, yaitu jumlah skor penilaian sebesar 27, rata-rata skor sebesar 3,85, dan skor rata-rata hasil sebesar 96,4. Nilai tersebut termasuk kategori layak. Jika di konversi dalam prosentase, penilaian validator instrument adalah 96,4 % dan dinyatakan layak.

d. Hasil Uji Coba Peer Reviewer

Uji coba lapangan utama dilaksanakan pada tanggal 18 dan 19 Februari 2019. Uji coba ini dilaksanakan pada teman sejawat dan dosen pengampu mata kuliah olah tubuh dengan responden berjumlah 3 orang. Aspek yang dinilai adalah kebenaran konsep, materi, dan pembelajaran.

Berikut ini adalah data yang diperoleh dari uji coba *Peer reviewer*.

Tabel 23: **Hasil uji coba *Peer reviewer* pada aspek kebenaran konsep**

No.	Indikator	Rata-rata skor	Kriteria
1.	Ketepatan gambar dengan materi	3,33	
2.	Kemenarikan gambar yang digunakan	3.67	
3.	Kejelasan materi	3,33	
4.	Ketepatan pemilihan *layout*	3,17	
5.	Daya dukung gambar	3,33	
6.	Ketepatan pemilihan jenis huruf	3,17	
7.	Komposisi	3,67	
8.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan	3,50	
9.	Penempatan *layout* dengan alur berpikir	3,17	
Jumlah		**33,67**	
Skor rata-rata keseluruhan		**3,37**	
Rata-rata hasil		**84,25**	**Layak**

Keterangan:
Skor rata-rata : 3,37
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,37}{4} \times 100 : 84,25$$

Tabel 24: **Hasil uji coba *Peer reviewer* pada aspek materi**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Ketepatan pemilihan materi	3,33	
2.	Kejelasan materi	3,50	
3.	Aktualitas materi	3,17	
4.	Unsur yang terkandung dalam materi	3,17	
5.	Cakupan materi untuk mencapai tujuan	3,33	
6.	Contoh yang diberikan untuk menjelaskan materi	3,50	
7.	Kemenarikan penyampaian materi	3,83	
8.	Kejelasan dalam penyampaian materi	3,50	
9.	Sistematika penyampaian materi	3,17	
10.	Tingkat pemahaman materi	3,33	
Jumlah		**33,83**	
Skor rata-rata		**3,38**	
Rata-rata hasil		**84,5**	**Layak**

Keterangan:
Skor rata-rata : 3,38
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,38}{4} \times 100$$

: 84,5

Tabel 25: **Hasil uji coba *Peer reviewer* pada aspek pembelajaran**

No.	Indikator	Skor	Kriteria
1.	Kemandirian dalam pembelajaran	3,33	
2.	Pemberian umpan balik dan motivasi	3,17	
3.	Kesempatan belajar secara mandiri	3,50	
4.	Kualitas interaksi dengan pengguna	3,33	
5.	Kemungkinan berpengaruh kuat terhadap praktek	3,50	
6.	Kualitas soal untuk pemahaman konsep	3,33	
7.	Meningkatkan motivasi mahasiswa	3,50	
8.	Bantuan belajar dengan bahan ajar	3,50	
Jumlah		27,17	
Skor rata-rata		3,40	
Rata-rata hasil		85	**Layak**

Keterangan:
Skor rata-rata : 3,40
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3,40}{4} \times 100$$

: 85

peer reviewer menyatakan secara keseluruhan bahwa media modul olah tubuh tersebut layak digunakan debgan beberapa kriteria, antara lain:.

Tabel 26: **Komentar dan saran umum hasil uji coba *peer reviewer***

No	Nama	Saran
1	Marwanto M.Hum	Diawal pembelajaran perlu dilakukan pemanasan, terlalu banyak istilah asing, ditakutkan terjadi perbedaan persepsi.
2	Supriyadi M.Sn	Perlu dilakukan penyeragaman target ideal dalam pelaksanaannya
3	Iwan Mustofah, S.Pd	Dapat meminimalisir kesenjangan penerimaan materi, akan tetapi perlu penyesuaian dengan kurikulum yang berlaku

Evaluasi *peer reviewer* dirangkum pada tabel 23, pada aspek kebenaran konsep memiliki dua poin penilaian. Jumlah skor pada indikator kebenaran konsep berjumlah 33,67 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,37, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 84,25. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 84,25 maka aspek kebenaran konsep dalam media dianggap layak. Evaluasi *peer reviewer* dirangkum pada tabel 24, pada aspek materi memiliki sepuluh poin penilaian. Jumlah skor pada indikator materi berjumlah 33,83 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,38, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 84,5. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 84,5 maka aspek materi dalam media dianggap layak. Evaluasi *peer reviewer* aspek pembelajaran dirangkum pada tabel 25, pada aspek pembelajaran memiliki enam poin penilaian. Jumlah skor pada indikator pembelajaran berjumlah 27,17 poin, dengan hasil rata-rata adalah 3,4, sehingga rata-rata hasil yang didapatkan pada poin perseratus adalah 85. Batas minimalnya adalah 75, karena nilainya 85 maka aspek pembelajaran dalam media dianggap layak. Setelah ketiga aspek penilaian dari *peer*

reviewer dikumpulkan, poin terakhir yang didapatkan adalah 84% sehingga uji terbatas dalam media dianggap layak untuk digunakan dan dapat digunakan untuk melanjutkan penelitian ketehap berikutnya.

Dari uji coba terakhir, yang diberikan kepada mahasiswa dan *peer reviewer* kesimpulan permasalahan-permasalahan yang didapat kemudian dianalisa sebagai berikut. Permasalahan pertama dimaksudkan pada proses penerapan materi tersebut dilapangan sehingga dapat dikatakan sebagai metode pengajaran dan itu diserahkan kepada pengajar masing-masing. Poin yang kedua adalah penggunaan bahasa asing, karenan materi yang disusun adalah materi serapan dari luar maka kata yang digunakan tetap berbahasa inggris agar tidak ada penyempitan makna Permasalah yang ketiga yaitu perluasan materi tidak dilakukan revisi karena materi yang disajikan dalam media pembelajaran ini mencakup seluruh materi tari yang sesuai dengan kurikulum tari di UNY.

Komentar dan saran umum dari *peer reviewer* merupakan saran yang membangun tentang pengaplikasian media modul ini di lapangan sehingga tidak merubah konten dan isi media. Tahap penilaian *peer reviewer* ini merupakan tahap penilaian terakhir dalam uji coba terbatas. Media yang semula berupa *prototype* produk sekarang sudah menjadi produk jadi dan siap diterapkan di lapangan. Langkah selanjutnya adalah pengaplikasian produk pada mahasiswa yang bersangkutan, dengan mengambil kelas sampel yang dianggap mampu mewakili subjek penelitian dengan berbagai macam latar belakang.

B. Uji Coba Produk

1. Hasil Uji Coba Mahasiswa

Uji coba lapangan terbatas dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2019. Uji coba ini dilaksanakan pada mahasiswa calon pengguna dengan responden berjumlah 6 orang. Pemilihan responden dilakukan dengan cara mengambil mahasiswa dalam satu angkatan dengan cara *non probability sampling* yaitu teknik sampling dengan cara mengambil sampel yang reprensif dari populasi. Populasi yaitu Keseluruhan unit atau individu yang ada dalam ruang lingkup yang sedang diteliti atau dibicarakan yang hendak diduga karakteristiknya. Sampel mahasiswa diambil dari berbagai macam latar belakang yang berbeda, berbagai macam jenis tubuh yang berbeda dan asal sekolah yang berbeda. Mahasiswa yang melakukan uji coba adalah mahasiswa Jurusan Pendidikan Seni Tari semester 2. Aspek yang dinilai adalah tampilan, materi, dan pembelajaran. Berikut ini adalah data yang diperoleh dari uji coba terbatas.

Tabel 27: **Hasil uji coba lapangan terbatas pada aspek tampilan**

No.	Indikator	Rata-rata	Kriteria
1.	Ketepatan gambar dengan materi	3,8	
2.	Kemenarikan gambar yang digunakan	3,8	
3.	Kejelasan materi	3,8	
4.	Ketepatan pemilihan *layout*	3,2	
5.	Daya dukung gambar	3,2	
6.	Ketepatan pemilihan jenis huruf	3,5	
7.	Komposisi	3,3	
8.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan	3,2	
9.	Penempatan *layout* dengan alur berpikir	3	
10.	Bentuk kemasan modul	3,7	
Jumlah		**34,5**	
Skor rata-rata keseluruhan		**3,45**	
Rata-rata hasil		**86,25**	**Layak**

Keterangan:
Skor rata-rata : 3,45
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3{,}45}{4} \times 100$$

:86,25

Tabel 28: **Hasil uji coba lapangan terbatas pada aspek materi**

No.	Indikator	Rata-rata skor	Kriteria
1.	Kejelasan penggunaan petunjuk belajar	3,2	
2.	Kemudahan pemahaman materi	3,5	
3.	Kejelasan materi yang diberikan	3,3	
4.	Kesesuaian materi dengan kompetensi	3,8	
5.	Kemudahan dalam mengidentifikasi	3,5	
6.	Kemudahan dalam menirukan gerakan	3,3	
7.	Aktualitas materi	3,3	
8.	Kualitas latihan soal	3,3	
9.	Pengaruh materi dengan kemampuan praktek	3,5	
Jumlah		**30,83**	
Skor rata-rata keseluruhan		**3,43**	
Rata-rata hasil		**85,75**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,43
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3{,}43}{4} \times 100$$

: 85,75

Tabel 29: **Hasil uji coba lapangan terbatas pada aspek pembelajaran**

No.	Indikator	Rata-rata skor	Kriteria
1.	Kemandirian belajar dengan media	3,2	
2.	Keinginan untuk belajar dengan media	3,3	
3.	Peningkatan materi yang dikuasai melalui media	3,2	
Jumlah		**9,67**	
Skor rata-rata keseluruhan		**3,22**	
Rata-rata hasil		**80,5**	**Layak**

Keterangan:

Skor rata-rata : 3,22
Skor maksimal : 4

$$\text{Rata-rata hasil: } \frac{3{,}27}{4} \times 100$$

: 80,5

Untuk mendapatkan komentar dan saran umum dari mahasiswa uji coba mengenai media pembelajaran yang dikembangkan, dilakukan dengan cara menyajikan beberapa pertanyaan didalam lembar evaluasi. Pertanyaan dibuat untuk mengetahui kualitas media mengenai kelebihan dan kekurangan media. Beberapa mahasiswa menjawab pertanyaan dengan jawaban yang sama, oleh karena itu jawaban tersebut dirangkum dan disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 30: **Komentar dan saran umum hasil uji coba lapangan terbatas**

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah modul yang baru saja anda pelajari menarik?	• 5 jawaban cukup menarik • 1 jawaban sangat menarik
No	Pertanyaan	Jawaban
	Jika jawaban nomor 1. YA, sebutkan bagian mana saja yang menurut Anda menarik!	• Materi, dan foto • Rubrik "taukah kamu" • *layout*
2	Apakah modul ini dapat membantu Anda belajar? Sebutkan dalam hal apa saja program ini dapat membantu Anda belajar!	• Bisa, karena materinya baru • Ya, karena terdapat penjelasandan petunjuk yang jelas • Ya, karena detail geraknya juga tercantum
3	Apa saran dan kritik anda untuk modul ini?	• Penambahan detail gambar • Memberi tanda pada kata/kalimat khusus • Perbaikan pada sampul • Perlu pembenahan, kedepannya

Dalam lembar evaluasi juga disajikan beberapa kriteria produk akhir media pembelajaran untuk menyimpulkan kualitas media pembelajaran yang dikembangkan. Dari beberapa kriteria yang disajikan tersebut, yang dipilih oleh mahasiswa adalah kriteria menarik, pengetahuan baru, dan motivasi.

Berdasarkan tabel 27 dapat diketahui bahwa uji coba lapangan terbatas pada aspek tampilan dengan sepuluh indikator penilaian menghasilkan data sebagai berikut, yaitu jumlah skor penilaian sebesar 34,5 skor rata-rata keseluruhan sebesar 3,45 dan skor rata-rata hasil sebesar 86,25. Nilai tersebut berdasarkan perhitungan skala kualitas media pada bab III termasuk kategorilayak. Berdasarkan tabel 28 dapat diketahui bahwa uji coba lapangan terbatas pada aspek materi dengan sembilan indikator penilaian menghasilkan data sebagai berikut, yaitu jumlah skor penilaian sebesar 30,83 skor rata-rata keseluruhan sebesar 3,43 dan skor rata-rata hasil sebesar 85,75. Nilai tersebut termasuk kategori layak. Berdasarkan tabel 29 dapat diketahui bahwa uji coba lapangan terbatas pada aspek pembelajaran dengan tiga indikator penilaian menghasilkan data sebagai berikut, yaitu jumlah skor penilaian sebesar 9,67; rata-rata skor keseluruhan sebesar 3,22; dan skor rata-rata hasil sebesar 80,5. Jika dikonversi dalam prosentase 80,17% dan nilai tersebut termasuk kategori layak.

Komentar dan saran umum yang diberikan mahasiswa mengenai program media pembelajaran ini adalah sangat baik. Pernyataan tersebut disampaikan melalui jawaban yang diberikan para mahasiswa uji coba lapangan terbatas. Mereka menyatakan bahwa media pembelajaran yang dikembangkan ini menarik. Kemenarikan media terdapat pada bagian materi, foto, rubrik “taukah kamu”, dan *layout*. Media pembelajaran ini juga dapat membantu mahasiswa untuk belajar karena memberikan penjelasan materi yang jelas dan pengetahuan umum.

Berdasarkan analisa hasil uji coba lapangan terbatas dapat disimpulkan bahwa program media pembelajaran interaktif ini menarik dan sangat layak baik

dalam aspek tampilan, materi, dan pembelajaran. Selain itu media ini juga dapat membantu mahasiswa untuk belajar khususnya dalam latihan olah tubuh secara mandiri. Oleh karena itu tidak dilakukan revisi atau pembenahan dalam media ini.

2. Hasil Penilaian Olah Tubuh Mahasiswa

Uji coba produk ini diuji cobakan kepada kelompok kecil yaitu mahasiswamahasiswa-mahasiswi semester 2 yang telah dipilih dalam kelas eksperimen, sampel ini merupakan gabungan dari beberapa kelas yang diambil untuk perwakilan. Dari lima kelas 6 orang dengan kriteria yang telah ditentukan, pada pelaksanaannya menurut observasi kriteria yang dipilih adalah kondisi tubuh yang bermacam-macam, jenis tubuh, perbedaan asal sekolah dan asal daerah.

Eksperimen yang dilakukan adalah penyampaian materi hasil penelitian. Kegiatan belajar mengajar dilakukan seperti biasanya dengan mengambil bukti video mahasiswa ekperimen untuk mengamati perubahannya. Setelah materi sudah tersampaikan semua, di akhir proses pembelajaran dilakukan review hasil pembelajaran untuk memperkuat materi. Selanjutnya mahasiswa diberikan waktu untuk mendalami materi secara mandiri. Hasil akhir dari penyerapan materi mahasiswa dapat dilihat dengan *performent test* yang dilakukan. Agar tes tidak subjektif, dan dapat dipertanggungjawabkan validitasnya, penguji dalam tes tersebut adalah dua dosen pengampu mata kuliah olah tubuh.

Performent test dilakukan pada tanggal 19 februari 2019. Dosen penguji dalam tes ini adalah bapak Supriyadi Hasta N. M.Sn dan bapak Marwanto M.Pd. Soal yang diberikan merupakan soal yang mewakili pencapaian pembelajaran

empat sub pokok bahasan dalam kurikulum olah tubuh sesuai dengan kurikulum yang berlaku di UNY. Soal yang diberikan berjumlah 25 soal dengan rincian 3 soal verbal dan 22 soal praktek.

Tabel 31. **Kompetensi olah tubuh tengah semester**

No.	Pokok Bahasan	Rincian Pokok Bahasan
1.	Pengantar Olah Tubuh	Penjelasan secara umum
2.	Perbaikan tubuh	Badan bungkuk Leher condong ke depan Pinggul condong ke depan Bahu tidak seimbang Pigeon toes (kaki berbentuk x) Duck feet (kaki berbentuk o)
3.	Kekuatan otot seluruh tubuh	Kekuatan otot kaki Kekuatan otot tangan Kekuatan otot tubuh Kekuatan otot seluruh tubuh
4.	Kelenturan otot seluruh tubuh	Kelenturan otot kaki Kelenturan otot tangan Kelenturan otot tubuh Kelenturan otot seluruh tubuh

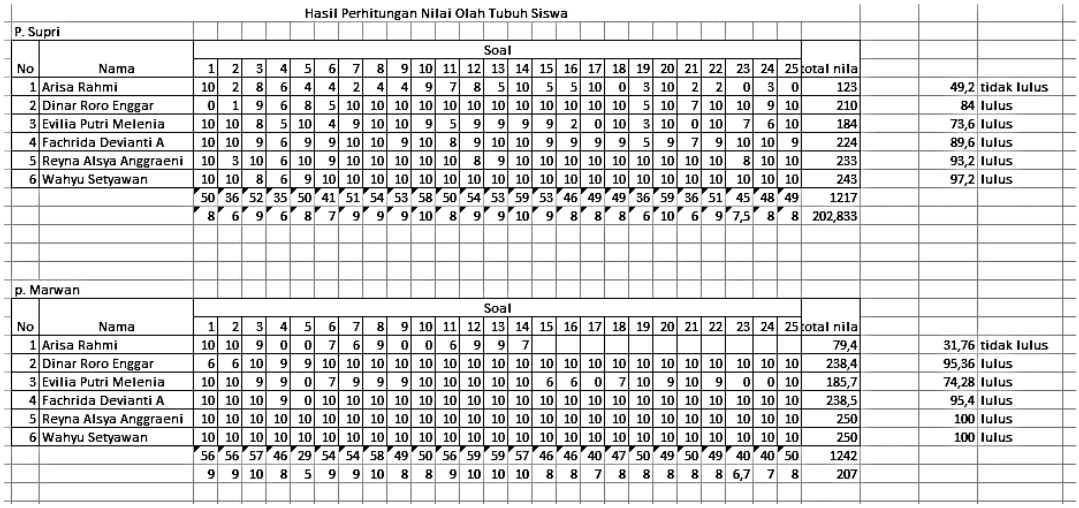
Tabel 32. **Tes olah tubuh (*performance test*)**

No.	Pokok Bahasan	Soal
1.	Pengantar olah tubuh	Sebutkan batasan atau media yang diolah dalam pelatihan olah tubuh!
2.		Sebutkan runtutan dalam pelatihan olah tubuh!
3.		Sebutkan 6 jenis kesalahan kebiasaan tubuh yang mempengaruhi perubahan kelainan bentuk tulang dan kelemahan otot !
4.	Perbaikan tubuh	Peragakan jenis latihan untuk memperbaiki badan bungkuk a. Flor rise b. Wall slide
5.		Peragakan jenis latihan untuk memperbaiki leher condong ke depan a. pelemasan otot leher b. jalan dengan beban kepala

No.	Pokok Bahasan	Soal
6.		Peragakan jenis latihan untuk memperbaiki pinggul condong ke depan, sebanyak 1 x 8! a. Pose kobra b. *Upperback* c. Pose meja
7.		Peragakan jenis latihan untuk memperbaiki Bahu tidak seimbang sebanyak 1 x 8! a. Pose kursi b. *Doorway stretch* c. Pose pinguin
8.		Peragakan jenis latihan untuk memperbaiki *Pigeon toes* (kaki berbentuk x), Side lying clamshell !
9.		Peragakan jenis latihan untuk memperbaiki Duck feet (kaki berbentuk o), Ground kneel!
10.	Latihan kekuatan otot	Peragakan jenis latihan untuk melatih kekuatan otot tangan sebanyak 1 x 8! a. *Push up* b. *stabilization* c. *Plank* *d*. *Plankstep*
11.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kekuatan otot punggung! a. *Butterfly* b. *Hip raises* c. *Back extention*
12.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kekuatan otot perut! a. *V sit* b. *Russian twist* c. *Cross crunces* d. *Bicycle* *e*. *Scissor*

No.	Pokok Bahasan	Soal
13.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kekuatan otot kaki a. *Left right hop* b. *Front squat* c. *Squat jump*
14.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kekuatan otot gabungan *bird dog*
15.	Latihan kelenturan otot	Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, *Reach Floor* (Meregangkan otot paha dan betis)
16.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Down squad (Meregangkan otot paha dan betis)
17.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Hip Flexor (Meregangkan otot pinggul, quads, dan hamstrings)
18.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Seated Trunk Twist (Meregangkan otot punggung, perut, dan oblique)
19.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Foldover Stretch (Meregangkan otot leher, punggung, glutes, hamstring, dan betis)
20.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Butterfly Stretch (Meregangkan otot leher, punggung, glutes, hamstrings, paha)
21.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Lower Back dan glutes (Meregangkan otot punggung atas, bawah, dan glutes)
22.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Swan Stretch (Meregangkan otot bahu, punggung, dada, abs, oblique, hip flexor)
23.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Reclining Pigeon (Meregangkan otot punggung bawah, pinggul, glutes, dan hamstrings)
24.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Quadriceps (Meregangkan otot depan dan samping paha)
25.		Peragakan jenis latihan untuk melatih kelenturan otot, Standing Thigh Release (Meregangkan otot punggung, perut, pinggul, glutes, dan quads)

Hasil yang didapatkan dari *performent test* olah tubuh



Hasil Perhitungan Nilai Olah Tubuh Siswa

P. Supri

No	Nama	Soal 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	total nila		
1	Arisa Rahmi	10	2	8	6	4	4	2	4	4	9	7	8	5	10	5	5	10	0	3	10	2	2	0	3	0	123	49,2	tidak lulus
2	Dinar Roro Enggar	0	1	9	6	8	5	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	5	10	7	10	10	9	10	210	84	lulus
3	Evilia Putri Melenia	10	10	8	5	10	4	9	10	10	9	5	9	9	9	9	2	0	10	3	10	0	10	7	6	10	184	73,6	lulus
4	Fachrida Devianti A	10	10	9	6	9	9	10	10	9	10	8	9	10	10	9	9	9	9	5	9	7	9	10	10	9	224	89,6	lulus
5	Reyna Alsya Anggraeni	10	3	10	6	10	9	10	10	10	10	8	9	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	8	10	10	233	93,2	lulus
6	Wahyu Setyawan	10	10	8	6	9	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	243	97,2	lulus
		50	36	52	35	50	41	51	54	53	58	50	54	53	59	53	46	49	49	36	59	36	51	45	48	49	1217		
		8	6	9	6	8	7	9	9	9	10	8	9	9	10	9	8	8	8	6	10	6	9	7,5	8	8	202,833		

p. Marwan

No	Nama	Soal 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	total nila		
1	Arisa Rahmi	10	10	9	0	0	7	6	9	0	0	6	9	9	7												79,4	31,76	tidak lulus
2	Dinar Roro Enggar	6	6	10	9	9	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	238,4	95,36	lulus
3	Evilia Putri Melenia	10	10	9	9	0	7	9	9	9	10	10	10	10	10	6	6	0	7	10	9	10	9	0	0	10	185,7	74,28	lulus
4	Fachrida Devianti A	10	10	10	9	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	238,5	95,4	lulus
5	Reyna Alsya Anggraeni	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	250	100	lulus
6	Wahyu Setyawan	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	250	100	lulus
		56	56	57	46	29	54	54	58	49	50	56	59	59	57	46	46	40	47	50	49	50	49	40	40	50	1242		
		9	9	10	8	5	9	9	10	8	8	9	10	10	10	8	8	7	8	8	8	8	8	6,7	7	8	207		

Gambar 7: Hasil perhitungan tes performen

Tiap butir soal memiliki rentang nilai 0-10 sehingga tiap mahasiswa memiliki skor maksimal 250. Lalu menghitung skor akhir dengan rumus:

$$skor\ akhir = \frac{\sum skor}{250} X100$$

Didapatkan hasil nilai masing-masing mahasiswa:

Tabel 33. **Nilai olah tubuh**

No	Penguji	Nama Mahasiswa	Nilai	Keterangan
1.	Bp. Supri	A.R	49,2	tidak lulus
2.		D.R	84	lulus
3.		E.P	73,6	lulus
4.		F.D	89,6	lulus
5.		R.A	93,2	lulus
6.		W.S	97,2	lulus
1.	Bp. marwanto	A.R	31,76	tidak lulus
2.		D.R	95,36	lulus
3.		E.P	74,28	lulus
4.		F.D	95,4	lulus
5.		R.A	100	lulus
6.		W.S	100	lulus

Nilai yang didapatkan pada uji coba terbuka kemudian diolah dalam SPSS dengan empat langkah analisis diantaranya adalah uji deskriptif, uji normalitas data, uji *Homogenitas* dan uji tingkat keberhasilan dengan uji t. langkah pertama adalah mengetahui penyebaran data melalui uji deskriptif kemudian data diolah menggunakan rumus *One sample kolgomorov-smirnov test* untuk menguji data berdistribusi normal, lalu untuk mengetahui *Homogenitas* data menggunakan rumus anova. Tingkat keberhasilan media yang digunakan diukur menggunakan *t test*.

1. Uji deskriptif

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Statistic
nilai	12	68.20	31.80	100.00	983.70	81.9750	6.24687	21.63978	468.280
Valid N (listwise)	12								

```
NPAR TESTS
  /K-S(NORMAL)=nilai
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS.
```

Gambar 8: Hasil perhitungan deskriptif

Frequencies

Statistics

		nilai	dosen
N	Valid	12	12
	Missing	0	0
Mean		81.9750	1.5000
Median		91.4000	1.5000
Mode		95.40[a]	1.00[a]
Std. Deviation		21.63978	.52223
Variance		468.280	.273
Range		68.20	1.00
Minimum		31.80	1.00
Maximum		100.00	2.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

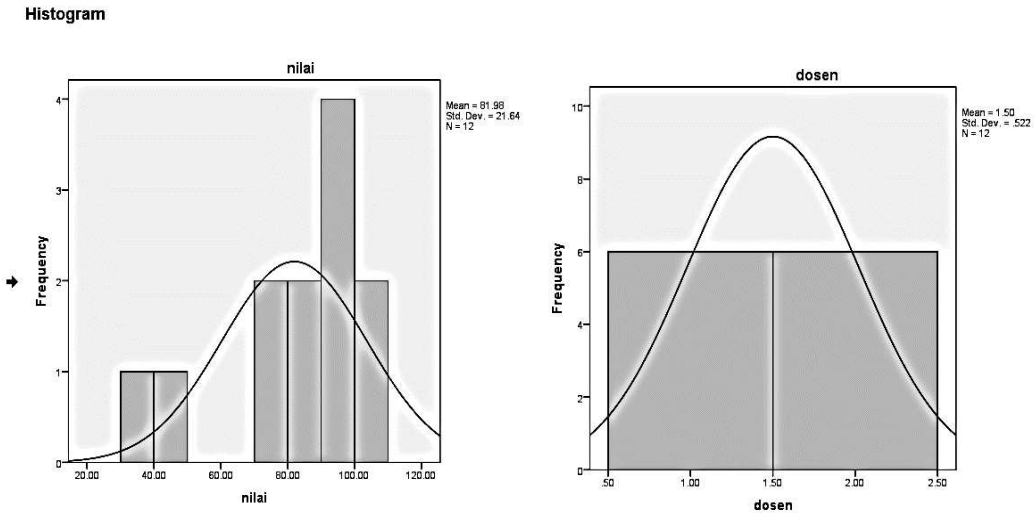
nilai

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	31.80	1	8.3	8.3	8.3
	49.20	1	8.3	8.3	16.7
	73.60	1	8.3	8.3	25.0
	74.30	1	8.3	8.3	33.3
	84.00	1	8.3	8.3	41.7
	89.60	1	8.3	8.3	50.0
	93.20	1	8.3	8.3	58.3
	95.40	2	16.7	16.7	75.0
	97.20	1	8.3	8.3	83.3
	100.00	2	16.7	16.7	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

dosen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	supriyadi	6	50.0	50.0	50.0
	marwanto	6	50.0	50.0	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Gambar 9: frekuensi data



Gambar 10: Hasil penyajian data dalam histogram

Fungsi dari uji deskriptif adalah memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (mean), standar deviasi, varian, maksimum, minimum, sum, range, kurtosis dan skewness (kemencengan distribusi). Dari hasil pengujian di atas diketahui bahwa mean data tersebut adalah 81,9, median 91,4, standar deviasi 21,6, varian 468, nilai minimum 31 dan maksimum 100.

2. Uji normalitas data

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
nilai	12	81.9750	21.63978	31.80	100.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		nilai
N		12
Normal Parameters[a,b]	Mean	81.9750
	Std. Deviation	21.63978
Most Extreme Differences	Absolute	.221
	Positive	.202
	Negative	-.221
Test Statistic		.221
Asymp. Sig. (2-tailed)		.109[c]

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Gambar 11: Hasil uji normalitas data

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal ataukah tidak. Uji Normalitas berguna untuk menentukan data yang telah dikumpulkan berdistribusi normal atau diambil dari populasi normal.

Jika signifikansi di bawah 0,05 berarti terdapat perbedaan yang signifikan, dan jika signifikansi di atas 0,05 maka tidak terjadi perbedaan yang signifikan

berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal. Penerapan pada uji Kolmogorov Smirnov di atas membuktikan bahwa signifikansi data adalah 0,109. Jadi sig>0,05 dan data yang didapatkan berdistribusi normal.

3. Uji *Homogenitas* data

Oneway

Descriptives

nilai

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
supriyadi	6	81.1333	17.66428	7.21141	62.5958	99.6709	49.20	97.20
marwanto	6	82.8167	26.76732	10.92771	54.7261	110.9073	31.80	100.00
Total	12	81.9750	21.63978	6.24687	68.2257	95.7243	31.80	100.00

Test of Homogeneity of Variances

nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.771	1	10	.401

ANOVA

nilai

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	8.501	1	8.501	.017	.900
Within Groups	5142.582	10	514.258		
Total	5151.082	11			

Gambar 12: Hasil uji Homogenitas data

Uji *Homogenitas* adalah pengujian mengenai sama tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih. Taraf signifikasi yang digunakan adala 5% atau 0,05. Apabila signifikasi >0,05 maka data bersifat *Homogen* dan jika sig< 0,05 maka data tidak *Homogen*. Berdasarkan perhitungan melalui SPSS di atas, signifikasi yang didapat sebesar 0,9. Jadi dapat disimpulkan bahwa data yang didapat bersifat *Homogen*.

4. Uji t

Uji *t* untuk sampel independen merupakan prosedur uji *t* untuk sampel bebas dengan membandingkan rata-rata dua kelompok kasus. Kasus yang diuji bersifat acak. Pengujian hipotesis dengan distribusi *t* adalah pengujian hipotesis yang menggunakan distribusi *t* sebagai uji statistik.

Fungsi pengujian uji *t* adalah untuk memperkirakan interval rata-rata. Untuk menguji hipotesis tentang rata-rata suatu sampel. Untuk mengetahui batas penerimaan suatu hipotesis. Untuk menguji layak tidaknya sebuah pernyataan dapat dipercaya atau tidak. Hipotesis yang diuji adalah kelayakan media yang digunakan dan ketuntasan belajar dilihat dari nilai yang didapatkan mahasiswa.

T-Test

Group Statistics

	dosen	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
nilai	supriyadi	6	81.1333	17.66428	7.21141
	marwanto	6	82.8167	26.76732	10.92771

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
nilai	Equal variances assumed	.771	.401	-.129	10	.900	-1.68333	13.09272	-30.85574	27.48907
	Equal variances not assumed			-.129	8.661	.901	-1.68333	13.09272	-31.47897	28.11230

Gambar 13: Hasil uji t independen

Hipotesis yang diajukan:

- Ho*t*: Modul sebagai media belajar dapat membantu belajar mahasiswa.
- Ha: Modul sebagai media belajar tidak dapat membantu belajar mahasiswa.

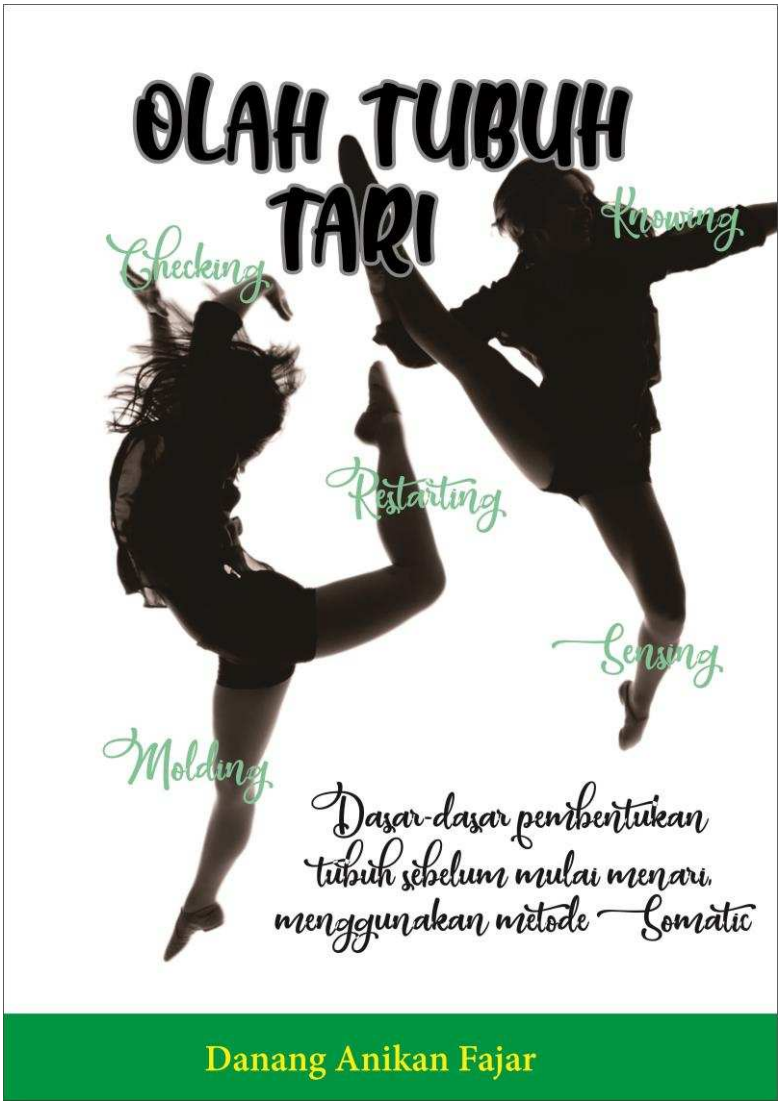
Dasar pengambilan keputusan

- Jika signifikasi (sig 2-tailed) >0,05 maka *Ho* diterima
- Jika signifikasi (sig 2-tailed) >0,05 maka *Ho* diterima

Berdasarkan hasil perhitungan diketahui bahwa sig = 0,4, maka hipotesis diterima. lebih dari 50% mahasiswa tuntas belajar dengan nilai lebih dari 75%. Jadi dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran modul dapat digunakan secara efektif untuk meningkatkan minat dan hasil belajar mahasiswa.

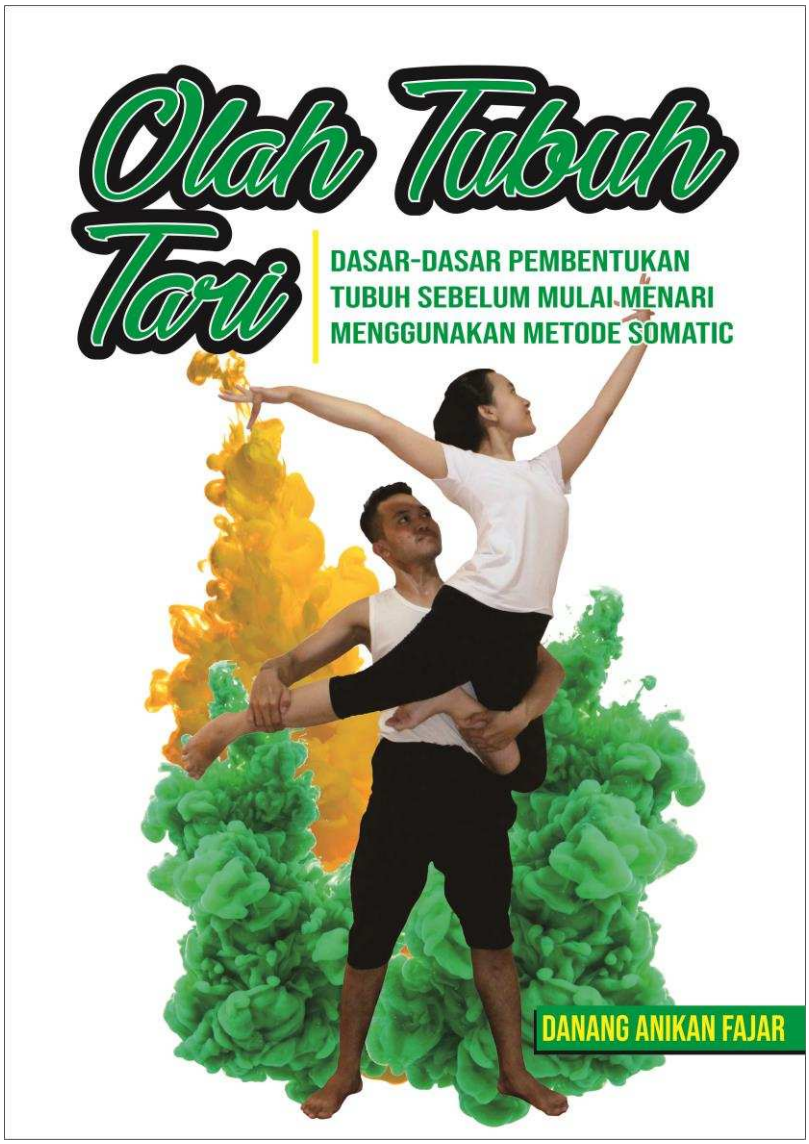
C. Revisi Produk

Perbaikan atau revisi media dilakukan pada modul ini terdapat pada halaman *cover*, *layout* tampilan dan penambahan isi modul.



Gambar 14: *Cover* Sebelum Revisi

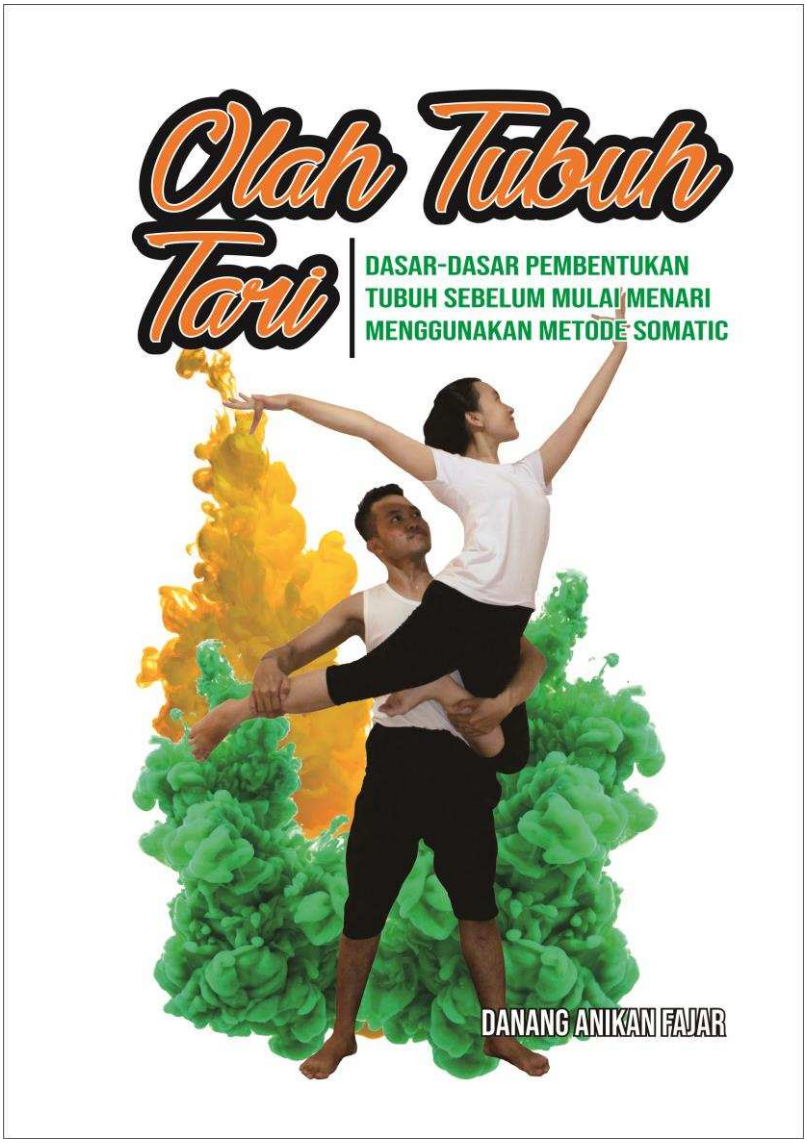
Cover awal sebelum revisi menggunakan gambar berupa dua orang penari yang sedang melakukan tarian dengan gerak dasar tari kontemporer. Karena dirasa kurang mendukung karakteristik isi dari buku, maka ahli media menganjurkan untuk mengganti dengan gambar yang dapat mencerminkan isi buku dan lebih baik gambar orisinil yang diambil sendiri agar tidak terkena undang-undang hak cipta.



Gambar 15: *Cover* Revisi 1

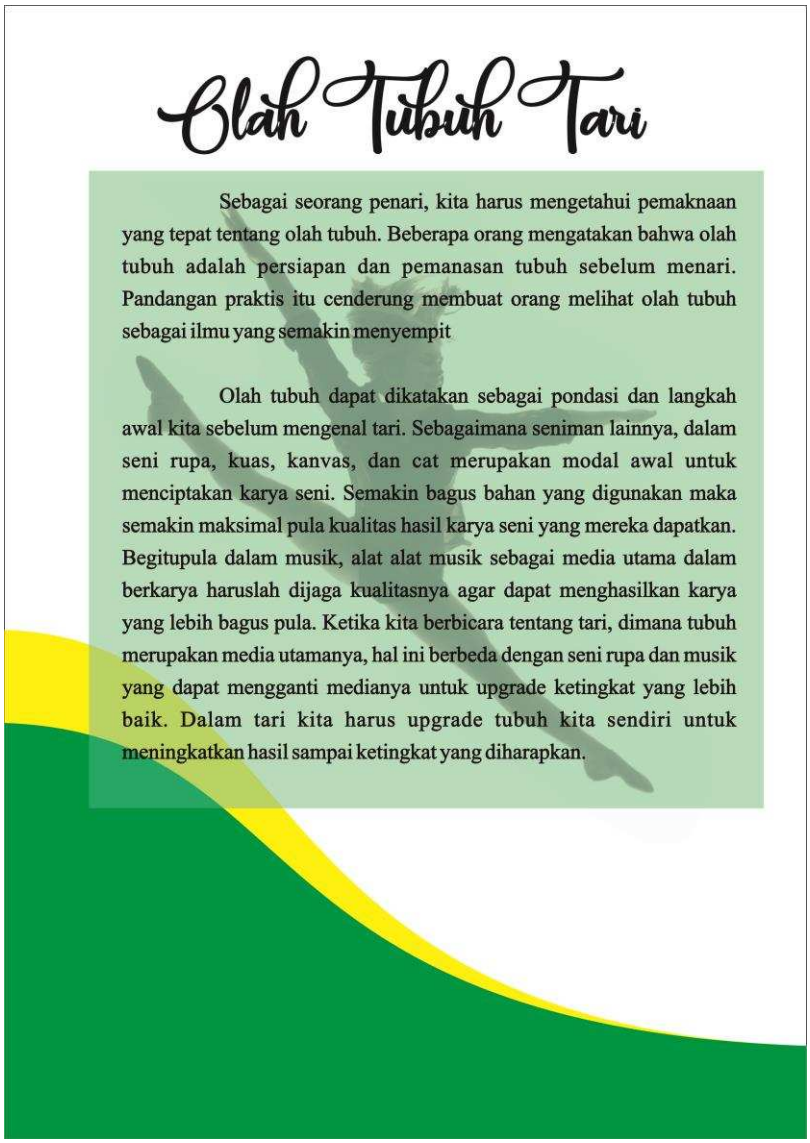
Cover setelah revisi pertama menggunakan layout yang berbeda tanpa meniggalkan esensi dari pembuatan *cover* buku yaitu judul, gambar dan kalimat

representatif yang digunakan untuk menarik pembaca. Perubahan layout tetap menggunakan warna dominan hijau untuk menambah kesan *fresh*. Judul buku dibuat lebih besar agar fokus utama pembaca langsung tertuju pada judul buku. Gambar yang dipakai adalah penari model dalam buku yang sedang melakukan teknik *lifting*.



Gambar 16: *Cover* Revisi 2

Revisi *cover* yang kedua adalah perubahan warna pada judul buku. Menurut ahli media warna yang sama dan kurang kontras kurang mencuri fokus pembaca, oleh karena itu dipilih warna orange yang kontras dengan warna hijau. Warna penulis juga dibuat berbeda agar dapat fokus dari pembaca.



Gambar 17: *Cover* Belakang Sebelum Revisi

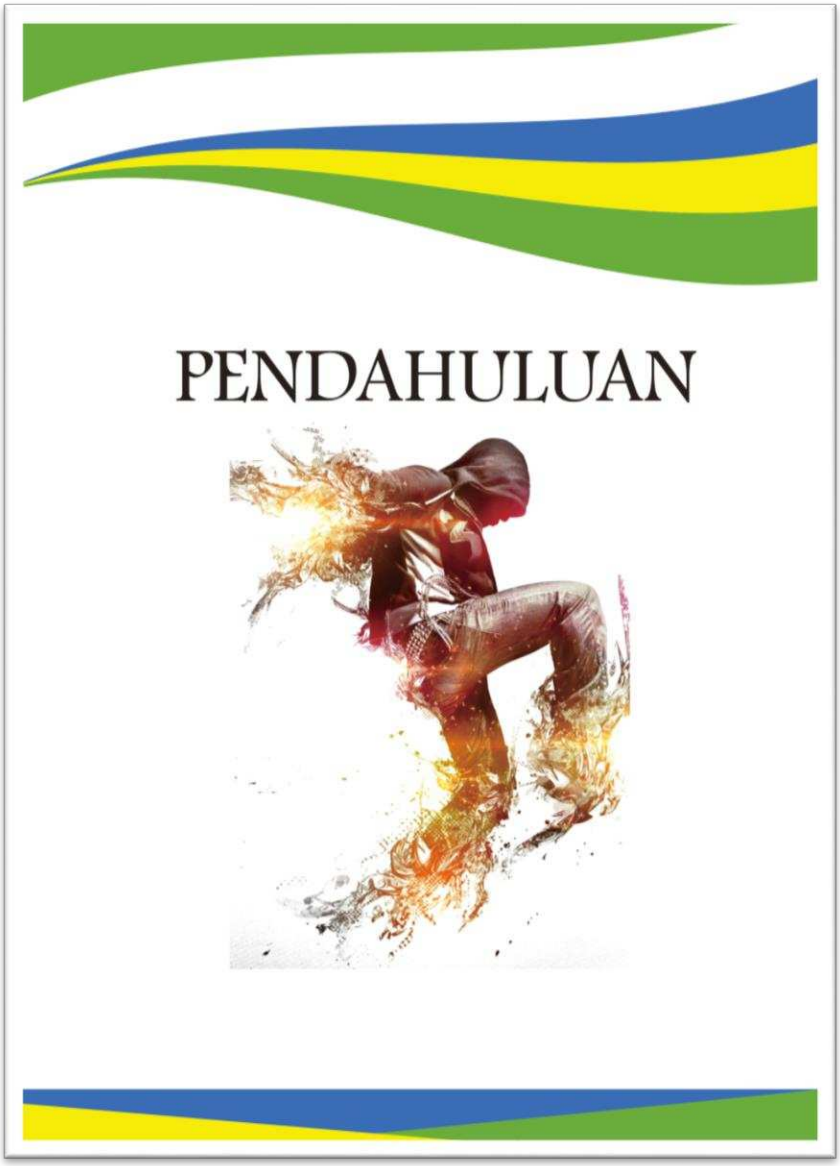
Halaman *cover* belakang sebelum revisi juga dirasa kurang merepresentasikan isi buku dilihat dari gambar yang dipakai dan layoutnya terkesan kaku sehingga perlu dirubah senada dengan *cover* depan.

Gambar 18: *Cover* Belakang Revisi 1

Perubahan yang dilakukan pada revisi pertama adalah perubahan sinopsis buku agar lebih menarik minat pembaca untuk membaca buku tersebut. *Background* gambar yang dipakai adalah gambar *splash*. Pemilihan gambar ini dilakukan agar tidak terjadi fokus ganda dan pembaca akan lebih fokus pada sinopsis buku. Gambar yang dipakai juga menyesuaikan dengan gambar *cover* depan.

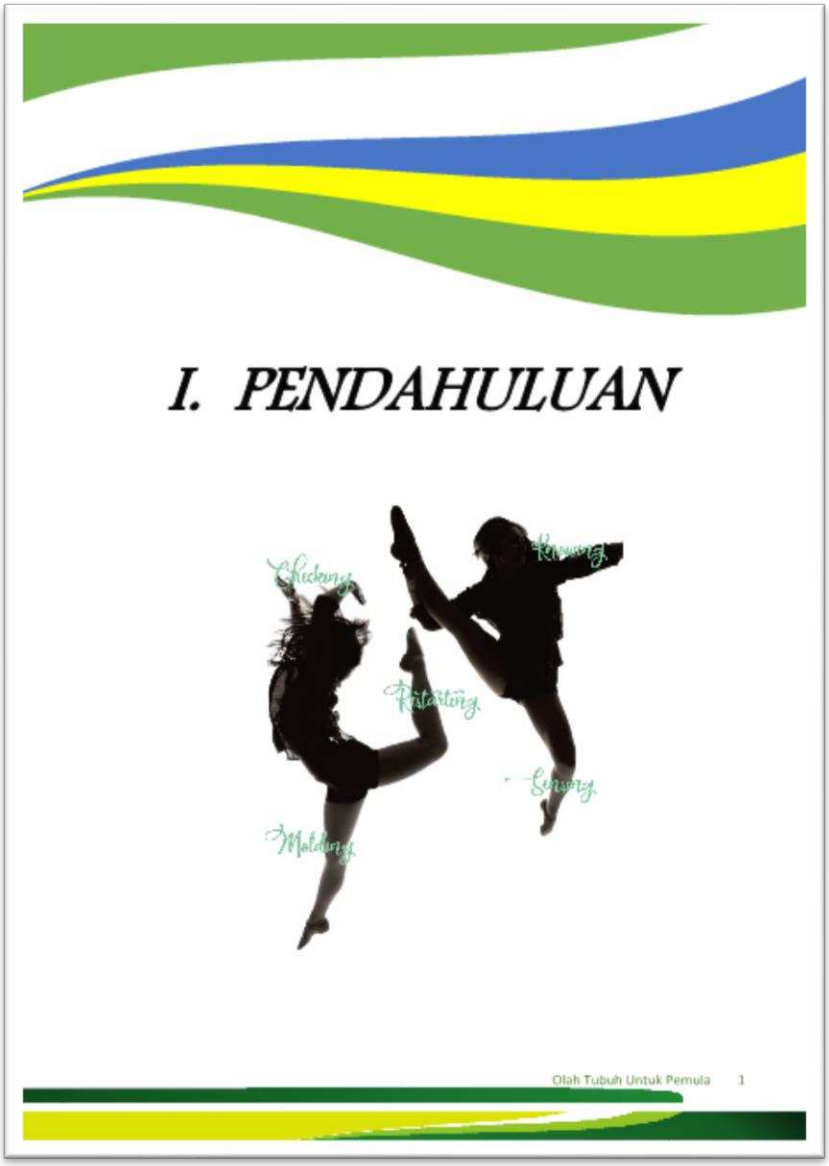
Gambar 19: *Cover* Belakang Revisi 2

Revisi *cover* belakang yang kedua hanya dilakukan pada judul buku alasannya masih sama dengan perubahan *cover* depan yaitu membuat kontras judul agar menarik perhatian pembaca selebihnya layout masih sama dengan revisi yang pertama.



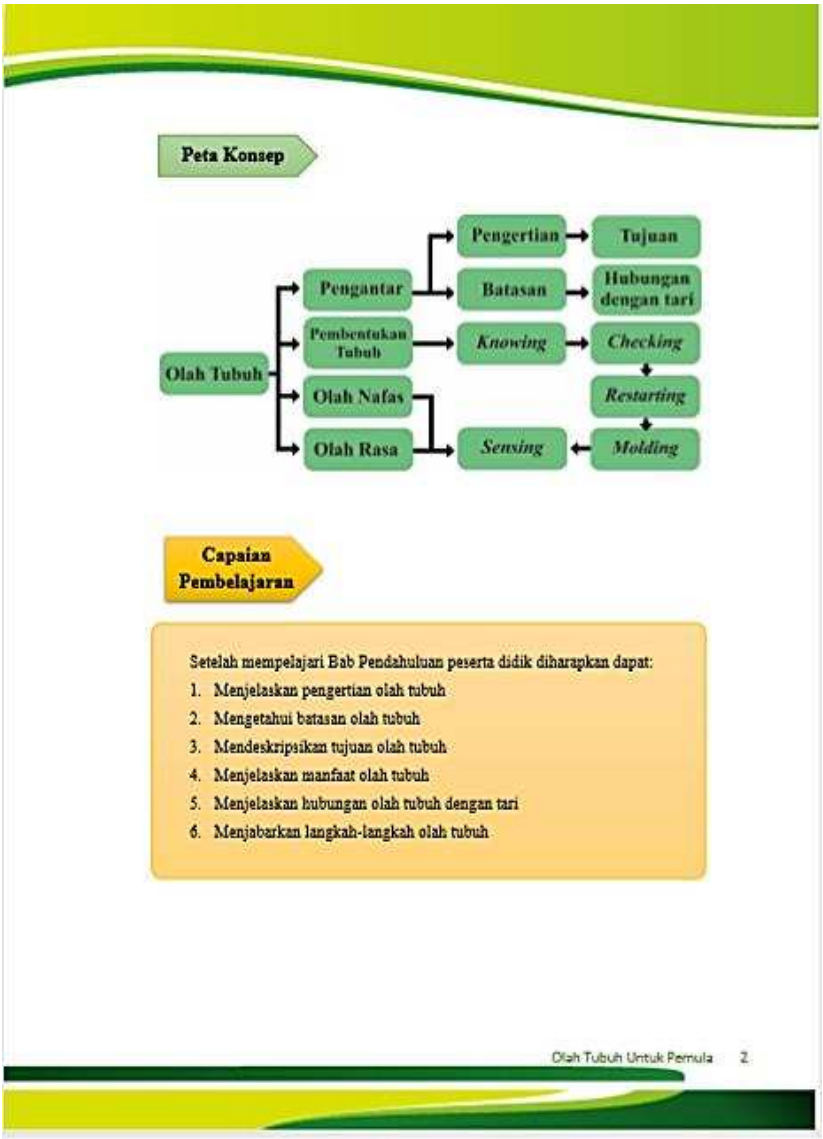
Gambar 20: Halaman Pendahuluan sebelum Revisi

Revisi selanjutnya adalah perubahan gambar pada halaman pendahuluan sebelum bab pertama. Menurut ahli media gambar pengantar buku harus dapat merepresentasikan isi bab selanjutnya, karena gambar tersebut menjadi simbol yang mewakili isi bab. Gambar yang dipakai sebelum revisi adalah gambar *concept art work* seorang penari yang sudah di edit dengan menggunakan photoshop.



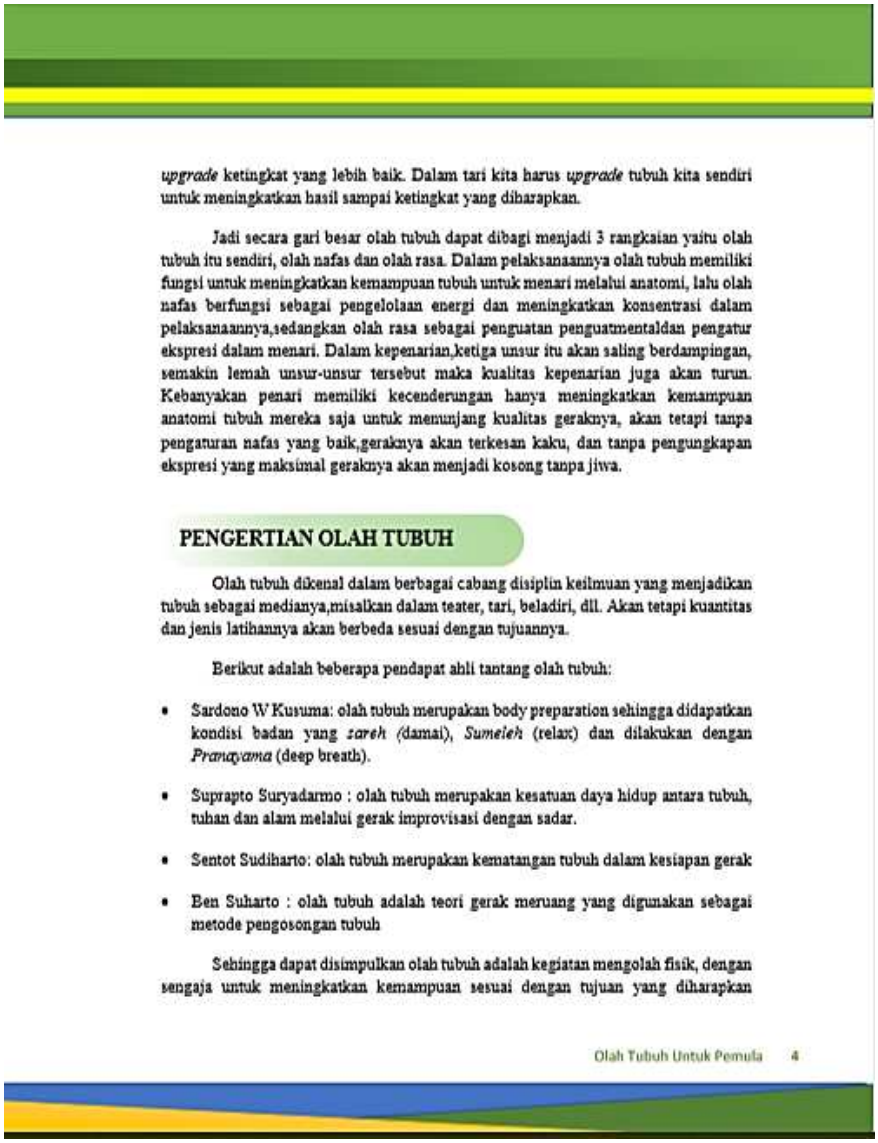
Gambar 21: Halaman Pendahuluan Setelah Revisi

Halaman pendahuluan setelah revisi pertama dirubah menjadi gambar penari kontemporer dengan menambahkan tahapan-tahapan olah tubuh yaitu *knowing, checking, restarting, molding dan sensing* sebagai layout tampilan juga untuk merepresentasikan isi bab yang akan di bahas. Menggunakan metode *shiluet* pada pengambilan gambar supaya fokus tulisan lebih terbaca. Tulisan yang dipakai berwarna hijau agar selaras dengan *header* dan *footer* yang dipakai.



Gambar 22: Halaman Peta Konsep dan Capaian Pembelajaran

Halaman peta konsep dan capaian pembelajaran ditambahkan atas persetujuan ahli media. Salah satu syarat yang harus dipenuhi dalam penyusunan modul yang berdasarkan teori elaborasi adalah adanya peta konsep dan capaian pembelajaran. Tujuan penambahan halaman peta konsep ini adalah sebagai landasan pemikiran dan penyebaran teori agar lebih mudah mempelajarinya. Capaian pembelajaran berguna untuk mengetahui kompetensi yang harus dicapai oleh peserta didik.



upgrade ketingkat yang lebih baik. Dalam tari kita harus *upgrade* tubuh kita sendiri untuk meningkatkan hasil sampai ketingkat yang diharapkan.

Jadi secara gari besar olah tubuh dapat dibagi menjadi 3 rangkaian yaitu olah tubuh itu sendiri, olah nafas dan olah rasa. Dalam pelaksanaannya olah tubuh memiliki fungsi untuk meningkatkan kemampuan tubuh untuk menari melalui anatomi, lalu olah nafas berfungsi sebagai pengelolaan energi dan meningkatkan konsentrasi dalam pelaksanaannya,sedangkan olah rasa sebagai penguatan penguatmentaldan pengatur ekspresi dalam menari. Dalam kepenarian,ketiga unsur itu akan saling berdampingan, semakin lemah unsur-unsur tersebut maka kualitas kepenarian juga akan turun. Kebanyakan penari memiliki kecenderungan hanya meningkatkan kemampuan anatomi tubuh mereka saja untuk menunjang kualitas geraknya, akan tetapi tanpa pengaturan nafas yang baik,geraknya akan terkesan kaku, dan tanpa pengungkapan ekspresi yang maksimal geraknya akan menjadi kosong tanpa jiwa.

PENGERTIAN OLAH TUBUH

Olah tubuh dikenal dalam berbagai cabang disiplin keilmuan yang menjadikan tubuh sebagai medianya,misalkan dalam teater, tari, beladiri, dll. Akan tetapi kuantitas dan jenis latihannya akan berbeda sesuai dengan tujuannya.

Berikut adalah beberapa pendapat ahli tantang olah tubuh:

- Sardono W Kusuma: olah tubuh merupakan body preparation sehingga didapatkan kondisi badan yang *sareh* (damai), *Sumeleh* (relax) dan dilakukan dengan *Pranayama* (deep breath).
- Suprapto Suryadarmo : olah tubuh merupakan kesatuan daya hidup antara tubuh, tuhan dan alam melalui gerak improvisasi dengan sadar.
- Sentot Sudiharto: olah tubuh merupakan kematangan tubuh dalam kesiapan gerak
- Ben Suharto : olah tubuh adalah teori gerak meruang yang digunakan sebagai metode pengosongan tubuh

Sehingga dapat disimpulkan olah tubuh adalah kegiatan mengolah fisik, dengan sengaja untuk meningkatkan kemampuan sesuai dengan tujuan yang diharapkan

Gambar 23: Halaman Sebelum Penambahan Rubrik “Tahukah Kamu”

Tahukah kamu?
Rasa atau perasaan merupakan stimulus dari otak. Di dalam otak terdapat hipotalamus yang berfungsi untuk menjaga kestabilan psikologi. Jadi rasa cinta, marah, sedih berasal dari otak, bukan dari hati

konsentrasi dalam pelaksanaannya, sedangkan olah rasa sebagai penguatan penguat mental dan pengatur ekspresi dalam menari. Dalam kepenarian, ketiga unsur itu akan saling berdampingan, semakin lemah unsur-unsur tersebut maka kualitas kepenarian juga akan turun. Kebanyakan penari memiliki kecenderungan hanya meningkatkan kemampuan anatomi tubuh mereka saja untuk menunjang kualitas geraknya. Akan tetapi tanpa pengaturan napas yang baik, geraknya akan terkesan kaku, dan tanpa pengungkapan ekspresi yang maksimal geraknya akan menjadi kosong tanpa jiwa.

PENGERTIAN OLAH TUBUH

Olah tubuh dikenal dalam berbagai cabang disiplin keilmuan yang menjadikan tubuh sebagai medianya,misalkan dalam teater, tari, beladiri, dan berbagai cabang olahraga, akan tetapi kuantitas dan jenis latihannya akan berbeda sesuai dengan tujuannya.

Berikut adalah beberapa pendapat ahli tantang olah tubuh:

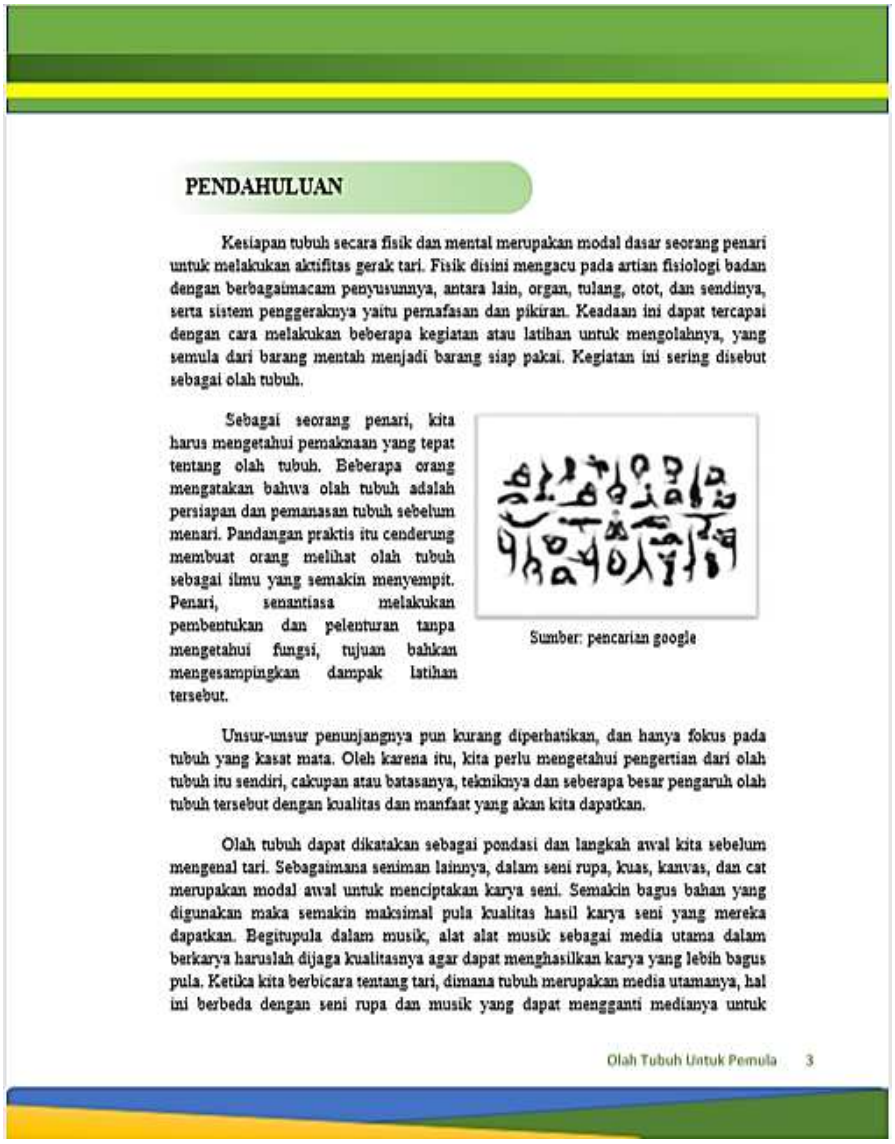
- Sardono W Kusuma: olah tubuh merupakan *body preparation* sehingga didapatkan kondisi badan yang *sareh* (damai), *Sumeleh* (relax) dan dilakukan dengan *Pranayama* (*deep breath*).
- Suprapto Suryadarmo: olah tubuh merupakan kesatuan daya hidup antara tubuh, tuhan dan alam melalui gerak improvisasi dengan sadar.
- Sentot Sudiharto: olah tubuh merupakan kematangan tubuh dalam kesiapan gerak
- Ben Suharto: olah tubuh adalah teori gerak meruang yang digunakan sebagai metode pengosongan tubuh

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa olah tubuh adalah kegiatan mengolah fisik, dengan sengaja untuk meningkatkan kemampuan sesuai dengan tujuan yang diharapkan meliputi tubuh dan jiwa sebagai satu kesatuan. Mengolah berarti perbuatan yang dilakukan dengan sadar secara sistematis dan terencana.

Setiap manusia diciptakan dengan beberapa kondisi fisik yang berbeda. Kebiasaan yang berbeda dapat membentuk struktur anatomi tubuh yang berbeda pula, misalnya bentuk kelainan tulang, kapasitas otot yang tidak seimbang, postur tubuh yang salah. Oleh karena itu perlu dilakukan pengosongan tubuh, yang berarti mengembalikan anatomi tubuh ke proporsi yang ideal sebelum melakukan pembentukan atau peningkatan. Tujuan yang ditentukan berarti langkah selanjutnya

Gambar 24: Halaman Sesudah Penambahan Rubrik “Tahukah Kamu”

Sesuai dengan teori elaborasi dalam penyusunan bahan ajar, pengetahuan-pengetahuan umum di luar teori terstruktur juga dibutuhkan. Materi-materi diluar bahan ajar akan tetapi masih berhubungan dengan materi digunakan untuk memperkaya pengetahuan pembaca. Materi tambahan tersebut berupa fakta-fakta terkait materi yang diubah dalam kalimat pernyataan dan dikemas dalam rubrik “tahukah kamu”.



PENDAHULUAN

Kesiapan tubuh secara fisik dan mental merupakan modal dasar seorang penari untuk melakukan aktifitas gerak tari. Fisik disini mengacu pada artian fisiologi badan dengan berbagaimacam penyusunnya, antara lain, organ, tulang, otot, dan sendinya, serta sistem penggeraknya yaitu pernafasan dan pikiran. Keadaan ini dapat tercapai dengan cara melakukan beberapa kegiatan atau latihan untuk mengolahnya, yang semula dari barang mentah menjadi barang siap pakai. Kegiatan ini sering disebut sebagai olah tubuh.

Sebagai seorang penari, kita harus mengetahui pemaknaan yang tepat tentang olah tubuh. Beberapa orang mengatakan bahwa olah tubuh adalah persiapan dan pemanasan tubuh sebelum menari. Pandangan praktis itu cenderung membuat orang melihat olah tubuh sebagai ilmu yang semakin menyempit. Penari, senantiasa melakukan pembentukan dan pelenturan tanpa mengetahui fungsi, tujuan bahkan mengesampingkan dampak latihan tersebut.

Sumber: pencarian google

Unsur-unsur penunjangnya pun kurang diperhatikan, dan hanya fokus pada tubuh yang kasat mata. Oleh karena itu, kita perlu mengetahui pengertian dari olah tubuh itu sendiri, cakupan atau batasanya, tekniknya dan seberapa besar pengaruh olah tubuh tersebut dengan kualitas dan manfaat yang akan kita dapatkan.

Olah tubuh dapat dikatakan sebagai pondasi dan langkah awal kita sebelum mengenal tari. Sebagaimana seniman lainnya, dalam seni rupa, kuas, kanvas, dan cat merupakan modal awal untuk menciptakan karya seni. Semakin bagus bahan yang digunakan maka semakin maksimal pula kualitas hasil karya seni yang mereka dapatkan. Begitupula dalam musik, alat alat musik sebagai media utama dalam berkarya haruslah dijaga kualitasnya agar dapat menghasilkan karya yang lebih bagus pula. Ketika kita berbicara tentang tari, dimana tubuh merupakan media utamanya, hal ini berbeda dengan seni rupa dan musik yang dapat mengganti medianya untuk

Olah Tubuh Untuk Pemula 3

Gambar 25: Halaman Sebelum Perubahan *Header* dan *footer*

Header dan *footer* dalam buku digunakan untuk mempercantik tampilan. Fungsi lain dari *header* dan *footer* ternyata dapat mempengaruhi psikologi seorang pembaca, dengan menambahkan warna hijau dapat merefresh otak dan membatasi jangkauan pandangan dalam buku. *Header* dan *footer* terdapat dalam setiap lembar didalam buku. Akan tetapi menurut ahli media pada revisi pertama *header* dan *footer*nya terkesan kaku karena hanya menggunakan garis lurus dan membuat jenuh.

PENDAHULUAN

Kesiapan tubuh secara fisik dan mental merupakan modal dasar seorang penari untuk melakukan aktivitas gerak tari. Fisik disini mengacu pada artian fisiologi badan dengan berbagai macam penyusunnya, antara lain, organ, tulang, otot, dan sendinya, serta sistem penggeraknya yaitu pernapasan dan pikiran. Keadaan ini dapat tercapai dengan cara melakukan beberapa kegiatan atau latihan untuk mengolahnya, yang semula dari barang mentah menjadi barang siap pakai. Kegiatan ini sering disebut sebagai olah tubuh.

Sebagai seorang penari, kita harus mengetahui pemaknaan yang tepat tentang olah tubuh. Beberapa orang mengatakan bahwa olah tubuh adalah persiapan dan pemanasan tubuh sebelum menari. Pandangan praktis itu cenderung membuat orang melihat olah tubuh sebagai ilmu yang semakin menyempit. Penari, senantiasa melakukan pembentukan dan pelenturan tanpa mengetahui fungsi, tujuan bahkan mengesampingkan dampak latihan tersebut.

Gambar 1. Posisi dan bentuk latihan olah tubuh

Unsur-unsur penunjangnya pun kurang diperhatikan, dan hanya fokus pada tubuh yang kasat mata. Oleh karena itu, kita perlu mengetahui pengertian dari olah tubuh itu sendiri, cakupan atau batasanya, tekniknya dan seberapa besar pengaruh olah tubuh tersebut dengan kualitas dan manfaat yang akan kita dapatkan.

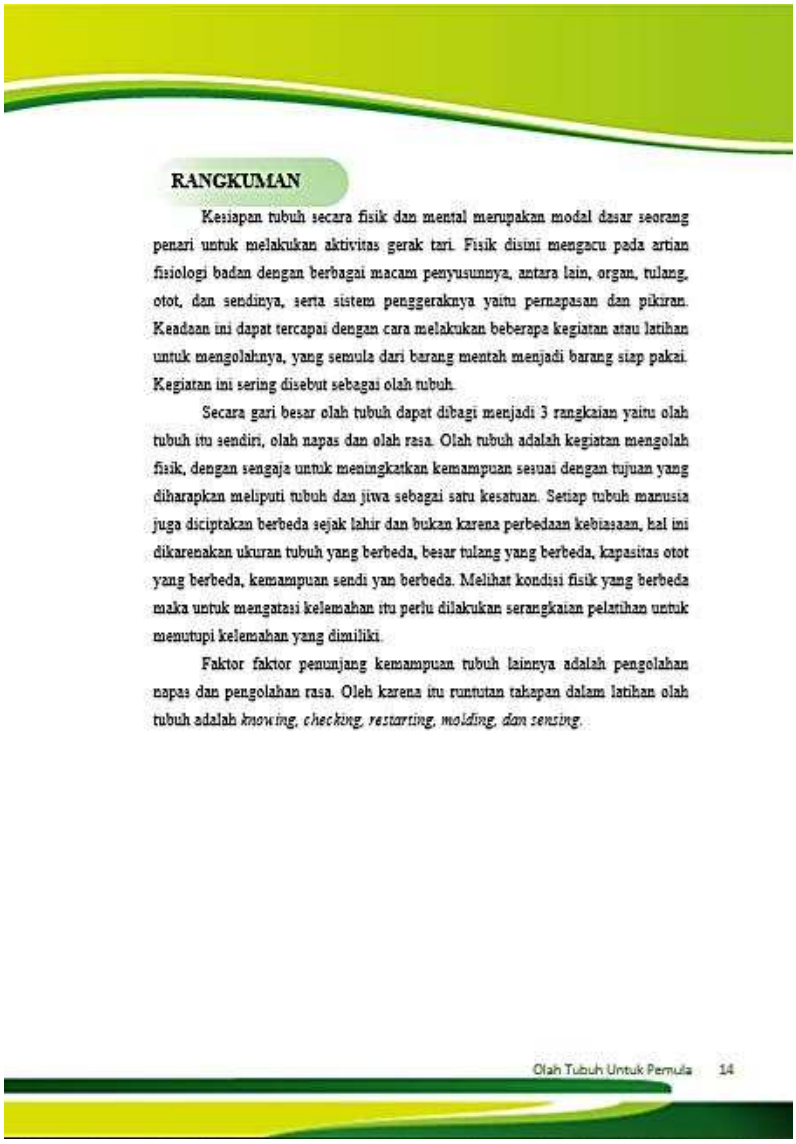
Olah tubuh dapat dikatakan sebagai pondasi dan langkah awal kita sebelum mengenal tari. Sebagaimana seniman lainnya, dalam seni rupa, kuas, kanvas, dan cat merupakan modal awal untuk menciptakan karya seni. Semakin bagus bahan yang digunakan maka semakin maksimal pula kualitas hasil karya seni yang mereka dapatkan. Begitupula dalam musik, alat alat musik sebagai media utama dalam berkarya haruslah dijaga kualitasnya agar dapat menghasilkan karya yang lebih bagus pula. Ketika kita berbicara tentang tari, dimana tubuh merupakan media utamanya, hal ini berbeda dengan seni rupa dan musik yang dapat mengganti medianya untuk *upgrade* ketingkat yang lebih baik. Dalam tari kita harus *upgrade* tubuh kita sendiri untuk meningkatkan hasil sampai ketingkat yang diharapkan.

Jadi secara gari besar olah tubuh dapat dibagi menjadi 3 rangkaian yaitu olah tubuh itu sendiri, olah napas dan olah rasa. Dalam pelaksanaannya olah tubuh memiliki fungsi untuk meningkatkan kemampuan tubuh untuk menari melalui anatomi, lalu olah napas berfungsi sebagai pengelolaan energi dan meningkatkan

Olah Tubuh Untuk Pemula 3

Gambar 26: Halaman Sesudah Perubahan *Header* dan *footer*

Setelah revisi yang pertama *header* dan *footer* dibuat menjadi beberapa garis lengkung dan warna yang digunakan juga dibuat gradasi dengan hijau menjadi warna dominan. Agar terlihat lebih dinamis, pola yang digunakan juga berbeda dengan *header* dan *footer* yang sebelumnya yang menggunakan pola dasar persegi setelah revisi lebih dikembangkan menjadi beberapa bentuk terpisah sehingga tidak terkesan menyatu dan menempel. Beberapa pola lengkung dibuat agar tidak terkesan kaku.



RANGKUMAN

Kesiapan tubuh secara fisik dan mental merupakan modal dasar seorang penari untuk melakukan aktivitas gerak tari. Fisik disini mengacu pada artian fisiologi badan dengan berbagai macam penyusunnya, antara lain, organ, tulang, otot, dan sendinya, serta sistem penggeraknya yaitu pernapasan dan pikiran. Keadaan ini dapat tercapai dengan cara melakukan beberapa kegiatan atau latihan untuk mengolahnya, yang semula dari barang mentah menjadi barang siap pakai. Kegiatan ini sering disebut sebagai olah tubuh.

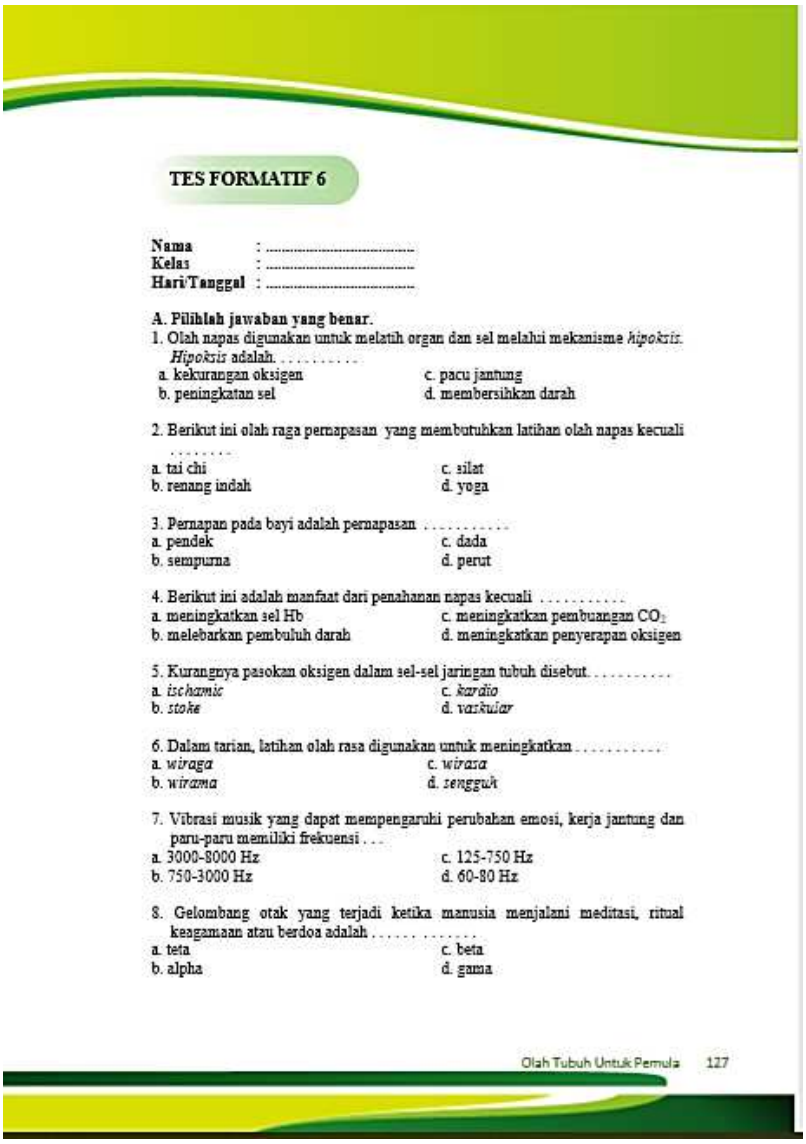
Secara gari besar olah tubuh dapat dibagi menjadi 3 rangkaian yaitu olah tubuh itu sendiri, olah napas dan olah rasa. Olah tubuh adalah kegiatan mengolah fisik, dengan sengaja untuk meningkatkan kemampuan sesuai dengan tujuan yang diharapkan meliputi tubuh dan jiwa sebagai satu kesatuan. Setiap tubuh manusia juga diciptakan berbeda sejak lahir dan bukan karena perbedaan kebiasaan, hal ini dikarenakan ukuran tubuh yang berbeda, besar tulang yang berbeda, kapasitas otot yang berbeda, kemampuan sendi yan berbeda. Melihat kondisi fisik yang berbeda maka untuk mengatasi kelemahan itu perlu dilakukan serangkaian pelatihan untuk menutupi kelemahan yang dimiliki.

Faktor faktor penunjang kemampuan tubuh lainnya adalah pengolahan napas dan pengolahan rasa. Oleh karena itu runtutan tahapan dalam latihan olah tubuh adalah *knowing, checking, restarting, molding, dan sensing.*

Olah Tubuh Untuk Pemula 14

Gambar 27: Halaman Rangkuman

Setelah revisi pertama, ahli media menganjurkan untuk menambahkan halaman rangkuman agar pembaca dapat mengingat kembali materi yang sudah dipelajari. Halaman rangkuman terdapat pada akhir setiap bab. Halaman ini menyajikan rangkuman pokok pembahasan sehingga mempermudah pembaca untuk mempelajarinya.



TES FORMATIF 6

Nama : .....
Kelas : .....
Hari/Tanggal : .....

A. Pilihlah jawaban yang benar.

1. Olah napas digunakan untuk melatih organ dan sel melalui mekanisme *hipoksis*. *Hipoksis* adalah. . . . . .
   a. kekurangan oksigen
   b. peningkatan sel
   c. pacu jantung
   d. membersihkan darah

2. Berikut ini olah raga pernapasan yang membutuhkan latihan olah napas kecuali . . . . . .
   a. tai chi
   b. renang indah
   c. silat
   d. yoga

3. Pernapan pada bayi adalah pernapasan . . . . . .
   a. pendek
   b. sempurna
   c. dada
   d. perut

4. Berikut ini adalah manfaat dari penahanan napas kecuali . . . . . .
   a. meningkatkan sel Hb
   b. melebarkan pembuluh darah
   c. meningkatkan pembuangan CO_2
   d. meningkatkan penyerapan oksigen

5. Kurangnya pasokan oksigen dalam sel-sel jaringan tubuh disebut. . . . . .
   a. *ischamic*
   b. *stoke*
   c. *kardio*
   d. *vaskular*

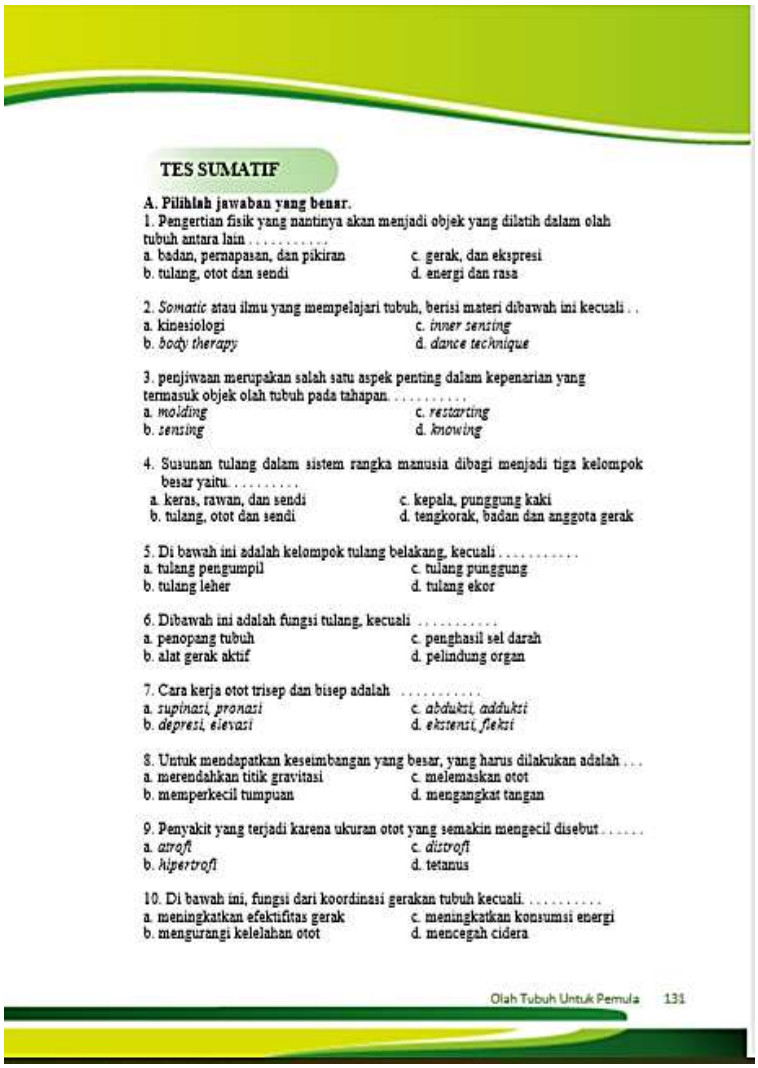
6. Dalam tarian, latihan olah rasa digunakan untuk meningkatkan . . . . . .
   a. *wiraga*
   b. *wirama*
   c. *wirasa*
   d. *sengguh*

7. Vibrasi musik yang dapat mempengaruhi perubahan emosi, kerja jantung dan paru-paru memiliki frekuensi . . .
   a. 3000-8000 Hz
   b. 750-3000 Hz
   c. 125-750 Hz
   d. 60-80 Hz

8. Gelombang otak yang terjadi ketika manusia menjalani meditasi, ritual keagamaan atau berdoa adalah . . . . . .
   a. teta
   b. alpha
   c. beta
   d. gama

Olah Tubuh Untuk Pemula 127

Gambar 28: Halaman Tes Formatif



TES SUMATIF

A. Pilihlah jawaban yang benar.

1. Pengertian fisik yang nantinya akan menjadi objek yang dilatih dalam olah tubuh antara lain . . . . . .
   a. badan, pernapasan, dan pikiran
   b. tulang, otot dan sendi
   c. gerak, dan ekspresi
   d. energi dan rasa

2. *Somatic* atau ilmu yang mempelajari tubuh, berisi materi dibawah ini kecuali . .
   a. kinesiologi
   b. *body therapy*
   c. *inner sensing*
   d. *dance technique*

3. penjiwaan merupakan salah satu aspek penting dalam kepenarian yang termasuk objek olah tubuh pada tahapan. . . . . .
   a. *molding*
   b. *sensing*
   c. *restarting*
   d. *knowing*

4. Susunan tulang dalam sistem rangka manusia dibagi menjadi tiga kelompok besar yaitu. . . . . .
   a. keras, rawan, dan sendi
   b. tulang, otot dan sendi
   c. kepala, punggung kaki
   d. tengkorak, badan dan anggota gerak

5. Di bawah ini adalah kelompok tulang belakang, kecuali . . . . . .
   a. tulang pengumpil
   b. tulang leher
   c. tulang punggung
   d. tulang ekor

6. Dibawah ini adalah fungsi tulang, kecuali . . . . . .
   a. penopang tubuh
   b. alat gerak aktif
   c. penghasil sel darah
   d. pelindung organ

7. Cara kerja otot trisep dan bisep adalah . . . . . .
   a. *supinasi, pronasi*
   b. *depresi, elevasi*
   c. *abduksi, adduksi*
   d. *ekstensi, fleksi*

8. Untuk mendapatkan keseimbangan yang besar, yang harus dilakukan adalah . . .
   a. merendahkan titik gravitasi
   b. memperkecil tumpuan
   c. melemaskan otot
   d. mengangkat tangan

9. Penyakit yang terjadi karena ukuran otot yang semakin mengecil disebut . . . . . .
   a. *atrofi*
   b. *hipertrofi*
   c. *distrofi*
   d. tetanus

10. Di bawah ini, fungsi dari koordinasi gerakan tubuh kecuali. . . . . .
    a. meningkatkan efektifitas gerak
    b. mengurangi kelelahan otot
    c. meningkatkan konsumsi energi
    d. mencegah cidera

Gambar 29: Halaman Tes Sumatif

Revisi selanjutnya adalah halaman evaluasi. Halaman evaluasi dalam buku ini dibagi menjadi dua yaitu evaluasi tes formatif dan tes sumatif. Tes formatif terdapat di akhir bab untuk menguji sejauh mana mahasiswa menguasai kompetensinya. Tes formatif juga menjadi pengukuran untuk mencapai standar kelulusan pada capaian pembelajaran. Sedangkan tes sumatif terdapat pada akhir pembahasan buku. Materi yang dijadikan evaluasi adalah semua materi yang terdapat di dalam buku olah tubuh. Tes sumatif menjadi evaluasi akhir pembelajaran mahasiswa.

Glosarium

A

Abs merupakan singkatan dari Abdomens atau otot perut meliputi perut atas (tepat di bawah dada), perut bawah (di sekitar pinggul), dan perut samping kiri dan kanan.

Aerobic berasal dari kata aero yang berarti oksigen, artinya suatu sistem latihan fisik yang bertujuan untuk meningkatkan efisiensi pemasukan oksigen di dalam jaringan tubuh.

Aktivitas motoric adalah aktivitas yang terjadi atas kerja beberapa bagian tubuh, saraf, otak dan juga otot, sehingga terjadi gerakan baik gerak reflek atau gerak tak disadari maupun yang disadari. Dapat juga diartikan kecakapan seseorang dalam berbagai keterampilan yang mengarah kepada penguasaan keterampilan dasar dan aktifitas kesegaran yang bersifat umum.

Anatomi merupakan ilmu yang mengkaji struktur organisme hewan, tumbuhan, dan manusia. Atau definisi lainnya, anatomi adalah ilmu yang mempelajari struktur atau susunan dari tubuh organisme dan hubungan antar bagian yang satu dengan yang lainnya.

Atrofi adalah penurunan massa otot. Hal ini biasanya akibat dari cedera atau adanya suatu penyakit, sehingga bagian tubuh tertentu tidak digerakkan dalam jangka waktu yang cukup lama.

Auditory adalah model di mana seseorang lebih cepat menyerap informasi melalui apa yang ia dengarkan.

B

Biomotorik kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam, diantaranya: sistem syaraf, pernapasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian.

Body aligment adalah susunan geometris dari bagian-bagian tubuh yang saling berhubungan antara satu dengan yang lainya.

Body awareness adalah mengetahui dan menyadari proses yang berlangsung pada tubuh ketika seseorang melakukan suatu tindakan. Dapat pula diartikan merupakan suatu kesadaran subjektif seseorang tentang tubuhnya sendiri, tentang sensasi-sensasi yang dirasakan pada tubuhnya baik yang berasal dari dalam maupun luar tubuh.

Body movement merupakan penggunaan tubuh yang terkoodinir dan aman untuk menghasilkan pergerakan selama aktivitas yang berinteraksi dalam fungsi tulang, otot dan system saraf.

Body therapy kegiatan untuk mengembalikan bentuk tubuh, biasanya berdasarkan diagnosis yang mecegah kondisi medis untuk menjaga kesehatan.

Breath technique adalah teknik memberdayakan organ dan saluran pernafasan untuk memaksimalkan penyerapan oksigen untuk melakukan aktifitas tertentu.

Gambar 30: Halaman Glosarium

Halaman glosarium ditambahkan setelah revisi tahap pertama. Glosarium adalah kamus singkat yang berisi daftar kata-kata sukar yang terdapat dalam buku. Fungsi glosarium adalah untuk mempermudah memahami istilah dalam bidang tertentu yang ditemukan dalam buku. Glosarium tersebut juga berguna untuk membuat penulis dan pembaca memiliki satu pengertian dan cara pandang yang sama dalam mengartikan sebuah kata sehingga tidak terjadi multi tafsir.

D. Keterbatasan penelitian

Dalam pengembangan modul pembelajaran ini terdapat beberapa keterbatasan, antara lain:

1. Penelitian yang dilaksanakan hanya terbatas mengikuti kompetensi salah satu perguruan tinggi.
2. Pada penelitian ini, pengembangan media pembelajaran berdasarkan adopsi dari materi luar negeri yang mengakibatkan banyak kata serapan berbahasa asing di dalamnya.
3. Memerlukan waktu yang lebih lama untuk membuat media karena butuh penyesuaian dengan materi yang digunakan dalam tari tradisional.
4. Dengan keterbatasan waktu yang tersedia, menyebabkan pengembangan media pembelajaran tidak dapat dilakukan secara optimal.
5. Pelaksanaan di lapangan akan berbeda-beda tiap pengajar karena masing-masing pengajar akan memiliki metode yang berbeda.

E. Kajian produk akhir

Hasil penelitian ini adalah terciptanya media pembelajaran cetak berupa modul untuk pembelajaran olah tubuh pada Jurusan Pendidikan Seni Tari di Universitas Negeri Yogyakarta. Modul olah tubuh ini dapat digunakan secara klasikal maupun mandiri. Modul olah tubuh ini memiliki tiga komponen utama yaitu materi cetak, materi praktek dengan gambar untuk menjelaskan tahapannya dan evaluasi. Pada komponen materi dilengkapi dengan teks penjelasan dan materi praktek olah tubuh dilengkapi dengan penjelasan gambar sebagai contoh.

Modul ini juga dilengkapi dengan evaluasi di setiap akhir bab untuk mengukur sejauh mana pemahaman materi mahasiswa. Evaluasinya dilakukan tujuh kali, 6 kali di setiap bab dan di akhir semeter ada tes sumatif. Evaluasi dalam modul ini berisi soal pilihan ganda, essai dan uraian singkat, jumlah soal dalam tiap evaluasi ada 10 sampai 25 soal. Modul ini memiliki enam komponen pendukung yaitu sampul depan, sampul belakang, kata pengantar, daftar isi, capaian pembelajaran, glosarium dan daftar pustaka.

Berdasarkan pengambilan data dari ahli materi untuk aspek kebenaran konsep, aspek materi dan aspek pembelajaran didapatkan total poin 88,3%. Karena hasil penilaiannnya sudah lebih dari 75% maka aspek materi dalam media ini sudah dianggap layak digunakan. Berdasarkan pengambilan data dari ahli media yang meliputi aspek tampilan, aspek isi danaspek bahasa didapatkan total nilai 74,6%. Hasil evaluasi ahli media tahap pertama dianggap belum layak oleh karena itu dilakukan revisi media pada temuan kesalahannya dan mengulangi penilaian aspek media. Karena belum layak pada revisi tahap pertama, penilaian ahli media dilanjutkan pada tahap kedua pada aspek tampilan, aspek isi dan aspek bahasa. Total nilai yang didapatkan pada penilaian media tahap kedua adalah sebesar 89,5%. Hasil evaluasi ahli media tahap kedua termasuk kategori layak.

Uji coba terbatas tahap akhir adalah uji coba *peer reviewer* aspek yang dinilai adalah aspek kebenaran konsep, aspek materi dan aspek pembelajaran, didapatkan skor sebesar 85% dan termasuk kategori layak. Berdasarkan hasil ujicoba di lapangan dengan mahasiswa sebagai objek penelitiannya diperoleh hasil penilaian

pada aspek tampilan, materi dan pembelajaran dengan prosentase 80,7% dan termasuk kategori layak.

Kelebihan yang terdapat pada media pembelajaran ini adalah:

1. Hasil akhir dari penyusunan materi ini berbentuk media cetak dan lebih praktis.
2. Modul pembelajaran ini merupakan inovasi baru dalam pembelajaran olah tubuh yang bersumber dari *somatic* dan memiliki beberapa materi baru dalam pembelajarannya.
3. Mahasiswa diharapkan menjadi lebih mandiri dalam pembelajaran mata kuliah olah tubuh karena mahasiswa dituntut untuk mengenal tubuh masing-masing dan mengolahnya secara individu.
4. Modul ini dilengkapi dengan rubrik "taukah kamu" sebagai pengetahuan umum penunjang materi pokok dalam pembelajaran .
5. Sistematika yang dipakai dalam perancangan media ini dibuat bervariatif dan tidak monotone ditiap halaman sehingga tidak menjenuhkan pembaca.