

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC*  
*GYMNASTICS* RANGKAIAN *INDIVIDUAL WOMEN*  
BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Disusun Oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM. 17602244015

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

**2021**

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS* RANGKAIAN *INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8 TAHUN**

Oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan menghasilkan sebuah produk berupa teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual yang bisa digunakan sebagai metode pembelajaran baru dalam teknik gerak dasar pada cabang olahraga *aerobic gymnastics* untuk anak usia 7-8 tahun.

Metode penelitian yang digunakan berupa Research and Development. Langkah penelitian ini mengadaptasi dari langkah penelitian Borg and Gall yang terdiri dari 10 langkah penelitian, namun peneliti memodifikasi dengan hanya melakukan 6 langkah sesuai dengan tujuan penelitian pengembangan ini. Uji coba kelompok terbatas dilakukan sebanyak 5 anak siswi sekolah dasar, sedangkan uji coba lapangan utama dilakukan sebanyak 20 anak siswi sekolah dasar SD N Gentan. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket skala penilaian dan lembar evaluasi. Data hasil evaluasi berbentuk kuantitatif dan kualitatif. Data yang bersifat kuantitatif berupa penilaian yang dihimpun melalui angket atau kuesioner uji coba produk. Data yang bersifat kualitatif diperoleh melalui kegiatan validasi ahli dan kegiatan uji coba yang berupa masukan, tanggapan serta kritik dan saran. Data kuantitatif dianalisis dengan analisis kuantitatif. Hasil penilaian yang diperoleh melalui validasi ahli dan uji coba diolah dengan cara dipersentasekan. Hasil persentase kemudian dijabarkan dengan kalimat yang bersifat kualitatif.

Penilaian kelayakan teknik teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun dilihat dari hasil validasi ahli materi pertama tahap II sebesar 92,85% (sangat baik) dan ahli media pertama tahap II sebesar 77,5% (baik) dan ahli media kedua tahap II sebesar 87,5%% (sangat baik). Hasil uji coba lapangan utama didapatkan penilaian 89,375% (sangat baik). Produk berupa media belajar audiovisual untuk mendukung latihan *aerobic gymnastics* usia 7-8 tahun. Produk tersusun terdiri dari rangkaian gerak dasar dan gerak perbagian (*slowmotion*) yang dilengkapi dengan keterangan.

Kata kunci: Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics*, *Individual Women*, Audiovisual

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

### PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS* RANGKAIAN *INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8 TAHUN

Disusun oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 20 Mei 2021

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Ratna Budiarti, M.Or</b> Ketua Penguji/Pembimbing		21/5/21
<b>CH. Fajar Sri Wahyunianti, M.Or</b> Sekertaris		21/5/21
<b>Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S</b> Penguji		21/5/21

Yogyakarta, Mei 2021

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,

  
**Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**  
196407071988121001

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS*  
RANGKAIAN *INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL  
UNTUK ANAK USIA 7-8 TAHUN**

Disusun oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

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

Yogyakarta, 20 Mei 2021

Mengetahui,

Disetujui,

Ketua Program Studi,

Dosen Pembimbing,



Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukanti, M.S

NIP. 1960040719860120001



Ratna Budiarti, M.Or

NIP. 198105122010122003

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM : 17602244015

Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Judul TAS : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics*  
Rangkaian *Individual Women* Berbasis Audiovisual  
untuk Anak Usia 7-8 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, 20 Mei 2021

Yang menyatakan



Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

## **MOTTO**

Mulailah dari tempatmu berada. Gunakan yang kau punya. Lakukan yang  
kau bisa

~ **Arthur Ashe** ~

Tidak ada kesuksesan melainkan dengan pertolongan Allah.

~ **Q.S. Huud : 88** ~

Jika kamu ingin hidup bahagia, terikatlah pada tujuan, bukan orang atau  
benda.

~ **Albert Einstein** ~

## **PERSEMBAHAN**

Dengan menyebut Syukur Alhamdulillah, saya persembahkan karya saya ini kepada :

- Kedua orang tua saya tersayang Bapak Muhammad Muslim dan Ibu Sri Rahayu yang dengan penuh kasih sayang selalu membimbing, mendo'akan, menyayangi, dan memberikan semangat selalu kepada saya tanpa kenal lelah.
- Mbak Nia Ulfatun Aziiz Arwani tersayang yang selalu memberi masukan dan saran kepada saya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Pengembangan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun” ini dapat selesai dengan lancar.

Skripsi ini dapat di selesaikan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Ratna Budiarti, M.Or selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi ini dan dengan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan ilmunya untuk selalu memberikan yang terbaik kepada saya.
2. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S selaku ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, ahli materi dan sebagai penuji utama, serta CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or selaku sekretaris dalam TAS.
3. Nawan Primasoni, M.Or., Risti Nurfadhila S.Pd., M.Or., dan Tri Handayani, S.Pd. Kor selaku ahli media dan materi penelitian yang telah memberikan saran/masukan perbaikan sehingga penelitian TAS dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.

4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
5. Keluarga Besar Selabora Senam FIK UNY yang saya cintai.
6. Mbak nanda, Shafira, dan Lina yang telah membantu memberikan motivasi dan dukungan demi terselesaikannya TAS ini.
7. Dek Elmalia yang telah membantu dalam segala hal, menemani, dan menyemangati selalu agar TAS ini cepat selesai.
8. Adek Quinsha, Kansa dan Sekar yang telah membantu menjadi model produk TAS ini.
9. Keluarga besar PKO C 2017 yang sudah memberikan kenangan tak terlupakan selama kuliah.
10. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas bantuan dan perhatian selama proses penelitian TAS ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah semua pihak berikan dapat menjadi amalan yang bermanfaat, baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan TAS ini bisa menjadi tambahan informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 20 Mei 2021

Penulis,

## DAFTAR ISI

HALAMAN AWAL.....	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Hasil Penelitian.....	7
BAB II.....	9
KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Pengembangan.....	9
2. Hakikat Teknik.....	10
3. Definisi Senam.....	14
4. Audiovisual.....	25
5. Hakikat Anak Usia 7-8 Tahun.....	31
B. Penelitian yang Relevan.....	35

C. Kerangka Berpikir.....	37
BAB III.....	39
METODE KAJIAN.....	39
A. Desain Penelitian.....	39
B. Prosedur Pengembangan.....	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
D. Teknik Pengumpulan Data.....	43
E. Subjek Uji Coba.....	44
F. Instrumen Penelitian.....	45
G. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV.....	50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Deskripsi Produk “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”.....	50
B. Hasil Penelitian “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”.....	51
C. Analisis Data.....	69
D. Revisi Produk.....	89
E. Produk Akhir.....	91
F. Pembahasan.....	92
BAB V.....	94
KESIMPULAN DAN SARAN.....	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Implikasi.....	94
C. Keterbatasan Penelitian.....	95
D. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA.....	97
LAMPIRAN.....	100

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. kategori skor dalam skala likert.....	48
Tabel 2. Tingkat Pencapaian dan Kualifikasi.....	49
Tabel 3. Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Pertama (Tahap I).....	53
Tabel 4. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Materi Pertama (Tahap I).....	53
Tabel 5. Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Kedua (Tahap I).....	54
Tabel 6. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater kedua (Tahap I).....	55
Tabel 7. Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi (Tahap II).....	56
Tabel 8. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Materi (Tahap II).....	56
Tabel 9. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap I).....	58
Tabel 10. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Pertama (Tahap I).....	59
Tabel 11. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap I).....	60
Tabel 12. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Kedua (Tahap I).....	60

Tabel 13. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap II).....	62
Tabel 14. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Pertama (Tahap II)....	62
Tabel 15. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap II).....	63
Tabel 16. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Kedua (Tahap II).....	64
Tabel 17. Data Skor Penilaian Uji Coba Terbatas.....	65
Tabel 18. Komentar Hasil Dari Uji Coba Terbatas.....	66
Tabel 19. Data Skor Penilaian Uji Coba Lapangan Utama.....	68
Tabel 20. Komentar Hasil Dari Uji Coba Utama.....	69
Tabel 21. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Pertama (Tahap I).....	70
Tabel 22. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater Pertama (Tahap I).....	71
Tabel 23. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Kedua (Tahap I).....	70
Tabel 24. Analisis Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater kedua (Tahap I).....	73
Tabel 25. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis	

Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi (Tahap II).....	74
Tabel 26. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Materi (Tahap II) .....	76
Tabel 27. Analisis Data Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”dari Ahli Media Pertama (Tahap I).....	77
Tabel 28. Analisis Data Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Pertama (Tahap I).....	78
Tabel 29. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap I).....	79
Tabel 30. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Kedua (Tahap I).....	80
Tabel 31. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap II).....	81
Tabel 32. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar <i>Aerobic Gymnastics</i> Rangkaian <i>Indoividual Women</i> berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”dari Ahli Media Kedua (Tahap II).....	82
Tabel 33. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Media(Tahap II).....	84
Tabel 34. Penilaian Uji Coba Terbatas.....	85
Tabel 35. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Terbatas.....	86
Tabel 36. Penilaian Uji Coba Lapangan Utama.....	87
Tabel 37. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Lapangan Utama.....	88

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	21
Gambar 2. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	22
Gambar 3. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	22
Gambar 4. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	23
Gambar 5. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	23
Gambar 6. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	24
Gambar 7. (sumber : <i>code of point</i> 2017-2020).....	25
Gambar 8. Langkah-langkah penelitian dan Pengembangan model <i>Borg and Gall</i> .....	40
Gambar 9. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Materi tahap I dan II....	75
Gambar 10. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Media tahap I dan II....	83
Gambar 11. Tampilan Produk Sebelum revisi angka halaman buku panduan.....	89
Gambar 12. Tampilan Produk setelah revisi angka halaman buku panduan.....	89
Gambar 13. Tampilan Produk Sebelum revisi halaman <i>barcode</i> .....	90
Gambar 14. Tampilan Produk Setelah revisi halaman <i>barcode</i> .....	90
Gambar 15. Tampilan Produk Sebelum revisi gambar buku panduan.....	90
Gambar 16. Tampilan Produk Setelah revisi gambar buku panduan.....	90
Gambar 17. Display awal.....	91
Gambar 18. Tampilan teknik gerak dasar.....	91
Gambar 19. Display awal rangkaian perbagian.....	91
Gambar 20. Tampilan rangkaian, <i>slowmotion</i> dan penjelasan gerakan.....	91
Gambar 21. Display awal rangkaian <i>full</i> .....	91
Gambar 22. Tampilan rangkaian <i>full</i> , <i>slowmotion</i> dan hitungan gerakan.....	91

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian.....	101
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian.....	102
Lampiran 3. Surat Permohonan Ahli Materi.....	103
Lampiran 4. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap I).....	106
Lampiran 5. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap II).....	114
Lampiran 6. Surat Pernyataan Ahli Materi.....	118
Lampiran 7. Surat Permohonan Ahli Materi.....	120
Lampiran 8. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap I).....	124
Lampiran 9. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap II).....	132
Lampiran 10. Surat Pernyataan Ahli Media.....	140
Lampiran 11. Angket Penilaian Uji Coba Terbatas.....	142
Lampiran 12. Angket Penilaian Uji Coba Lapangan Utama.....	145
Lampiran 13. Dokumentasi.....	148

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Senam merupakan salah satu aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Gerakan senam sangat cocok untuk ditekankan pada program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dituntutnya, seperti kekuatan otot dan ketahanan dari seluruh bagian tubuh. Selain itu senam juga memberikan kontribusi yang tidak sedikit pada perkembangan gerakan-gerakan dasar fundamental yang penting untuk aktivitas fisik dalam olahraga lainnya (Agus Mahdendra, 2000:6-7). Menurut *Federation Internationale De Gymnastique* (FIG) (2017: 9), berbagai jenis senam adalah 1) Senam Umum, 2) Artistik, 3) Senam Irama, 4) Trampolin, 5) Aerobik, 6) Akrobat.

*Aerobic gymnastics* merupakan olahraga yang sudah lama dikenal di Indonesia. Pada tahun 2000 *aerobic gymnastics* pertama kali diikuti dalam PON XV (Pekan Olahraga Nasional) di kota Surabaya. Atlet Indonesia berpeluang menjadi juara dunia, karena pada cabang olahraga ini tidak dipengaruhi oleh tinggi badan yang selama ini menjadi kendala bagi bangsa Indonesia untuk berprestasi pada cabang olahraga tertentu.

Pencapaian prestasi dalam olahraga membutuhkan waktu yang lama. Rentang waktu latihan yang dibutuhkan untuk setiap cabang olahraga memiliki perbedaan. Pencapaian puncak prestasi (*golden age*) untuk setiap

cabang olahraga satu dengan yang lain pun berbeda, tidak ada prestasi yang dapat diraih dengan instan dalam waktu singkat. Dalam cabang olahraga senam anak memulai latihan pada umumnya di usia yang sangat cukup belia. Anak mulai diperkenalkan pada kegiatan dan gerakan-gerakan dasar cabang olahraga senam serta berbagai unsur fisik yang telah dimulai pada usia lima tahun. Pembibitan sejak dini harus dilaksanakan secara konsisten, berkelanjutan, fundamental, sistematis, efisien dan terintegrasi. Untuk itu diperlukan upaya agar anak mau, suka bermain, dan berolahraga sedini mungkin dengan bimbingan yang baik dan benar. Sehingga bisa memacu perkembangan organ tubuhnya dan dengan pendekatan persuasif, anak usia dini ini bisa tertarik menjadi atlet. Semakin banyak anak yang berolahraga, semakin banyak pula kesempatan yang dimilikinya untuk mengidentifikasi dan mengarahkannya menjadi atlet pada cabang olahraga tertentu sesuai dengan bakat dan potensinya. (Said Junaidi, 2003:2)

Seiring berjalannya waktu atlet senam *aerobic gymnastics* mengalami penurunan termasuk di wilayah Yogyakarta sendiri, dapat dilihat dari mapping prestasi atlet senam DIY (Endang Rini Sukamti M.S.) pada kejurda 2009 ada 3 atlet yang meraih juara, namun saat 2010 hanya ada 1 atlet yg meraih juara. Di Yogyakarta sendiri kabupaten yang sudah mengembangkan *aerobic gymnastics* dengan cukup baik adalah kabupaten Sleman, terbukti dari peraih medali selama PORDA DIY 2015-2019 kabupaten Sleman selalu mendominasi di nomor *aerobic gymnastics*. Belum meratanya informasi dan pengenalan tentang *aerobic gymnastics* di

Yogyakarta menyebabkan kesulitan dalam memperoleh bibit-bibit atlet penerus di masa yang akan datang. Perlu adanya sosialisasi dan media pendukung tentang *aerobic gymnastics* akan membantu mempermudah mencari bibit-bibit atlet dan mampu peningkatan minat pada cabang olahraga ini.

Pembinaan olahraga senam usia dini adalah cara yang tepat untuk menciptakan bibit atlet yang unggul di masa depan. Di Yogyakarta sendiri memiliki beberapa klub pembinaan olahraga senam yang terdapat di setiap kabupaten seperti misalnya *artistic bantul club*, *jogja gymnastic club*, dan selabora senam FIK UNY. Selabora (sekolah laboratorium olahraga) merupakan klub yang dibentuk guna melaksanakan pembinaan di bidang olahraga yang bekerjasama dengan UNY. Selabora FIK UNY cabang senam sendiri terdiri dari 3 jenis, yaitu senam artistik (putra dan putri), senam ritmik dan senam aerobik. Salah satu hambatan yang dihadapi pada cabang *aerobic gymnastics* adalah sedikitnya anak-anak yang berminat untuk menekuni cabang senam *aerobic gymnastics*. Dari pengamatan peneliti di selabora senam FIK UNY, mereka yang mendaftar hanya tau tentang senam lantai/senam artistik, ketika mereka di tanya tentang *aerobic gymnastics* mereka tidak tau sama sekali, hal ini membuat *aerobic gymnastics* kesulitan dalam mencari bibit atlet baru dan dapat mengakibatkan penurunan atlet yang lebih banyak sehingga membuat pembibitan atlet tertunda. Hal ini dapat terjadi karena masih kurangnya

penggunaan media sebagai upaya dalam mensosialisasikan *aerobic gymnastics*.

Di zaman yang sudah maju saat ini pemakaian alat-alat elektronik sudah semakin banyak, dan dapat memudahkan segala aktifitas yang berhubungan dengan teknologi baik di kehidupan sehari-hari, maupun saat proses belajar mengajar. Penggunaan media, terutama media pembelajaran yang kurang maksimal sebagai alat bantu dalam proses penyampaian pesan kepada anak dapat menyebabkan proses latihan yang dilaksanakan kurang bervariasi atau bersifat monoton sehingga membuat anak mengalami kejenuhan. Kejenuhan tersebut dapat menyebabkan oleh motivasi anak yang berkurang, sehingga dapat berdampak kepada penurunan proses latihan. Dalam proses latihan kehadiran media pembelajaran mempunyai peran yang cukup penting. Di dalam proses latihan kehadiran media tidak hanya sebagai perantara namun juga dapat menambah referensi ketika berlatih. Kesulitan dalam menyampaikan bahan latihan kepada anak mampu disederhanakan menggunakan bantuan media. Media tersebut dapat membantu menyampaikan materi latihan yang sulit dijelaskan dengan kata atau kalimat tertentu. Dengan demikian, anak lebih mudah mencerna dan memahami materi tanpa bantuan media.

Dari video/audiovisual pembelajaran *aerobic gymnastics* yang tersebar di internet masih banyak video yang kurang menjelaskan secara detail tentang gerakan dasar *aerobic gymnastics* dan hitungan dalam rangkaian gerak. Peneliti memilih *Youtube* sebagai media untuk melatih dan

mensosialisasikan *aerobic gymnastics* karena aplikasi tersebut merupakan media yang saat ini sering digunakan dan mudah diakses oleh masyarakat termasuk anak-anak.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, maka diperoleh informasi bahwa pentingnya media pembelajaran bagi anak berupa video gerak dasar *aerobic gymnastics* yang disusun secara sederhana supaya memudahkan anak dalam berlatih. Dalam video, gerak dasar yang dipilih terdapat rangkaian gerak yang paling mendasar agar dapat dilatihkan kepada anak usia dini. Dalam *aerobic gymnastics* terdapat 3 kelompok usia yang di pertandingkan, yaitu *National Development* (9-11 tahun), *Age Grup 1* (12-14 tahun), dan *Age Grup 2* (15-17 tahun). Namun sebelum memasuki usia paling dasar yaitu *national development*, anak harus mampu menguasai tujuh gerak dasar yang ada terlebih dahulu untuk penguasaan keterampilan gerak dasar. Tampilan dalam video ini akan dilengkapi dengan berbagai penjelasan dan keterangan terkait dengan teknik gerak dasar yang ada. Jadi fokus dari video ini untuk anak di bawah usia *national development*.

Harapannya dengan adanya media pembelajaran ini anak-anak mampu menjalankan latihan secara mandiri di rumah dan lebih mengerti tentang gerak dasar yang ada dalam *aerobic gymnastics*. Anak-anak juga menjadi lebih semangat dan dapat menambah jam latihan mereka secara mandiri. Dengan demikian media ini dapat mendukung anak berlatih dalam penguasaan keterampilan gerak dasar *aerobic gymnastics* dan memudahkan

pelatih serta orang tua dalam mengawasi anak. Selain itu, proses latihan akan berjalan lebih lancar dan menyenangkan karena anak lebih mudah berlatih memahami gerakan yang ada dalam video.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan di atas, maka masalah-masalah yang ada dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kurangnya media pembelajaran dalam proses latihan *aerobic gymnastics*.
2. Masih minimnya sumber media pembelajaran teknik gerak dasar untuk *aerobic gymnastics*
3. Belum adanya media teknik gerak dasar *aerobic gymnastics individual women*.

## **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah diperlukan untuk memfokuskan penelitian yang akan dilakukan. Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada pengembangan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usai 7-8 tahun.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

“Bagaimana pengembangan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun?”

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

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun guna mendukung proses latihan.

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

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis :

##### **1. Secara teoritis**

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran terhadap pengembangan olahraga khususnya pada cabang olahraga senam nomor *aerobic gymnastics*.
- b. Dapat memberi referensi tentang latihan rangkaian gerak dasar *aerobic gymnastics* untuk anak usia 7-8 tahun.
- c. Mampu menambah pengetahuan tentang *aerobic gymnastics* secara jelas dan rinci.
- d. Spesifikasi produk yang dikembangkan dapat memudahkan latihan.

2. Secara praktis

- a. Untuk atlet, sebagai media pemandu berlatih mandiri untuk meningkatkan keterampilan rangkaian teknik gerak dasar *aerobic gymnastics*.
- b. Untuk pelatih, mempermudah pelatih dalam menyampaikan dan mencontohkan materi latihan pada anak-anak secara sederhana dan jelas.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

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

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

Pembangunan adalah kegiatan iptek yang bertujuan memanfaatkan kaidah dan teori keilmuan yang telah terbukti untuk meningkatkan fungsi, manfaat, dan penerapan iptek yang ada, atau untuk menghasilkan teknologi baru (UU RI No.18 Tahun 2002)

Menurut Seels & Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan berarti proses menerjemahkan atau mendeskripsikan spesifikasi desain ke dalam fitur fisik. Pengembangan secara khusus berarti proses menghasilkan materi pembelajaran. Sedangkan menurut Tessmer dan Richey (Alim Sumarno, 2012) pengembangan tidak hanya berfokus pada analisis kebutuhan, tetapi juga pada isu-isu luas tentang analisis awal-akhir, seperti analisis kontekstual. Pengembangan bertujuan untuk menghasilkan produk berdasarkan temuan uji lapangan.

Pada hakikatnya pembangunan adalah upaya pendidikan, baik formal maupun nonformal yang dilaksanakan secara sadar, terencana, terarah, teratur dan bertanggung jawab untuk memperkenalkan, menumbuhkan, membimbing, mengembangkan kepribadian, pengetahuan, keterampilan yang seimbang, lengkap, harmonis sesuai dengan bakat, keinginan dan kemampuan, sebagai bekal inisiatif sendiri untuk memperbaiki,

meningkatkan, mengembangkan diri menuju pencapaiannya. harkat, kualitas dan kapabilitas manusia yang optimal serta pribadi yang mandiri (Iskandar Wiryokusumo, 2011).

Berdasarkan beberapa definisi ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa pengembangan adalah upaya atau langkah yang dilakukan secara sadar, terencana, diarahkan untuk membuat suatu produk, memperbaiki produk yang sudah ada, sehingga menjadi produk yang semakin meningkat berguna dalam meningkatkan kualitas untuk menciptakan kualitas yang lebih baik.

## **2. Hakikat Teknik**

Teknik didefinisikan sebagai cara seseorang menerapkan dan mempraktikkan suatu metode. Jika dikaitkan dengan pelajaran olahraga, teknik berarti cara seseorang dapat mempraktikkan suatu metode sesuai dengan olahraga yang ditangani. Pengertian teknik dalam ranah olahraga adalah pemberian metode-metode baru agar gerakan-gerakan lebih mudah untuk dilatih dan hasil yang lebih sempurna. Setiap olahraga pasti memiliki teknik yang dimulai dari tahapan paling dasar.

Secara sederhana, teknik dapat diartikan sebagai metode. Teknik menendang bola merupakan cara menendang bola, teknik memukul (*spike*) bola dalam permainan bola voli merupakan cara atlet bola voli memukul bola dengan keras dan diarahkan ke pertahanan lawan. Begitu juga dengan teknik olah raga lainnya yang kesemuanya dapat diartikan dengan cara

seperti memukul, menendang, menggiring bola, menghindar, menarik, mendorong, melompat, mengayun, berlari, dan lain sebagainya. Pengertian teknik sebagaimana dikemukakan di atas belum menggambarkan arti sebenarnya dari teknik dalam olahraga.

Penerimaan seseorang atau atlet terhadap suatu teknik olahraga tertentu merupakan cerminan dari tingkat keahlian yang dimilikinya dengan teknik tersebut. Semakin baik teknik seseorang dalam suatu olahraga, semakin tinggi tingkat keahlian yang dimilikinya. Oleh karena itu, para ahli cenderung menyebutnya keterampilan teknis. Bompa / Haff (2009) teknik dapat diartikan sebagai cara melakukan suatu keterampilan atau latihan fisik.

Selain itu, penguasaan teknik yang baik akan menghemat penggunaan dan tenaga, karena kualitas teknik yang baik dapat membuat penggunaan gerakan lebih efisien. Artinya, semakin banyak teknik yang dimiliki seseorang atau atlet, semakin efisien atlet tersebut menggunakan energi yang dibutuhkan untuk melakukan suatu gerakan.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan teknik dalam olahraga adalah suatu cara yang digunakan oleh seorang atlet untuk menyelesaikan atau menyelesaikan suatu tugas gerak dalam olahraga secara efektif dan efisien. Yang dimaksud dengan tugas gerak di sini adalah suatu bentuk tindakan motorik yang dilakukan seseorang dalam olahraga untuk mencapai suatu tujuan gerak. Sedangkan cara efektif sesuai

dengan tujuan yang diharapkan dan efisien berarti hemat dalam penggunaan energi.

Pada dasarnya teknik dapat dibedakan berdasarkan tuntutan atau kebutuhan suatu olahraga. Karenanya, setiap cabang olahraga membutuhkan teknik yang berbeda. Salah satu unsur yang membedakan kegiatan olahraga adalah teknik atau keterampilan motorik yang dibutuhkan (Bompa & Haff, 2009). Berdasarkan tingkat penguasaan seseorang terhadap suatu teknik olahraga tertentu, teknik dalam olahraga dibedakan menjadi tiga tingkatan, yaitu:

a. Teknik dasar

Teknik dasar sering disebut sebagai teknik standar yang terdapat pada setiap cabang olahraga. Bompa & Haff (2009) mengemukakan bahwa setiap kegiatan olahraga memiliki standar teknis atau model tertentu. Teknik dasar adalah teknik dasar yang terdapat pada setiap cabang olahraga. Teknik dasar ini merupakan keterampilan dasar yang harus dimiliki setiap orang yang berlatih olahraga. Karena merupakan keterampilan dasar, teknik dasar dapat dilakukan dengan lebih mudah dan tidak terlalu membutuhkan kondisi fisik. Namun, ada juga teknik olahraga yang sangat membutuhkan kondisi. Penguasaan teknik dasar sangat ditentukan oleh tingkat kondisi fisik orang yang mengerjakannya. Dengan kata lain kualitas kondisi fisik sangat menentukan tingkat penguasaan suatu teknik atau motorik yang dipelajari. Teknik dasar suatu olahraga dapat

ditingkatkan dan dikuasai dengan baik jika didukung oleh kondisi fisik yang menentukan penguasaan teknik dasar tersebut.

#### b. Teknik Lanjutan

Adapun salah satu bentuk pengembangan teknik dasar adalah teknik lanjutan, yaitu penguasaan teknik olah raga dengan tingkat koordinasi yang lancar. Pada tingkat koordinasi halus ini, seseorang mampu melakukan teknik olahraga dengan baik dan lancar, bahkan dalam kondisi yang tidak menguntungkan untuk melakukan teknik tersebut. Pada tahap ini dibutuhkan dukungan kondisi fisik yang lebih sulit dibandingkan pada tahap sebelumnya. Semua teknik dasar dalam setiap olahraga dapat dilakukan dengan benar dan lancar bahkan dengan tuntutan yang semakin kompleks. Dalam pengertian koordinasi gerak, pada teknik lanjutan terdapat peningkatan kualitas teknik gerak atau keterampilan motorik olahraga secara signifikan. Oleh karena itu, teknik lanjutan telah didukung oleh faktor kondisi fisik yang menjadi prasyarat untuk penguasaan teknik yang dipelajari. Faktor kondisi fisik pendukung memberikan kesempatan kepada seseorang untuk menguasai suatu teknik atau keterampilan motorik pada suatu cabang olahraga tertentu. Di sisi lain, dapat dipastikan bahwa seorang atlet dapat lebih mengembangkan berbagai teknik gerakan di luar teknik dasar yang telah dipelajari sebelumnya.

### c. Teknik tinggi

Teknik tinggi disebut juga teknik atau keterampilan motorik dengan tingkat kesulitan yang tinggi, karena secara kualitas berada di atas teknik dasar dan teknik lanjutan. Artinya, pada teknik tinggi ini atlet mampu melakukan berbagai bentuk variasi gerakan teknik olahraga dengan tingkat koordinasi gerakan terbaik. Pada level ini seringkali terdapat motor action yang mengejutkan dari para atlet dalam sebuah pertandingan. Penguasaan dan pengembangan teknik olahraga hanya dapat dilakukan oleh seorang atlet jika atlet tersebut dalam kondisi fisik yang prima sesuai dengan tuntutan olahraga tersebut. Perkembangan teknik yang tinggi sangat ditentukan oleh kemampuan kondisi fisik, karena teknik tinggi dilakukan dalam berbagai kondisi dan kondisi lingkungan yang berubah. Jika dilihat dari sudut pandang teori gerak, teknik tinggi dapat dikategorikan sebagai pembelajaran motorik tingkat ketiga, dimana setiap gerakan dapat dilakukan dengan koordinasi yang sangat baik dan halus.

## 3. Definisi Senam

### A. Senam

Kata senam berasal dari kata bahasa Inggris *gymnastics*, istilah *gymnastics* berasal dari kata Yunani kuno *gymnos*, yang berarti telanjang. Penggunaan istilah tersebut diterapkan pada jenis latihan yang dilakukan di tempat yang disebut *gymnasium*, tempat atlet Yunani kuno melakukan latihan mereka tanpa mengenakan pakaian. *Gymnastics* artinya senam atau

olahraga baik untuk kesegaran jasmani maupun untuk mencapai prestasi yang maksimal. Di Indonesia senam sudah dikenal sejak jaman penjajahan belanda sebagai senam. Sementara itu, Jepang menyebut senam dengan istilah taiso. Sejak zaman Yunani kuno hingga era saat ini, senam telah mengalami perkembangan pesat seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal itu dapat dilihat dari bentuk gerakan, sistematika latihan dan tujuannya.

Senam adalah olahraga yang dirangkai khusus dengan intensitas gerak dinamis biasanya diiringi tatanan musik yang khas serta selalu mempertontonkan kekuatan, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, dan kesempurnaan pelakunya (Fahmi, 2001: 1). Senam adalah aktifitas fisik yang dilakukan sebagai cabang olahraga tersendiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya, senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan dikelompokkan menurut umur pesenam jika usia muda, maka beban yang dilakukan ringan dan meningkat terus untuk usia remaja hingga dewasa (Husnul, 2011: 10).

Senam merupakan salah satu aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Gerakan senam sangat cocok untuk ditekankan pada program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dituntutnya, seperti kekuatan otot dan ketahanan dari seluruh bagian tubuh. Selain itu, senam juga memberikan kontribusi yang besar terhadap perkembangan gerakan dasar fundamental yang penting untuk

aktivitas fisik pada olahraga lainnya, terutama dalam hal cara mengatur tubuh secara efektif dan efisien.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), senam adalah gerak badan dengan gerakan tertentu seperti menggeliat, menggerakkan dan meregangkan anggota badan. Dikutip dari Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (2010), senam adalah setiap bentuk pembelajaran fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu.

Adapun beberapa pengertian senam dari para ahli, berikut adalah pengertian senam menurut para ahli yang ada :

#### **1. Madijono (2010:1)**

Menurut Madijono, senam merupakan salah satu bentuk latihan fisik yang sistematis, teratur dan terencana dengan melakukan gerakan-gerakan tertentu untuk memperoleh manfaat bagi tubuh.

#### **2. Sutrisno dan Khadafi (2010:60)**

Pengertian senam menurut Sutrisno dan Khadafi adalah segala bentuk senam yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang dipilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu.

### **3. Margono (2009:19)**

Menurut Margono, pengertian senam adalah latihan gerak tubuh yang dipilih dan dibuat dengan rencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan kepribadian yang harmonis.

### **4. Imam Hidayat dalam Hendra Agusta (2009:9)**

Menurut Imam Hidayat dalam Hendra Agusta (2009: 9), senam merupakan salah satu bentuk latihan tubuh yang sengaja dipilih dan dikonstruksi, dilaksanakan secara sadar dan terencana, tersusun secara sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan serta menanamkan mental dan spiritual.

Berdasarkan definisi para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa definisi senam merupakan suatu bentuk latihan gerakan tubuh yang disusun secara sistematis, terencana dan untuk mencapai tujuan tertentu.

### ***B. Aerobic Gymnastics***

Senam aerobik merupakan olahraga yang biasa dilakukan untuk menjaga kebugaran dan memiliki sifat menyenangkan serta memberi manfaat bagi tubuh. Selain bersifat menjaga kebugaran yang biasa disebut *fun aerobic*, ada juga senam aerobik prestasi yang sering disebut dengan *aerobic gymnastics*.

*Aerobic gymnastics* merupakan kemampuan melakukan gerakan secara terus menerus berintensitas tinggi dan rumit yang memiliki pola mengacu

pada musik, yang berdasar dari kemampuan aerobik tradisional. Penampilan tersebut harus memperlihatkan gerakan kelentukan, kekuatan, serta menggunakan tujuh langkah dasar (*basic step*) dan mampu menampilkan berbagai macam faktor kesulitan secara sempurna.

*Sports Aerobics* merupakan pengembangan dari senam aerobik sehingga bersifat kompetitif, senam aerobik berupa tarian atau senam tertentu dipadukan dengan gerakan akrobatik yang sulit. Senam ini merupakan olahraga senam berupa koreografi yang disusun secara khusus dengan intensitas gerak yang dinamis di iringi irama musik yang tepat dan khas (Fahmi F, 2001: 2). Susunan gerakan biasanya disiapkan sesuai dengan karakter (tokoh/cerita) yang ingin dimunculkan, namun koreografinya harus selalu menunjukkan kekuatan, kelincahan, kelenturan, keseimbangan dan kesempurnaan dalam pelaksanaannya.

Nomor yang di pertandingkan dalam *sport aerobic* terdiri dari perseorangan putra, perseorangan putri, campuran/ganda (1 putra 1 putri), trio (3 orang), grup (5 orang), *aerobic dance* (8 orang), dan *aerobic step* (8 orang). Cabang *Aerobic gymnastics* termasuk cabang olahraga yang singkat bila dilihat, yaitu: 1 menit 30 detik untuk kategori perorangan putra dan putri, dan 1 menit 45 detik untuk kategori berpasangan, trio, grup, sedangkan untuk kelompok usia waktu yang di perbolehkan mulai dari 1 menit 15 detik sampai dengan 1 menit 30 detik, sehingga banyak unsur fisik yang terlibat di dalamnya, antara lain: kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan *power* di setiap penampilannya.

Peraturan dalam *aerobic gymnastics* sudah diatur dalam *code of point* yang dibentuk oleh FIG (*Federation Internationale de Gymnastique*). Peraturan ini berlaku untuk seluruh negara yang menjadi anggota dan akan mengalami perubahan setiap 4 tahun sekali. Perubahan biasanya didasari oleh evaluasi maupun hasil perkembangan kemampuan kondisi fisik, *skill*, teknik atau hal lainnya.

Dalam *code of point aerobic gymnastics* juga di jelaskan tentang ketentuan pakai untuk tiap atletnya baik putra maupun putri, misalnya tiap atlet harus menggunakan emblem pengenalan daerahnya (kejuaraan nasional/daerah) ataupun bendera negaranya (kejuaraan internasional), setiap atlet harus menggunakan sepatu putih dan kaos kaki putih, bagi atlet putri tidak boleh memakai make up yang terlalu tebal, pakaian tidak boleh longgar, saat pertandingan tidak diperbolehkan menggunakan perhiasan, dan untuk atlet wanita wajib menggunakan stoking warna kulit. Jika ada yang melakukan pelanggaran akan ada pengurangan atau sanksi dari juri.

Jumlah juri dalam senam aerobik terdiri dari 4 juri eksekusi, 4 juri artistik, 2 juri *difficulty*, 2 juri garis, 1 juri waktu, 1 juri hakim dan juri *superior*. Masing-masing juri memiliki tugas yang berbeda-beda ada yang menilai gerakan, menghitung ketukan musik, menilai keindahan, keserasian gerak terhadap musik dan lain sebagainya. Untuk juri *superior* sendiri bertugas untuk mengawasi jalannya pertandingan mulai dari mengoreksi setiap penilaian juri, dan memberi peringatan kepada juri yang melakukan

kesalahan. Jadi tugas juri superior lebih sebagai pengawas pertandingan dari awal sampai akhir.

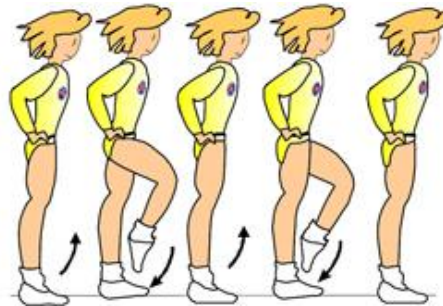
Komponen yang dinilai di senam aerobik ini sendiri terdiri dari beberapa jenis, antara lain ada komposisi antara musik dan gerakan sampai elemen yang di lakukan. Setiap gerakan di hitung besar kecil kesalahannya sesuai kriteria yang sudah ada dalam *code of point*. Mulai dari kesalahan kecil dengan potongan 0.1, kesalahan sedang dengan potongan nilai 0.3, sampai kesalahan besar dengan potongan nilai 0.5 dan gagal dengan potongan nilai 1.0. Pemotongan maksimal ada di kesalahan besar yaitu 0.5 jadi jika atlet masih bisa melakukan elemen yang di tampilkan namun tidak maksimal maka akan di potong 0.5 namun jika dia terjatuh saat melakukan elemen ini di anggap gagal.

Adapun *difficulty* (elemen) yang harus di kuasai oleh atlet, elemen-elemen ini terdiri dari 4 grup yaitu grup A dengan kumpulan elemen *push up*, *explosive pu*, *explosive support*, *leg circule*, dan *helicopter*. Grup B dengan kumpulan elemen *support*, *v-support*, dan *horizontal support*. Grup C dengan kumpulan elemen *straight jump*, *horizontal jump*, *bent leg's jump*, *pike jump*, *straddle jump*, *split jump*, *scissors leap*, *scissors jump*, *off axis jump*, dan *butterfly jump*. Grup D dengan kumpulan elemen *split*, *turn*, *balance turn*, *illusion*, dan *kick*. Dari tiap kumpulan elemen itu masih di bagi lagi dalam beberapa bagian yang cukup banyak dimana atlet dapat memilih elemen mana yang bisa atlet kuasai dan lakukan dengan sempurna.

*Aerobic gymnastics* adalah olahraga yang menarik dan kompetitif yang menuntut pola gerakan yang aktif dengan musik dan bergerak dengan cepat. Pada 1995 *Federasi Internasional de Gymnastique (FIG)* mengadopsi *Sports Aerobics* sebagai disiplin ke-4 Senam. Kejuaraan Dunia Pertama yang diselenggarakan oleh FIG di Paris, Prancis. Setiap tahunnya kejuaraan dunia aerobic gymnastics di ikuti banyak negara yang berpartisipasi. Lalu untuk kejuaraan Internasional dan Dunia aerobic gymnastics yang paling populer diantaranya adalah : *FIG World Aerobic Championships (rotating European countries)*, *World Aerobic Championships (USA)*, dan *Suzuki World Cup*.

### C. Teknik Dasar Gerak Senam Aerobik

#### 1. *MARCH*

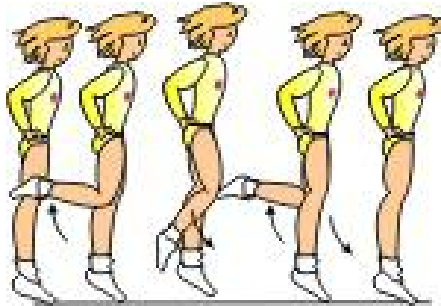


Gambar 1. (sumber : *code of point 2017-2020*)

*March* merupakan gerakan mengangkak kaki tekuk di depan tubuh seperti jalan di tempat. Pergelangan kaki menunjukkan ujung kaki runcing, gerakan kaki keatas dan kebawah. tubuh bagian atas tegak, tidak ada pergerakan tambahan tubuh bagian atas, tubuh tetap tegak tidak ikut

bergerak naik turun atau maju mundur. Dari posisi diam dan tegak kaki naik kurang lebih 30-40°.

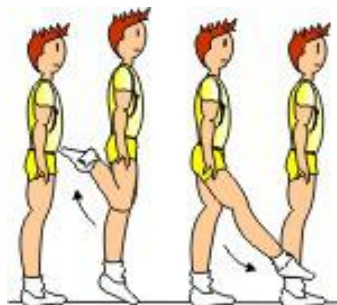
## 2. *JOG*



Gambar 2. (sumber : *code of point 2017-2020*)

*Jog* atau *Jogging* gerakan kaki belakang (tumit) diangkat secara maksimal ke belakang bagian pantat. Pinggul dan bagian atas tubuh tetap tegak, kaki melakukan gerakan secara bergantian kanan dan kiri, pergelangan kaki runcing. Tekukan lutut 110-130° ke arah pantat.

## 3. *SKIP*

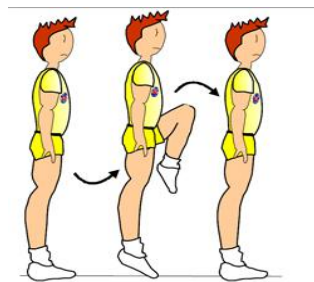


Gambar 3. (sumber : *code of point 2017-2020*)

Gerakan lompatan dimulai seperti melakukan gerakan *jog* dengan mengarahkan kaki ke pantat lalu menendangkan kaki kedepan dengan

posisi kaki lurus, tendangan rendah dengan lompatan dengan posisi pergelangan kaki runcing. Tubuh bagian atas tetap tegak, melakukan secara bergantian kaki kanan kiri.

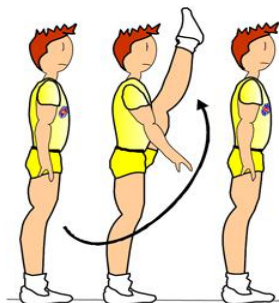
#### 4. ***KNEE LIFT***



Gambar 4. (sumber : *code of point 2017-2020*)

Gerakan dimana kaki diangkat tinggi ke atas minimal  $90^\circ$  dengan posisi lutut tekuk. Ketika paha sejajar dengan perut atau sudah  $90^\circ$  ujung kaki runcing, satu kaki sebagai tumpuan dengan posisi lutut lurus. Tubuh bagian atas tetap tegak, pinggul di jaga agar tidak ikut bergerak.

#### 5. ***KICK***



Gambar 5. (sumber : *code of point 2017-2020*)

Gerakan mendangan kaki tinggi lurus keatas mendekati wajah minimum setinggi bahu. Saat melempar kaki keatas posisi kaki yang di lempar dan kaki yang digunakan sebagai tumpuan lurus lutut tidak boleh ditekuk, pergelangan kaki yang di lempar runcing. Tubuh bagian atas tetap tegak tidak bongkok.

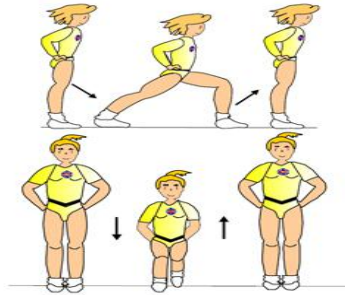
## 6. *JACK*



Gambar 6. (sumber : *code of point* 2017-2020)

Gerakan melompat dengan membuka kaki dengan kaki tertekuk dan menutup kaki kembali dengan posisi kaki rapat. Melakukan gerakannya adalah dengan membuka kaki selebar bahu, lutut dan kaki mengarah ke luar. Saat posisi kaki membuka tubuh turun mengikuti lebar bukaan kaki lalu kembali ke posisi awal yaitu kaki rapat. Saat melakukan gerakan tubuh atas tegak tidak bungkuk, atau arah maju mundur.

## 7. *LUNGE*



Gambar 7. (sumber : *code of point 2017-2020*)

Gerakan melompat dengan membuka kaki selebar bahu, dengan arah satu kaki lurus ke belakang dan satu kaki lagi di tekuk ke arah depan. Posisi tubuh sedikit ke depan untuk keseimbangan (kaki depan adalah tumpuan). Gerakan melompat dengan membuka kaki secara bergantian kanan kiri, saat melakukan gerakan tubuh atas tegak tidak bungkuk.

## 4. Audiovisual

### A. Pengertian Audiovisual

Audiovisual merujuk kepada pemakaian komponen suara (audio) serta komponen foto (visual), dibutuhkan beberapa perlengkapan untuk bisa menyajikan audiovisual ini. Film dan program televisi adalah sebagian contoh dari penyajian audiovisual. (*wikipedia. com*)

Audio dalam kamus bahasa Indonesia artinya dapat didengar, sedangkan visual artinya dapat dilihat dengan mata, sedangkan audiovisual artinya dapat dilihat dan didengar. Sedangkan dalam Djamara (2006: 124), media

audiovisual merupakan media yang mampu merangsang indera penglihatan dan indera pendengaran secara bersama-sama, karena media ini memiliki unsur suara dan unsur gambar. Media audiovisual pada hakikatnya merupakan representasi (penyajian) realitas, terutama melalui penginderaan, penglihatan dan pendengaran yang bertujuan untuk menunjukkan pengalaman pendidikan yang nyata kepada peserta didik. Cara ini dinilai lebih tepat, cepat, dan mudah dibandingkan melalui percakapan, pemikiran, dan cerita tentang pengalaman pendidikan. (Ishak Abdullah, 2013: 82)

Sesuai dengan namanya, media ini merupakan gabungan antara audio dan visual atau bisa juga disebut media listening-sight. Audiovisual akan menjadi penyajian bahan ajar yang lebih lengkap dan optimal kepada siswa. Selain itu, media ini dalam batasan tertentu juga dapat menggantikan peran dan tugas guru/pelatih. Hal ini dikarenakan penyajian materi dapat digantikan oleh media, dan guru/pelatih dapat beralih menjadi fasilitator pembelajaran yang memudahkan siswa dalam belajar. Contoh media audiovisual termasuk program video atau televisi, video instruksional atau televisi, dan program slide suara. (Hamdani, 2011: 249)

Menurut Marshall Meluhan, pengertian media adalah perpanjangan tangan manusia yang memungkinkannya mempengaruhi orang lain yang tidak berhubungan langsung dengannya. Media audiovisual berasal dari kata media yang berarti suatu bentuk perantara yang digunakan manusia untuk menyampaikan atau menyebarkan gagasan, gagasan, atau pendapat

sehingga gagasan, pendapat atau gagasan yang diungkapkan sampai kepada penerima yang dituju.

Dale mengatakan media Audiovisual merupakan media belajar mengajar yang mengaktifkan mata dan telinga siswa selama proses belajar mengajar. Media audiovisual merupakan salah satu jenis media yang selain mengandung elemen suara juga mengandung elemen gambar yang terlihat, seperti rekaman video, berbagai ukuran film, slide suara, dan lain sebagainya. Kemampuan media ini dinilai lebih baik dan menarik, karena mengandung dua unsur yaitu jenis media pertama dan kedua.

Dari pendapat para ahli diatas menurut saya audiovisual merupakan media pengajaran yang dapat didengar dan dilihat melalui video, gambar dan suara dengan jelas, guna memudahkan penyampaian materi sehingga dapat menyampaikan pengertian atau informasi secara lebih konkrit. cara dari apa yang disampaikan secara lisan atau tertulis. Contoh media audio visual antara lain film, video, slide suara, dll. Dalam pengembangan media video, setelah program video selesai, hasilnya dapat ditampilkan melalui *Digital Video Disc (DVD)*, aplikasi sharing seperti *Google Drive* atau melalui *Youtube*.

## **B. Macam Audiovisual**

Media video audiovisual terdiri atas audio visual diam, yaitu media yang menampilkan suara dan gambar diam seperti film bingkai suara (*sound slides*), film rangkai suara dan audio visual gerak yaitu media

yang menampilkan unsure suara dan gambar yang bergerak seperti film suara dan *video cassette*.

Dilihat dari segi keadaannya, media audivisual dibagi menjadi audiovisual murni yaitu unsure suara maupun unsure gambar berasal dari suatu sumber seperti film audio *cassette*. Sedangkan audio visual tidak murni yaitu unsure suara dan gambarnya berasal dari sumber yang berbeda, misalnya film bingkai suara yang unsur gambarnya bersumber dari slide proyektor dan unsure suaranya bersumber dari *tape recorder*.

Dilihat dari daya liputnya, media dibagi menjadi 2 yaitu: pertama, media dengan gaya liput luas dan serentak. Penggunaan media ini tidak terbatas oleh tempat dan ruang serta dapat menjangkau jumlah anak didik yang banyak dalam waktu yang sama. Kedua, media dengan daya liput yang terbatas oleh ruang dan tempat. Media ini dalam penggunaannya membutuhkan ruang dan tempat yang khusus seperti film, *sound slide*, film rangkai, yang harus menggunakan tempat tertutup dan gelap. Sedangkan jika dilihat dari bahan pembuatannya media dibagi atas media sederhana yakni media yang bahan dasarnya mudah diperoleh dengan harga murah, cara pembuatannya mudah, dan penggunaannya tidak sulit. Sedangkan media kompleks yakni media dengan bahan yang sulit terdapat alat tidak mudah dibuat dan harga relatif mahal. (Fathurrohman dan Sobry Sutikno, 2011: 68)

Sebagai alat bantu dalam pendidikan dan pengajaran, media audio visual mempunyai sifat sebagai berikut, kemampuan meningkatkan pemahaman terhadap materi yang di sampaikan, kemampuan untuk meningkatkan transfer belajar, kemampuan untuk memberikan penguatan atau pengetahuan hasil yang dicapai, dan kemampuan untuk meningkatkan ingatan. Media audiovisual juga mempunyai beberapa kelebihan antara lain : (1) gambar yang diproyeksikan secara jelas akan menarik perhatian, (2) isi dapat dilihat berulang-ulang serta dapat diputar kembali, (3) sesuai bagian yang diinginkan, (4) pemakaian tidak terikat oleh waktu, (5) sangat praktis dan menyenangkan, (6) relatif tidak mahal karena dapat dipakai berulang kali, dan (7) pertunjukan isi dapat dipercepat atau diperlambat. Dengan media audiovisual ini, seorang pengajar dapat dengan mudah untuk menjelaskan materi yang disampaikan, mendapatkan tanggapan, sehingga materi dapat jelas dan dimengerti oleh peserta didik sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

### **C. Ciri-ciri Audiovisual**

Pengajaran melalui audiovisual jelas bercirikan penggunaan perangkat keras dalam proses belajar, contohnya seperti mesin proyektor film, *tape recorder*, dan proyektor visual yang lebar. Ciri-ciri utama teknologi media audio visual ialah sebagai berikut, biasanya bersifat linier, menyajikan visual yang dinamis, dipakai dengan cara yang sudah diterapkan sebelumnya oleh perancang maupun pembuatnya, merupakan representasi fisik dari gagasan real atau gagasan abstrak, dikembangkan menurut

prinsip psikologis behaviorisme dan kognitif, berorientasi kepada guru dengan tingkat kelibatan interaktif murid yang rendah.

#### **D. Manfaat Audiovisual**

Berikut dibawah ini manfaat menggunakan audiovisual :

- Mempermudah dalam menyajikan serta menerima pembelajaran maupun informasi serta bisa menghindarkan salah pengertian.
- Mendorong rasa keingin tahuan , hal ini disebabkan karena sifat audio visual yang menarik dengan gambar yang dibuat semenarik mungkin membuat anak tertarik serta memiliki keinginan untuk mengetahui lebih banyak.
- Memastikan pengertian yang diperoleh sebab selain dapat menampilkan gambar, grafik, diagram maupun cerita. Sehingga mengekalkan pengertian. Pembelajaran yang diserap melalui penglihatan (*visual*) sekaligus dengan pendengaran (audio) bisa mempercepat daya serap anak didik dalam memahami pelajaran yang disampaikan.
- Tidak membosankan, maksudnya ialah karena sifatnya yang variatif, siswa dalam pembelajaran tidak merasa bosan, karena sifatnya yang beragam film, tiga dimensi atau empat dimensi, dokumenter dan yang lainnya. Hal ini dapat menciptakan sesuatu yang variatif tidak tidak membosankan para siswa.

## 5. Hakikat Anak Usia 7-8 Tahun

Usia dini merupakan periode awal yang paling penting dan mendasar sepanjang rentang pertumbuhan serta perkembangan kehidupan manusia. Masa ini ditandai oleh berbagai periode penting yang fundamental dalam kehidupan anak selanjutnya sampai periode akhir perkembangannya. Salah satu periode yang menjadi pencirian masa usia dini adalah periode keemasan. Banyak konsep dan fakta yang ditemukan memberikan penjelasan periode keemasan pada masa usia dini, yaitu masa semua potensi anak berkembang paling cepat. Beberapa konsep yang disandingkan untuk masa anak usia dini adalah masa eksplorasi, masa identifikasi/imitasi, masa peka, masa bermain, dan masa membangkang tahap awal. Namun, di sisi lain anak usia dini berada pada masa kritis, yaitu masa keemasan anak tidak akan dapat diulang kembali pada masa-masa berikutnya, jika potensi-potensinya tidak distimulasi secara optimal dan maksimal pada usia dini tersebut. Dampak dari tidak terstimulasinya berbagai potensi saat usia emas, akan menghambat tahap perkembangan anak berikutnya. Jadi, usia emas hanya sekali dan tidak dapat diulang lagi.

Batasan tentang anak usia dini antara lain disampaikan oleh NAEYC (*National Association for The Education of Young Children*), yang mengatakan bahwa anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-8 tahun, yang tercakup dalam program pendidikan di taman penitipan anak, penitipan anak pada keluarga (*family child care home*),

pendidikan prasekolah baik swasta maupun negeri, TK, dan SD (NAEYC, 1992).

Jean Piaget, seorang ahli perkembangan anak memasukkan anak usia dini pada masa praoperasional (2-7 tahun). Salah satu ciri pada masa praoperasional ini adalah bersifat egosentris. Oleh karena itu peran pendidik dalam hal ini adalah membantu mengurangi egosentrisme anak dengan berbagai kegiatan misalnya: mengajak anak mendengarkan cerita (*story telling*), melatih kepedulian sosial dan empati anak dengan memberi bantuan pada anak yatim atau korban bencana, memutar film tentang konflik kemanusiaan lalu dibahas bersama-sama, dan lain-lain.

Menurut Piaget (dalam Arifin 2016:55), periode-periode yang paling umum dalam perkembangan kognitif anak dapat dikategorikan sebagai :

- a. Periode I : Kepandaian Sensorik-Motorik (Sejak lahir – 2 tahun)
- b. Periode II : Pikiran Pra-Operasional (2 – 7 tahun)
- c. Periode III : Operasi Berpikir Konkret (7 – 11 tahun)
- d. Periode IV : Operasi Berpikir Formal ( 11 tahun – dewasa)

Seringkali kita saksikan bahwa anak cepat sekali berpindah dari suatu kegiatan ke kegiatan yang lain. Anak memang mempunyai rentang perhatian yang sangat pendek sehingga perhatiannya mudah teralihkan pada kegiatan lain. Hal ini terjadi terutama apabila kegiatan sebelumnya dirasa tidak menarik perhatiannya lagi. Kita perlu memperhatikan karakteristik ini sehingga selalu berusaha membuat suasana yang menyenangkan dalam

mendidik mereka. Jika perlu ada pengarahan pada anak, maka waktu untuk pengarahan tersebut sebaiknya kurang dari 10 menit.

Ada beberapa titik kritis yang perlu diperhatikan pada anak yang berbeda dengan anak usia sesudahnya. Titik kritis tersebut adalah sebagai berikut (Kartadinata, 2003).

1. Datang ke dunia yang diprogram untuk meniru. Anak secara konstan mencontoh apa yang dilihat dan didengarnya. Semua kata, perilaku, sikap, keadaan, perasaan, dan kebiasaan anak atau orang dewasa di sekitarnya akan dia amati, dicatat dalam pikirannya, kemudian akan ditirunya. Imitasi atau peniruan ini merupakan salah satu cara belajar utama anak. Oleh karena itu, pemberian contoh merupakan hal yang paling penting dalam melatih anak.
2. Membutuhkan latihan dan rutinitas. Melakukan sesuatu secara berulang-ulang merupakan suatu keharusan sekaligus kesenangan bagi anak. Mereka tak pernah bosan berulang-ulang melakukan sesuatu, misalnya: memungut kerikil, menempel gambar, atau mendengarkan cerita, dan lain lain. Pengulangan ini merupakan latihan bagi anak untuk menguasai keterampilan tertentu. Selain itu, rutinitas juga merupakan proses belajar yang penting bagi kehidupan anak karena anak mengembangkan berbagai kebiasaan baik melalui rutinitas ini, misalnya: melatih kebiasaan mencuci tangan sebelum makan, berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, mengucapkan terima kasih pada orang lain, dan sebagainya.

3. Membutuhkan pengalaman langsung. Orang dewasa memiliki kemampuan mental untuk menghadapi situasi baru, mencari alasan dalam menjawab persoalan, menggambarkan pemecahan masalah dalam pikirannya dan mengungkapkan suatu gagasan baru. Sedangkan anak belum memiliki kemampuan mental yang cukup matang seperti itu. Pemerolehan pengetahuan pada anak lebih banyak diperoleh dari pengalaman langsung. Anak banyak belajar pada sesuatu yang hadir secara nyata di depannya. Dia belajar dengan tubuh dan indranya sendiri, misalnya dengan cara melihat, mendengar, menyentuh, mencicipi, dan mencium.
4. Trial and error menjadi hal pokok dalam belajar. Anak memang suka mencoba-coba. Tiap kali dia gagal, dia tidak akan bosan untuk mencoba dan mencobanya lagi. Oleh karena itu, sebagian pelatih atau pendidik perlu memberikan kesempatan pada anak untuk mencoba dulu dengan caranya sendiri, meskipun kita tahu bahwa cara yang dia lakukan keliru. Kita perlu memotivasi anak untuk melakukan dan mengulangnya lagi, karena ketekunan merupakan kunci keberhasilan hidup dan belajar. Selain itu, pelatih juga diharapkan siap untuk menunjukkan cara-cara yang benar dalam melakukan sesuatu jika anak tampak sudah lelah dengan kegagalannya atau jika anak bertanya.

## B. Penelitian yang Relevan

1. Peneliti melakukan penelitian pengembangan ini berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Irani Trisnanda (2018) yang berjudul “Pengembangan Teknik Gerak Dasar Senam Ritmik Rangkaian *freehand* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-11 Tahun”. Dalam penelitian tersebut, hasil validasi ahli materi sebesar 93.75% (sangat sesuai) dan ahli media sebesar 88.89% (sangat sesuai). Hasil uji coba lapangan utama didapatkan penilaian 98.3% (sangat sesuai). Produk berupa media belajar audiovisual untuk mendukung latihan senam ritmik usia 7-11 tahun. Produk tersusun atas satu rangkaian gerak *freehand* dan gerak bagian (*slowmotion*) yang dilengkapi dengan keterangan. Pemilihan gerak dilakukan berdasarkan *Code of Point* 2017-2020 dari FIG.
2. Peneliti melakukan penelitian pengembangan ini berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Agus Prestianto (2017) yang berjudul “Pengembangan Software Media Pembelajaran *Stop Motion* Teknik Senam Lantai pada *Smartphone* berbasis *Android*”. Dalam penelitian tersebut, presentase 91,67% responden menyatakan media pembelajaran Sangat Sesuai/Sangat Layak dan 8,33% responden menyatakan media pembelajaran Sesuai/Layak. Keseluruhan mengenai aspek materi dan desain produk diperoleh rata-rata 4.875 dengan kategori Sangat Sesuai atau persentase 97.5% responden menyatakan Sangat Sesuai.

3. Peneliti melakukan penelitian pengembangan ini berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Endang Murti Sulistyowati (2020) yang berjudul “Pengembangan Tes Pemanduan Bakat Usia Dini pada Cabang Olahraga Senam Ritmik Sportif”. Dari penelitian tersebut, validitas antropometri untuk tinggi badan 0,8703, berat badan 0,8957, panjang lengan 0,5655, diameter panggul 0,8342, panjang tungkai 0,7721, tinggi duduk 0,6903 dan validitas biomotor untuk lari 20meter 0,5192, *bridge* 0,5171, *sit and reach* 0,4485, *t-test* 0,6090, *sit up* 0,5694, *vertical jump* 0,6163 sedangkan validitas keterampilan meliputi *straight jump* 0,5452, *pivot passe* 0,5229, *balance backward* 0,5918 dengan analisis korelasi produk moment juga reliabilitas sebesar 0,9204 dengan analisis *alpha cronbach* dan pengembangan berupa buku panduan sebagai pedoman pelaksanaan tes pemanduan bakat usia dini, VCD yang berguna untuk menjelaskan tes yang telah dipaparkan di buku panduan dan menghasilkan norma keberbakatan yang diperoleh dari data skala besar. Adapun norma keberbakatan terdiri dari sangat berbakat dengan skala 26-30, berbakat 21-25, cukup berbakat 16-20, kurang berbakat 11-15 dan tidak berbakat 6-10.
4. Peneliti melakukan penelitian pengembangan ini berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Aden Chrisnanda (2018) yang berjudul “Pengembangn Buku Teknik Dasar Senam Lantai “*Gymnastics On Motion*”. Dalam penelitian tersebut, persentase

89,24% responden menyatakan media pembelajaran masuk dalam kategori Sangat Layak/ Efektif dan 88,5% responden menyatakan media pembelajaran masuk dalam kategori Sangat Layak/ Efektif. Keseluruhan mengenai aspek materi dan desain produk diperoleh rata-rata dengan kategori Sangat Sesuai.

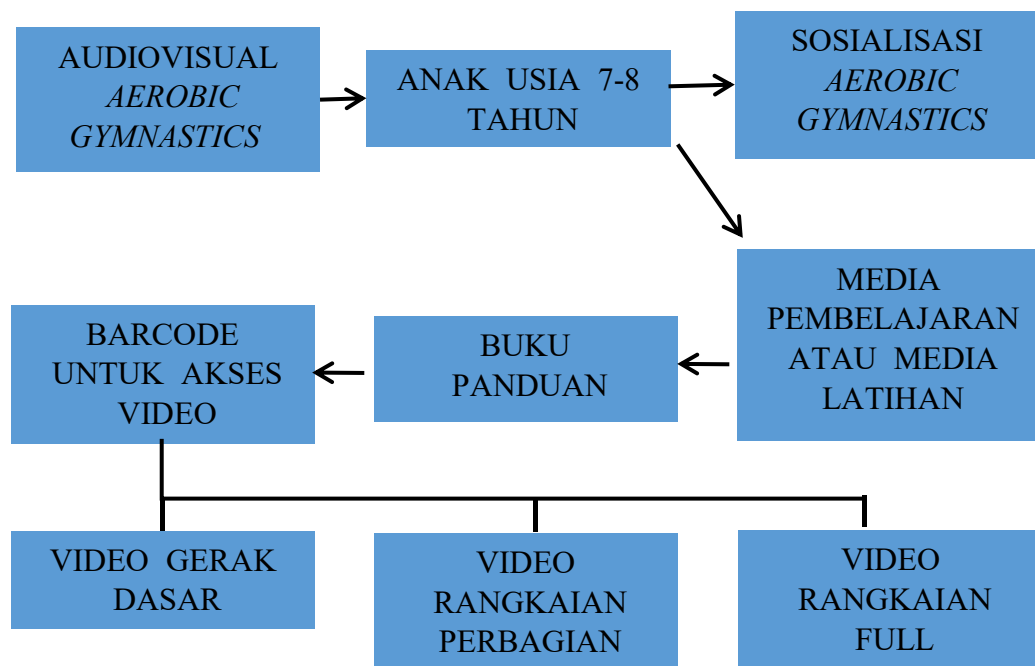
### **C. Kerangka Berpikir**

Usia 7-8 tahun merupakan waktu yang tepat bagi anak untuk belajar sehingga pada saat ini sangatlah penting untuk mendidik dan melatih anak dalam berbagai hal termasuk dalam bidang olah raga seperti senam aerobik. Tahapan ini ditandai dengan adanya suatu sistem operasi berdasarkan apa yang tampak nyata. Anak-anak masih menerapkan logika berpikir pada hal-hal atau hal-hal yang bersifat konkrit, belum abstrak, sehingga anak membutuhkan contoh nyata selama proses pembelajaran dan pelatihan.

Oleh karena itu, media sangat diperlukan selama proses pembelajaran dan pelatihan. Media yang dimaksud adalah media yang dapat ditiru, dan dipelajari oleh anak. Selama latihan, anak-anak dapat melihat pelatih dan atlet lainnya sebagai contoh ketika mereka akan melakukan teknik gerakan senam aerobik dasar untuk divisualisasikan. Namun, ketika mereka tidak bersama pelatih atau di tempat latihan, anak-anak tidak dapat melihat contoh yang baik dan benar. Pentingnya media pembelajaran bagi anak agar tercipta suasana latihan yang menyenangkan, memudahkan pelatih

menyampaikan teknik gerak yang akan dilatih, dan mendorong anak untuk tertarik dengan olahraga senam. Menurut observasi yang dilakukan oleh peneliti masih banyak anak-anak yang belum mengetahui tentang *aerobic gymnastics* dan macam-macam gerak dasar yang ada, serta kurangnya penguasaan gerak anak dalam melakukan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics*.

Hal ini mendorong peneliti untuk mengembangkan model latihan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun, sehingga diharapkan mampu mendukung anak dalam proses latihan, baik di dalam maupun di luar tempat latihan.



## **BAB III**

### **METODE KAJIAN**

Bab ini membahas tentang model pengembangan, langkah-langkah dalam penelitian pengembangan atau prosedur pengembangan *Research and Development* (R&D) melalui model *Borg and Gall* meliputi: penelitian awal dan pengumpulan informasi, perencanaan, pengembangan format produk awal, pengujian awal, revisi produk, pengujian uji coba lapangan, revisi produk, uji coba lapangan, revisi produk akhir, diseminasi dan implementasi (Setyosari 2010: 292).

#### **A. Desain Penelitian**

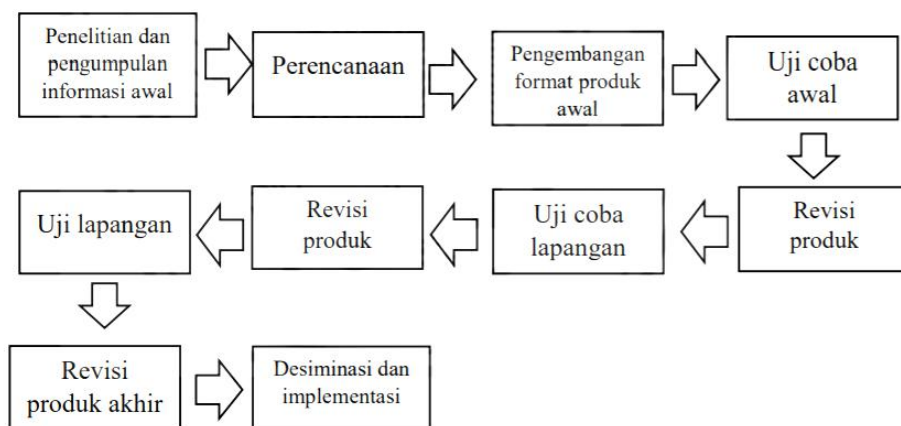
Terdapat tiga model pengembangan yaitu model pengembangan teoritis, konseptual, dan prosedural. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model prosedural. Model prosedural deskriptif merupakan model deskriptif yang menggambarkan alur atau langkah-langkah prosedural yang harus diikuti untuk menghasilkan suatu produk tertentu (Setyosari, 2010: 200). Metode penelitian yang digunakan adalah metode *Research and Development* (R&D), yaitu metode penelitian dan pengembangan yang digunakan untuk menghasilkan dan menguji keefektifan produk tertentu (Sugiyono, 2013: 407). Riset pengembangan adalah proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan.

Tahapan proses penelitian pengembangan menunjukkan suatu siklus yang dimulai dari suatu kebutuhan, suatu masalah yang membutuhkan penyelesaian dengan menggunakan produk tertentu. Langkah-langkah dalam penelitian pengembangan menurut *Borg dan Gall* dalam Setyosari (2010: 292) meliputi : penelitian dan pengumpulan informasi awal, perencanaan, pengembangan format produk awal, uji coba awal, revisi produk, uji coba lapangan, revisi produk, uji coba lapangan, revisi akhir produk, diseminasi dan implementasi.

Berdasarkan analisis kebutuhan, maka dilakukan pengembangan untuk menghasilkan produk berupa teknik gerak *individual women* yang disusun dalam bentuk audiovisual.

## B. Prosedur Pengembangan

Secara prosedural langkah-langkah penelitian pengembangan Research and Development (R&D) menurut *Borg and Gall* adalah sebagaimana pada gambar berikut :



**Gambar 8. Langkah-langkah penelitian dan Pengembangan model *Borg and Gall***

Oleh karena keterbatasan peneliti dan situasi yang kurang memungkinkan maka peneliti melakukan modifikasi dengan hanya memilih 6 dari 10 langkah yaitu sampai dengan uji coba lapangan. Langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian pengembangan ini juga akan disesuaikan dengan waktu penelitian yang terbatas. Berikut adalah langkah-langkah yang diuraikan dalam penelitian ini :

#### 1. Penelitian dan pengumpulan informasi awal

Penelitian dan pengumpulan informasi awal diperoleh dari wawancara dengan orangtua dari anak-anak yang baru mendaftar di selabora senam dan anak-anak yang akan masuk selabora senam. Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah masyarakat luas tahu dan mengenal tentang *aerobic gymnastics*, serta untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi anak pada saat baru berlatih.

#### 2. Perencanaan

Tahap selanjutnya setelah peneliti mengetahui permasalahan diatas langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah melakukan perencanaan pembuatan produk yang akan dibuat, diharapkan produk yang dibuat ini dapat mengatasi masalah tersebut. Merumuskan kecakapan dan keahlian yang berkaitan dengan permasalahan, menentukan tujuan yang akan dicapai pada setiap tahapan.

### 3. Pengembangan produk awal

Pengembangan format produk awal dilakukan dengan membuat desain produk. Desain produk berupa media dua dimensi dalam bentuk video yang di dalamnya terdapat video *slowmotion*, penjelasan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics*, dan rangkaian perbagian serta keseluruhan. Isi dari produk ini mengacu pada *code of point aerobic gymnastics* tahun 2017-2020. Produk disusun dengan menarik, mudah ditiru dan dapat menambah wawasan dan berbagai komponen yang sesuai untuk pembelajaran teknik gerak dasar untuk anak-anak.

### 4. Uji coba awal (uji coba skala kecil)

Tahap berikutnya adalah melakukan uji coba awal. Uji coba awal dapat dilakukan pada kelompok kecil, yaitu 5 siswa kelas 2 SD Negeri Gentan Sleman Yogyakarta. Pada langkah ini pengumpulan dan analisis data dapat dilakukan dengan cara angket, siswa diminta mengisi angket respon terhadap media yang dikembangkan.

### 5. Revisi Produk

Hasil uji coba tahap awal digunakan untuk merevisi produk awal. Revisi produk dilakukan berdasarkan hasil uji coba awal untuk mendapatkan informasi dan masukan untuk perbaikan sesuai dengan masukan yang diperoleh selama uji coba awal.

## 6. Uji Coba Lapangan (Uji Coba Skala Besar)

Tahap selanjutnya setelah dilakukan revisi produk oleh peneliti, berdasarkan hasil uji coba skala kecil adalah uji coba lapangan, dalam uji coba lapangan ini dilakukan uji coba subjek dalam skala besar berjumlah 20 siswa kelas 2, uji coba dilakukan di SD Negeri Gentan Sleman Yogyakarta. Hasil uji coba ini berupa data kuantitatif yang kemudian dianalisis sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian dan pengembangan yang dilakukan peneliti yakni di SD Negeri Gentan yang berlokasi di Jln. Yudistira Gentan, Sinduharjo, Ngaglik Sleman belakang pasar Gentan. Peneliti melakukan penelitian pada tanggal 3 Mei dan 8 Mei 2021. Penelitian dilakukan saat anak-anak di minta data kesekolah untuk mengumpulkan dan mengambil tugas.

### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Langkah-langkah dan teknik yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data berdasarkan fakta yang terjadi di lapangan. Berikut langkah-langkah yang dilakukan peneliti dalam pengumpulan data :

#### a. Wawancara

Teknik wawancara dilakukan untuk mengumpulkan data tentang pengetahuan masyarakat luas yang ingin berlatih senam khususnya aerobic gymnastics, dan untuk mengetahui seberapa pentingnya

pengembangan media pembelajaran berbasis audiovisual ini untuk penunjang dalam proses berlatih dan belajar.

b. Angket atau Kuisisioner

Angket yang digunakan peneliti adalah angket validasi ahli yang terdiri dari angket validasi ahli materi, angket validasi ahli media, dan angket respon siswa.

c. Dokumentasi

Dokumentasi yang digunakan pada penelitian pengembangan ini adalah pengambilan foto pada saat uji coba kecil dan uji coba besar di lakukan, pengambilan foto di lakukan pada saat proses anak-anak melihat buku panduan dan video pembelajaran dengan menggunakan bantu kamera.

## E. 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 dalam aerobic gymnastics yang berperan untuk menentukan apakah materi teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* yang berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun ini sudah sesuai dalam menetapkan materi dan kebenaran

materi yang digunakan atau belum. Peneliti meminta bantuan seorang ahli materi untuk mengisi instrumen pengumpul data yang telah dibuat.

b. Ahli media

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

2. Subyek Uji Coba Produk dan Pemakaian

Subyek uji coba dalam penelitian ini adalah anak-anak siswi kelas 2 sekolah dasar. Teknik pengumpulan dan analisis data dapat dilakukan dengan cara angket. Pertimbangan yang digunakan yaitu anak usia 7-8 tahun.

## **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen pengumpulan data merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh penelitian dalam kegiatan pengumpulan data sehingga kegiatan tersebut menjadi sistematis dan sederhana. Instrumen penelitian pengembangan digunakan untuk pengumpulan data pengembangan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun adalah sebagai berikut :

1. Angket dan Kuisisioner

Angket atau angket adalah suatu metode pengumpulan data, yang disebut instrumen sesuai dengan nama metodenya. Kuisisioner atau

kuisisioner dalam bentuk lembaran, dimana dalam lembaran tersebut terdapat pertanyaan-pertanyaan yang dijawab oleh responden berdasarkan peristiwa yang terjadi di lapangan. Bentuk kuisisioner yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut :

a. Angket Validasi

Angket validasi dalam penelitian digunakan untuk mengumpulkan data tentang ketepatan desain media, ketepatan materi, dan kesesuaian media pembelajaran yang dikembangkan. Kuisisioner diberikan selama revisi produk. Selanjutnya kuisisioner yang digunakan dianalisis kelayakannya dan digunakan untuk merevisi produk video teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun agar memperoleh produk yang lebih baik.

b. Angket Respon Siswa

Angket ini digunakan untuk mengumpulkan pendapat siswa tentang tampilan desain media, materi yang ditampilkan, dan gambar yang ditampilkan pada media produk video teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun.

2. Dokumentasi

Dokumentasi yang dihasilkan pada penelitian pengembangan ini berupa foto pada saat proses penggunaan media video teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *individual women* berbasis

audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun dengan menggunakan alat bantu yakni kamera telepon genggam. Dokumentasi tersebut dilaksanakan pada saat pelaksanaan uji coba produk di lapangan oleh penguji dan siswa.

### **G. Teknik Analisis Data**

Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan analisis data. Data yang telah terkumpul dari hasil pengumpulan data harus diolah dan diinterpretasikan agar dapat segera diketahui apakah tujuan penelitian sudah tercapai atau belum. Analisis data adalah pekerjaan yang sangat penting dalam proses penelitian. Penggunaan teknik analisis data dalam penelitian harus disesuaikan dengan desain penelitian. Data yang diperoleh melalui kegiatan pengujian diklasifikasikan menjadi dua, yaitu data kuantitatif dan data kualitatif. Data kuantitatif berupa asesmen, dikumpulkan melalui kuesioner atau kuesioner. Sedangkan data kualitatif berupa saran yang dikemukakan oleh ahli materi, ahli media dan siswa kemudian dikumpulkan untuk perbaikan produk ini.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah dengan menggunakan teknik analisis deskriptif yang dinyatakan dalam bentuk persentase, sedangkan data yang berupa saran dan alasan pemilihan jawaban dianalisis dengan menggunakan analisis kualitatif. Skala pengukuran yang digunakan untuk menghitung data kuantitatif menggunakan skala likert. Menurut Sugiyono (2013: 134) Skala likert

digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Sedangkan untuk pengukuran skala likert, variabel yang akan diukur dijabarkan ke dalam variabel indikator. Kategori skor pada skala likert menurut Putra (2014: 182) dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 1. kategori skor dalam skala likert

No	Skor	Keterangan
1.	4	Sangat Baik / Sangat Setuju
2.	3	Baik / Setuju
3.	2	Tidak Baik / Tidak Setuju
4.	1	Sangat Tidak Baik / Sangat Tidak Setuju

Uji angket validitas ahli pada media video teknik gerak dasar aerobic gymnastics individual women berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun ini dapat dilakukan dengan membandingkan jumlah skor ideal yang diperoleh dari validasi/penelitian ( $\Sigma R$ ) dengan jumlah skor ideal yang telah ditetapkan (N) (Arifin, 2010: 137). Rumusnya sebagai berikut :

$$P = \frac{\sum R}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase skor yang dicari (hasil dibulatkan hingga mencapai bilangan bulat)

$\Sigma R$  = Jumlah jawaban yang diberikan oleh validator dan responden

N = Jumlah skor maksimal atau ideal

Kriteria validasi atau tingkat ketercapaian yang digunakan dalam pengembangan media dijelaskan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 2. Tingkat Pencapaian dan Kualifikasi

No	Tingkat Pencapaian (%)	Kualifikasi	Keterangan
1.	81 - 100 %	Sangat Baik	Sangat layak
2.	61 - 80 %	Baik	Layak
3.	41 - 60 %	Cukup Baik	Kurang
4.	21 - 40 %	Kurang Baik	Tidak layak
5.	< 20 %	Sangat Kurang Baik	Sangat tidak layak

(sumber : Arikunto, 2010 : 35)

Pengembangan media pembelajaran dinilai valid dan sangat valid atau baik dan sangat baik oleh para ahli dan siswa jika memperoleh skor  $\geq 81\%$  dan  $\geq 61\%$ .

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics*

##### **Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”**

Produk yang dikembangkan ini berupa media dua dimensi dalam bentuk video yang di dalamnya terdapat video *slowmotion*, penjelasan teknik gerak dasar *aerobic gymnastics*, dan rangkaian perbagian serta keseluruhan. Produk yang dihasilkan dinamakan “Video Rangkaian *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women*” untuk mengenalkan *aerobic gymnastics* kepada anak dan sebagai media pembelajaran gerak dasar *aerobic gymnastics* yang sesuai dengan *Code of Point*. Produk media pembelajaran ini dikembangkan agar dapat mendukung dan memudahkan anak dalam berlatih secara mandiri.

Produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” yang dikembangkan ini berupa kumpulan gerak dasar *aerobic gymnastics* yang dikemas menjadi satu rangkaian *individual women* dengan konsep video *slowmotion* dan pembagian rangkaian didalamnya. Video ini dapat digunakan untuk belajar teknik gerak dasar dan menambah pengetahuan mengenai teknik gerak *aerobic gymnastics* yang sesuai dengan *Code of Point*. Produk yang dikembangkan juga dilengkapi dengan penjelasan

menggunakan suara dan tulisan mengenai langkah-langkah melakukan gerak dasar pada yang benar, terdapat juga hitungan gerakan dan musik rangkaian keseluruhan dalam video ini agar anak-anak dapat lebih mudah memahami setiap langkah yang ada.

## **B. Hasil Penelitian “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”**

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

Materi yang ada pada media pembelajaran yang dikembangkan dalam penelitian ini divalidasi oleh 2 ahli materi, ahli materi pertama Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, M.S merupakan dosen pengampu mata kuliah senam Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, serta aktif sebagai wakil ketua dalam organisasi PERSANI DIY. Ahli materi kedua Tri Handayani, S.Pd.Kor guru olahraga Sekolah Dasar di Temanggung Jawa Tengah, dan mantan atlet *Aerobic Gymnastics* Sleman.

Data hasil dari validasi materi didapat melalui angket yang mencangkup konten materi. Sebelum mengisi angket yang telah disediakan oleh peneliti, ahli materi terlebih dahulu mengamati dan mempelajari video teknik gerak dasar *aerobic gymnastics* rangkaian *indoividual women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun didampingi oleh peneliti.

Dalam proses validasi ahli materi menanyakan secara langsung mengenai media pembelajaran yang akan dikembangkan.

Penilaian Ahli Materi dilakukan melalui 2 tahap, yaitu:

**a. Penilaian Ahli Materi Tahap I**

Penilaian dari ahli materi pertama dilakukan pada tanggal 19 April 2021 yang bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Sedangkan Penilaian dari ahli materi kedua dilakukan pada tanggal 24 April 2021 yang bertempat di Desa Grumbul Gede Selomartani, Kalasan. Pada validasi tahap pertama ini ahli materi mengisi angket yang sudah disediakan oleh peneliti dengan alternatif jawaban “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”.

Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” oleh ahli materi pada tahap I dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Pertama (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		√			
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan		√			
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Tabel 4. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater Pertama (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Setiap pergantian latihan ada komentar
Perlu di jelaskan latihan koreo pada teknik gerak di luar <i>basic step</i>

Hasil masukan dari ahli materi sebagaimana disebutkan di atas selanjutnya dikaji oleh peneliti untuk dijadikan sebagai dasar revisi produk

dari segi materi. Ahli materi berpendapat dan menilai bahwa media pembelajaran “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” masih perlu diperjelas dalam setiap pergantian latihan dan ditambahkan tentang gerak di luar gerakan dasar yang ada agar materi dapat disampaikan dengan baik kepada anak.

Tabel 5. Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Kedua (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	√				
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	√				
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				

Tabel 6. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater kedua (Tahap I)

No.	Saran Perbaikan dan Masukan
1.	Buku ini bisa di perbanyak dan di sosialisasikan ke sekolah dasar, agar kedepannya jogja mempunyai banyak atlet <i>aerobic gymnastics</i> . Kalau bisa ada semacam pelatihan untuk guru-guru SD biar tau apa itu <i>aerobic gymnastics</i> , karena sampai sekarang ini taunya olahraga senam hanya artistik dan ritmik saja.

Dalam validasi ahli materi kedua tahap I, ahli materi menyatakan “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini “Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi”.

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

Penilaian dari ahli materi tahap kedua dilakukan pada tanggal 4 Mei 2021 yang bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Pada validasi tahap kedua ini ahli materi mengisi angket yang sudah disediakan oleh peneliti dengan alternatif jawaban “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”.

Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” oleh ahli materi pada tahap II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 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 teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		√			
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	√				
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				

Tabel 8. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Materi (Tahap II)

No.	Saran Perbaikan dan Masukan
	Paket produk dapat di lanjut

Dalam validasi ahli materi tahap II, ahli materi menyatakan “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis

Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini “Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi”.

## **2. Data Validasi Ahli Media**

Ahli media dalam penelitian pengembangan ini ada dua ahli yang pertama Risti Nurfadhila, S.Pd., M.Or dan yang kedua Nawan Primasoni, M.Or yang keduanya merupakan dosen pengajar di Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Peneliti memilihnya sebagai ahli media karena kompetensinya di bidang media. Data dari validasi ahli media diperoleh dalam dua tahap. Tahap pertama dilakukan untuk mengidentifikasi kelemahan dan rekomendasi perbaikan oleh ahli media. Tahap kedua dilakukan setelah ada revisi berdasarkan validasi tahap pertama. Pada validasi tahap kedua ini, ahli media mengisi kuisioner yang diberikan oleh peneliti. Kuesioner meliputi tiga aspek penilaian, yaitu aspek fisik produk, aspek desain produk dan aspek penggunaan.

Penilaian Ahli Media dilakukan melalui 2 tahap, yaitu:

### **a. Penilaian Ahli Media Tahap I**

Penilaian dari ahli media pada tahap pertama dilakukan pada tanggal 19 April 2021 dan tanggal 28 April 2021 yang bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Pada validasi tahap pertama ini ahli media mengisi angket yang disediakan oleh peneliti dengan alternatif jawaban “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban

“Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Penilaian Kualitas Media oleh ahli materi pada tahap I dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai	√				
2.	Resolusi gambar baik	√				
3.	Pengoperasian mudah	√				
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Warna tampilan menarik	√				
6.	Gaya penulisan baik		√			
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video		√			
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				

Tabel 10. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Pertama (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Pada video bisa diberikan tulisan keterangan gerak
Pastikan seluruh video sudut pengambilan dari sisi depan dan samping

Hasil masukan dari ahli media sebagaimana tersebut di atas direview lebih lanjut oleh peneliti, selanjutnya digunakan sebagai dasar untuk merevisi produk ditinjau dari segi media. Pakar media membantah dan menilai media pembelajaran “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” masih perlu diperbaiki sesuai saran di atas supaya materi dapat disampaikan dengan baik kepada anak.

Tabel 11. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik		√			
3.	Pengoperasian mudah		√			
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Warna tampilan menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik		√			
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video		√			
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Tabel 12. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Kedua (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Header dalam buku di edit semenarik mungkin
Ukuran gambar dalam buku sama, gambar di beri bingkai
Video di buat 2 jenis, biasa dan slowmotion
Cover buku jangan menggunakan atlet luar negeri

Hasil masukan dari ahli media sebagaimana disebutkan di atas selanjutnya dikaji peneliti, selanjutnya dijadikan sebagai dasar revisi produk dari segi media. Ahli media berpendapat dan menilai bahwa media pembelajaran “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” masih perlu diperbaiki sesuai saran di atas supaya materi dapat disampaikan dengan baik kepada anak.

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

Penilaian dari ahli media pada tahap kedua dilakukan pada tanggal 4 Mei 2021 dan tanggal 6 Mei 2021 yang bertempat di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Pada validasi tahap pertama ini ahli media mengisi angket yang disediakan oleh peneliti dengan alternatif jawaban “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Penilaian Kualitas Media oleh ahli materi pada tahap II dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 13. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik	√				
3.	Pengoperasian mudah		√			
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Warna tampilan menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik		√			
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video		√			
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Tabel 14. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Pertama (Tahap II)

Saran Perbaikan dan Masukan

Dalam validasi ahli media tahap II, ahli media menyatakan “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini “Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi”.

Tabel 15. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik	√				
3.	Pengoperasian mudah		√			
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik	√				
5.	Warna tampilan menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik	√				
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video	√				
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Tabel 16. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Kedua (Tahap II)

Saran Perbaikan dan Masukan

Dalam validasi ahli media tahap II, ahli media menyatakan “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Rangkaian Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini “Layak untuk diuji cobakan tanpa revisi”.

### 3. Data Uji Coba Terbatas

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada tanggal 3 Mei 2021 pada pukul 09.00 WIB pada saat anak-anak mengambil dan mengumpulkan tugas kesekolah. Responden uji coba berjumlah 5 anak siswi kelas 2. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pengenalan tentang *aerobic gymnastics* secara singkat, memperlihatkan video dan membagikan buku panduan pada anak. Setelah dijelaskan tentang materi yang ada pada video tersebut, anak dipersilahkan untuk mencoba melakukan gerakan sesuai pada video yang sudah ditampilkan.

Kemudian penguji membagikan angket kepada anak. Alternatif jawaban dengan menggunakan skala 1 sampai dengan 4 dengan “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Dalam angket tersebut terdapat kolom saran dan masukan untuk mengetahui tanggapan

anak mengenai produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indovidual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” yang sudah dikembangkan. Berikut adalah hasil penilaian pada uji coba terbatas.

Tabel 17. Data Skor Penilaian Uji Coba Terbatas

No.	Indikator	Rerata Skor	Persentase (%)	Kriteria
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak <i>aerobic gymnastics</i>	3	75	Baik
2.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	3,2	80	Baik
3.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik <i>aerobic gymnastics</i>	3,4	85	Sangat Baik
4.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik <i>aerobic gymnastics</i>	4	100	Sangat Baik
5.	Gambar yang dibuat dapat dipelajari untuk anak usia dini	3,6	90	Sangat Baik
6.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak <i>aerobic gymnastics</i>	3,2	80	Baik
7.	Langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak <i>aerobic gymnastics</i>	3,6	90	Sangat Baik
8.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	3,8	95	Sangat Baik
9.	Pengoprasian video mudah	3,2	80	Baik
10.	Desain video menarik	3,6	90	Sangat Baik
11.	Warna tampilan menarik	3,4	85	Sangat Baik
12.	Gaya penulisan baik	3	75	Baik
Jumlah Skor		41		Baik
Rata-rata		3,4167	85,4167	

Penilaian “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” sebesar 85,4167% atau yang masuk dalam kriteria “Baik”.

Tabel 18. Komentar Hasil Dari Uji Coba Terbatas

Komentar
Video bagus dan menarik
Gambar dan buku menarik
Tulisan bagus dan menarik

Secara umum hal ini menunjukkan bahwa kualitas media pembelajaran “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” termasuk dalam kategori “Baik”. Selanjutnya data yang diperoleh peneliti dari uji coba terbatas akan dikaji untuk uji coba lapangan utama.

#### 4. Data Uji Coba Lapangan Utama

Uji coba kelompok besar dilakukan pada tanggal 8 Mei 2021 pada pukul 09.00 WIB pada saat anak-anak masuk sekolah terakhir untuk mengumpulkan tugas-tugas. Responden uji coba berjumlah 20 anak siswi kelas 2. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pengenalan tentang *aerobic gymnastics* secara singkat, memperlihatkan video dan membagikan buku panduan pada anak. Setelah dijelaskan tentang materi yang ada pada video tersebut, anak dipersilahkan untuk mencoba melakukan gerakan sesuai pada video yang sudah ditampilkan.

Kemudian penguji membagikan angket kepada anak. Alternatif jawaban dengan menggunakan skala 1 sampai dengan 4 dengan “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Dalam angket tersebut terdapat kolom saran dan masukan untuk mengetahui tanggapan anak mengenai produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” yang sudah dikembangkan. Berikut adalah hasil penilaian pada uji coba lapangan utama.

Tabel 19. Data Skor Penilaian Uji Coba Lapangan Utama

No.	Indikator	Rerata Skor	Persentase (%)	Kriteria
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak <i>aerobic gymnastics</i>	3,7	92,5	Sangat Baik
2.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	3,35	83,75	Sangat Baik
3.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik <i>aerobic gymnastics</i>	3,7	92,5	Sangat Baik
4.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik <i>aerobic gymnastics</i>	3,55	88,75	Sangat Baik
5.	Gambar yang dibuat dapat dipelajari untuk anak usia dini	3,7	92,5	Sangat Baik
6.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak <i>aerobic gymnastics</i>	3,45	86,25	Sangat Baik
7.	Langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak <i>aerobic gymnastics</i>	3,6	84	Sangat Baik
8.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	3,6	84	Sangat Baik
9.	Pengoprasian video mudah	3,4	85	Sangat Baik
10.	Desain video menarik	3,65	91,25	Sangat Baik
11.	Warna tampilan menarik	3,5	87,5	Sangat Baik
12.	Gaya penulisan baik	3,7	92,5	Sangat Baik
Jumlah Skor		42,9		Sangat Baik
Rata-rata		3,575	88,375	

Data yang diperoleh dari uji coba lapangan utama pada tabel di atas mengenai kualitas produk media pembelajaran diperoleh skor rata-rata 88,375% dengan persentase yang berarti produk media pembelajaran ini

“Sangat Baik”. Secara umum hal ini menunjukkan bahwa kualitas produk media pembelajaran termasuk dalam kategori.

Selanjutnya untuk menilai “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”, responden juga diminta komentar dan saran pada tahap uji coba lapangan utama. Beberapa data yang berupa komentar adalah sebagai berikut :

Tabel 20. Komentar Hasil Dari Uji Coba Utama

Komentar
Video bagus menarik dan mudah di pahami
Buku berwarna menarik dan mudah di pelajari
Gambar bagus, menarik dan berwarna
Teknik gerak sangat menarik dan memberi inspirasi

### C. Analisis Data

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

Penilaian ahli materi terhadap materi dalam pengembangan “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini meliputi, kesesuaian materi untuk anak usia dini, kata/bahasa yang digunakan, langkah-langkah teknik gerak dasar *aerobic gymnastics*, nama teknik dalam *aerobic gymnastics*, gambar yang ditampilkan dan tujuan media pembelajaran. Data diperoleh dengan menggunakan angket yang diberikan kepada ahli materi dengan

alternatif jawaban menggunakan skala 1 sampai dengan 4 dengan pilihan jawaban “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Berdasar jumlah pendapat atau jawaban tersebut peneliti mempersentasekan masing-masing jawaban. Setelah diperoleh persentase, selanjutnya kelayakan produk digolongkan ke dalam kriteria penilaian kualitas. Berikut analisis data penilaian ahli materi tahap I :

Tabel 21. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Pertama (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komen tar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		√			
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan		√			
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli materi pertama tahap I mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Sangat Baik” dengan persentase sebesar 85,71% yang diperoleh dari :

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{24}{28} \times 100\% = 85,71\%$$

Selanjutnya untuk menilai “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”, validator diminta memberikan komentar dan saran. Data yang berupa komentar adalah sebagai berikut:

Tabel 22. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater Pertama (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Setiap pergantian latihan ada komentar
Perlu di jelaskan latihan koreo pada teknik gerak di luar basic step

Tabel 23. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Materi Kedua (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	√				
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	√				
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				

Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli materi kedua tahap I mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Sangat Baik” dengan persentase sebesar 96,43% yang diperoleh dari :

27

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{27}{28} \times 100\% = 96,43\%$$

28

Selanjutnya untuk menilai “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”, validator diminta memberikan komentar dan saran. Data yang berupa komentar adalah sebagai berikut:

Tabel 24. Analisisi Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Mater kedua (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Buku ini bisa di perbanyak dan di sosialisasikan ke sekolah dasar, agar kedepannya jogja mempunyai banyak atlet <i>aerobic gymnastics</i> . Kalau bisa ada semacam pelatihan untuk guru-guru SD biar tau apa itu <i>aerobic gymnastics</i> , karena sampai sekarang ini taunya olahraga senam hanya artistik dan ritmik saja.

Data yang diperoleh dari validasi tahap I oleh para ahli materi yang telah dikaji kemudian dijadikan dasar untuk revisi produk. Setelah produk awal direvisi, para ahli materi melakukan validasi pada tahap II. Data yang diperoleh dari validasi ahli materi tahap II adalah sebagai berikut :

Tabel 25. Analisis Data Penilaian Kualitas Materi “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 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 teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		√			
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	√				
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				

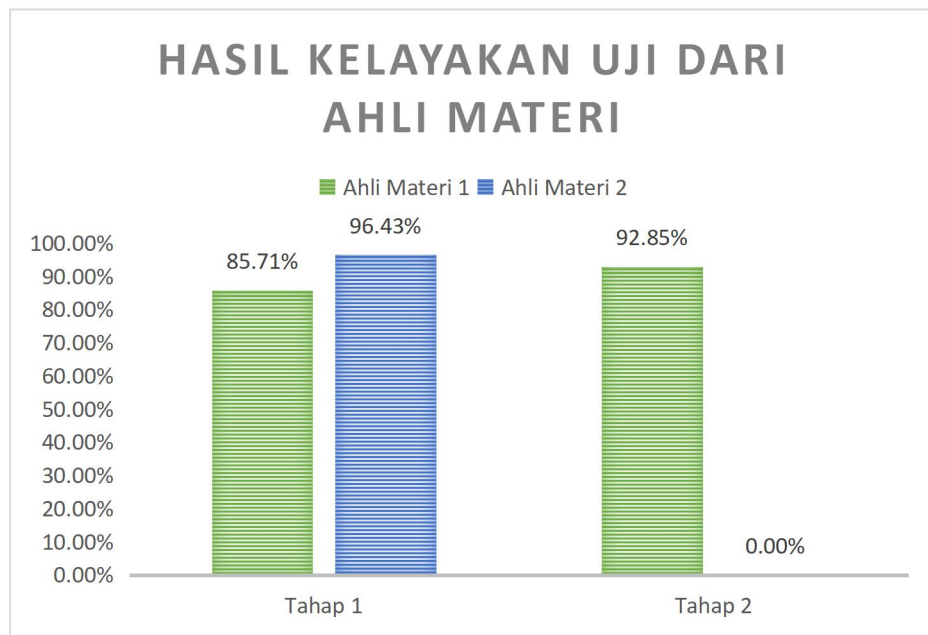
Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli materi tahap II mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Sangat Baik” dengan persentase sebesar 92,85% yang diperoleh dari :

26

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{26}{28} \times 100\% = 92,85\%$$

28

Dari hasil analisis kelayakan berdasarkan hasil uji ahli materi tahap I dan tahap II di atas, bila dibuat dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar berikut ini :



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

## II

Dari 7 butir pertanyaan tentang kualitas materi pada media pembelajaran yang dikembangkan pada tahap II diperoleh data bahwa 71,43% termasuk dalam kriteria “Sangat Setuju”, 28,57% termasuk kriteria “Setuju”, 0% dalam kriteria “Tidak Setuju” dan 0% dalam kriteria “Sangat Tidak Setuju”. Penjelasan distribusi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 26. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Materi (Tahap II)

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Setuju	5	71,43
Setuju	2	28,57
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0
Jumlah	7	100

## 2. Analisis Data Hasil Validasi Ahli Media

Ahli media dalam penelitian pengembangan ini ada dua ahli yang pertama Risti Nurfadhila, S.Pd., M.Or dan yang kedua Nawan Primasoni, M.Or yang keduanya merupakan dosen pengajar di Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Peneliti memilih beliau sebagai ahli media karena kompetensinya di bidang media yang memadai.

Data dari validasi ahli media diperoleh melalui dua tahapan. Tahapan pertama dilakukan untuk mengetahui kelemahan dan rekomendasi perbaikan oleh ahli media. Tahapan kedua dilakukan setelah ada revisi berdasar validasi tahap pertama. Pada validasi ini ahli media mengisi angket yang telah disediakan oleh peneliti. Angket tersebut mencakup tiga aspek penilaian, yaitu aspek fisik produk, aspek desain produk dan aspek penggunaan.

Pada validasi tahap I, data ahli media diperoleh dengan menggunakan angket dengan skala 1 sampai dengan 4 dengan “SS” untuk “Sangat

Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Berdasarkan jumlah pendapat atau jawaban tersebut peneliti mempersentasekan masing-masing jawaban. Setelah diperoleh persentase, selanjutnya kelayakan produk digolongkan ke dalam kriteria penilaian kualitas. Berikut analisis data penilaian ahli media tahap I.

Tabel 27. Analisis Data Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai	√				
2.	Resolusi gambar baik	√				
3.	Pengoperasian mudah	√				
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Warna tampilan menarik	√				
6.	Gaya penulisan baik		√			
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video		√			
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				

Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli media pertama tahap I mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Sangat Baik” dengan persentase sebesar 92,5% yang diperoleh dari :

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{37}{40} \times 100\% = 92,5\%$$

Selanjutnya untuk menilai “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”, validator diminta memberikan komentar dan saran. Data yang berupa komentar adalah sebagai berikut:

Tabel 28. Analisis Data Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Pertama (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Pada video bisa diberikan tulisan keterangan gerak
Pastikan seluruh video sudut pengambilan dari sisi depan dan samping

Tabel 29. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap I)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik		√			
3.	Pengoperasian mudah		√			
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Warna tampilan menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik		√			
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video		√			
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
10.	Video ini sesuai untuk penggunaanya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli media kedua tahap I mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Baik” dengan persentase sebesar 75% yang diperoleh dari :

30

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{\text{---}}{40} \times 100\% = 75\%$$

40

Selanjutnya untuk menilai “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun”, validator diminta memberikan komentar dan saran. Data yang berupa komentar adalah sebagai berikut:

Tabel 30. Saran Perbaikan dan Masukan dari Ahli Media Kedua (Tahap I)

Saran Perbaikan dan Masukan
Header dalam buku di edit semenarik mungkin
Ukuran gambar dalam buku sama, gambar di beri bingkai
Video di buat 2 jenis, biasa dan <i>slowmotion</i>
Cover buku jangan menggunakan atlet luar negeri

Data yang diperoleh dari validasi tahap I oleh para ahli materi yang telah dikaji kemudian dijadikan dasar untuk revisi produk. Setelah produk awal direvisi, para ahli materi melakukan validasi pada tahap II. Data yang diperoleh dari validasi ahli materi tahap II adalah sebagai berikut :

Tabel 31. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Pertama (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik	√				
3.	Pengoperasian mudah		√			
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik		√			
5.	Warna tampilan menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik		√			
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video		√			
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
10.	Video ini sesuai untuk penggunaanya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli media pertama tahap II mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Baik” dengan persentase sebesar 77,5% yang diperoleh dari :

Persentase tingkat penilaian =  $\frac{40}{50} \times 100\% = 80\%$

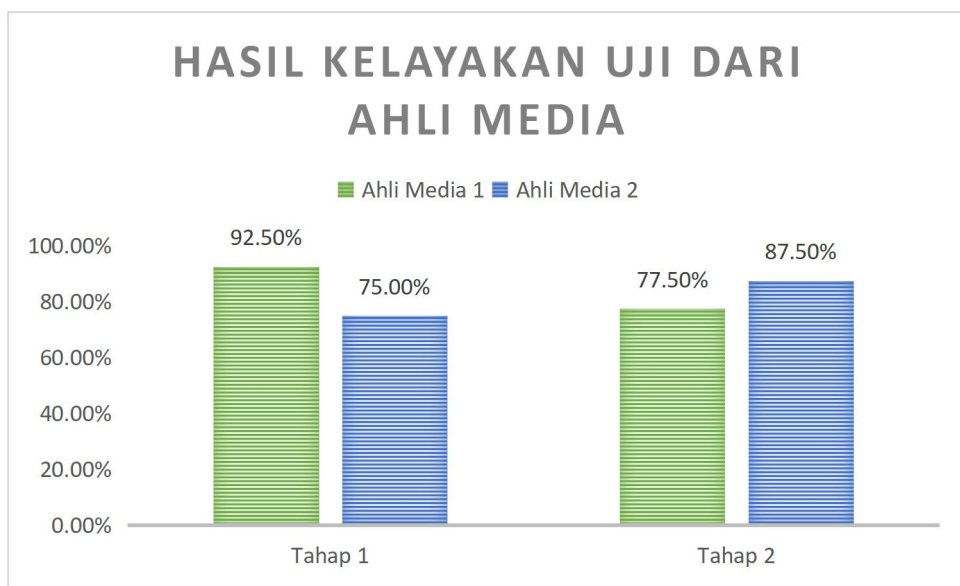
Tabel 32. Penilaian Kualitas Media “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dari Ahli Media Kedua (Tahap II)

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran file sesuai		√			
2.	Resolusi gambar baik	√				
3.	Pengoperasian mudah		√			
II	Aspek Desain					
4.	Desain video menarik	√				
5.	Warna tampilan menarik		√			
6.	Gaya penulisan baik	√				
III	Aspek Penggunaan					
7.	Penggunaan <i>scan barcode</i> mempermudah dalam mengakses video	√				
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	√				
10.	Video ini sesuai untuk penggunaanya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		√			

Berdasar data yang diperoleh pada penilaian ahli media tahap II mengenai kualitas materi produk yang dikembangkan adalah “Sangat Baik” dengan persentase sebesar 87,5% yang diperoleh dari :

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{\text{---}}{40} \times 100\% = 87,5\%$$

Dari hasil analisis kelayakan berdasarkan hasil uji ahli media tahap I dan tahap II di atas, bila dibuat dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar berikut ini :



Gambar 10. Diagram Batang Hasil Kelayakan Uji Ahli Media tahap I dan II

Dari 10 butir pertanyaan tentang kualitas materi pada media pembelajaran yang dikembangkan pada tahap II diperoleh data bahwa 30% termasuk dalam kriteria “Sangat Setuju”, 70% termasuk kriteria “Setuju”, 0% dalam kriteria “Tidak Setuju” dan 0% dalam kriteria “Sangat Tidak Setuju”. Penjelasan distribusi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 33. Distribusi Frekuensi Penilaian Kualitas dari Ahli Media (Tahap II)

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Setuju	6	30
Setuju	14	70
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0
Jumlah	20	100

### 11. Analisis Data Hasil Uji Coba Terbatas

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada tanggal 3 Mei 2021 pada pukul 09.00 WIB pada saat anak-anak mengambil dan mengumpulkan tugas kesekolah. Responden uji coba berjumlah 5 anak siswi kelas 2.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan produk yang sudah di kembangkan dan angket kepada anak yang telah dipilih. Alternatif jawaban dengan menggunakan skala 1 sampai dengan 4 dengan “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Selain itu terdapat kolom saran dan masukan untuk mengetahui tanggapan anak mengenai produk yang sudah dikembangkan. Data hasil uji coba kelompok kecil dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 34. Penilaian Uji Coba Terbatas

No	Responden					Jumlah	Rata-rata	Kriteria
	1	2	3	4	5			
1.	3	3	3	3	3	15	3	Setuju
2.	3	3	3	4	3	16	3,2	Sangat Setuju
3.	4	4	3	3	3	17	3,4	Sangat Setuju
4.	4	4	4	4	4	20	4	Sangat Setuju
5.	4	4	3	3	4	18	3,6	Sangat Setuju
6.	3	3	3	4	3	16	3,2	Sangat Setuju
7.	4	4	3	3	4	18	3,6	Sangat Setuju
8.	4	4	3	4	4	19	3,8	Sangat Setuju
9.	3	3	3	4	3	16	3,2	Sangat Setuju
10.	4	4	3	3	4	18	3,6	Sangat Setuju
11.	3	3	3	4	4	17	3,4	Sangat Setuju
12.	3	3	3	3	3	15	3	Setuju
Jumlah	42	42	37	42	42	205		

Dari 5 responden yang ada, hasil yang diperoleh dari uji coba terbatas produk yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Sangat Baik”, sebanyak 85,4% dengan rata-rata skor 3,4. Presentase tersebut diperoleh dari penghitungan berikut :

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{205}{240} \times 100\% = 85,4\%$$

Dalam data ini juga disajikan distribusi frekuensi penilaian produk pada uji coba terbatas, yaitu :

Tabel 35. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Terbatas

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Setuju	25	41,67
Setuju	35	58,33
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0
Jumlah	60	100

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

## 12. Analisis Data Hasil Uji Coba Lapangan Utama

Uji coba kelompok besar dilakukan pada tanggal 8 Mei 2021 pada pukul 09.00 WIB pada saat anak-anak masuk sekolah terakhir untuk mengumpulkan tugas-tugas. Responden uji coba berjumlah 20 anak siswi kelas 2.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan produk yang sudah dikembangkan dan angket kepada anak yang telah dipilih. Alternatif jawaban dengan menggunakan skala 1 sampai dengan 4 dengan “SS” untuk “Sangat Setuju”, “S” untuk jawaban “Setuju”, “TS” untuk jawaban “Tidak Setuju” dan “STS” untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju”. Selain

itu terdapat kolom saran dan masukan untuk mengetahui tanggapan siswa mengenai produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” yang sudah dikembangkan. Dalam uji coba lapangan utama ini terdapat dua aspek yang dinilai, yaitu aspek materi dan aspek desain. Data hasil uji coba lapangan utama dari aspek materi dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 36. 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	16	17	18	19	20			
1.	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	74	3,7	SS
2.	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	67	3,35	SS
3.	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	74	3,7	SS
4.	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	71	3,55	SS
5.	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	74	3,7	SS
6.	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	69	3,45	SS
7.	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	72	3,6	SS
8.	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	72	3,6	SS
9.	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	68	3,4	SS
10.	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	73	3,65	SS
11.	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	70	3,5	SS
12.	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	74	3,7	SS
Jumlah	47	45	45	44	42	43	46	46	36	36	36	41	44	44	44	44	44	44	44	46	858		

Hasil yang diperoleh dari uji coba lapangan utama terhadap produk yang dikembangkan termasuk dalam kriteria “Sangat Baik”, sebanyak 89,375% dengan rata-rata skor 3,6. Presentase tersebut diperoleh dari penghitungan berikut :

$$\text{Persentasi tingkat penilaian} = \frac{858}{960} \times 100\% = 89,375\%$$

Dalam data ini juga disajikan distribusi frekuensi penilaian produk pada uji coba lapangan utama, yaitu :

Tabel 37. Distribusi Frekuensi Penilaian Hasil Uji Coba Lapangan Utama

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Setuju	138	57,5
Setuju	102	42,5
Tidak Setuju	0	0
Sangat Tidak Setuju	0	0
Jumlah	240	100

Uji coba lapangan utama ini dimaksudkan untuk mengidentifikasi dan mengetahui kekurangan dari produk media pembelajaran dan mengetahui efektifitas dalam pembelajaran. Dilihat dari persentase pada uji coba lapangan mengenai desain produk dan materi pada produk media pembelajaran maka diperoleh 57,5% pertanyaan dijawab Sangat Setuju dan 42,5% dijawab Setuju.

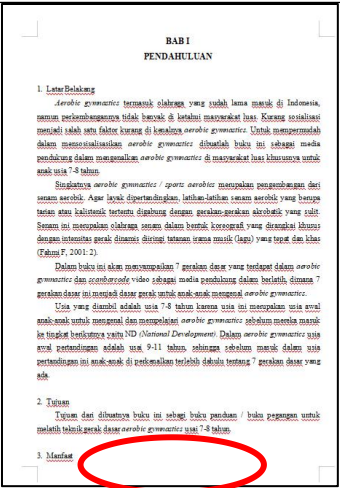
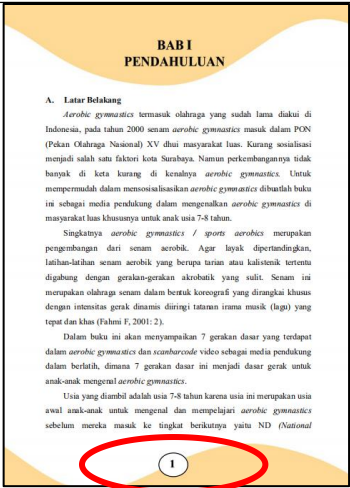
## D. Revisi Produk

Dasar revisi produk media pembelajaran tahap I ini adalah hasil validasi dari ahli materi dan ahli media. Secara umum yang menjadi penilaian atau masukan dari ahli materi adalah tentang tata bahasa dan struktur yang digunakan dalam media pembelajaran. Sedangkan penilaian dari ahli media meliputi tampilan media pembelajaran..


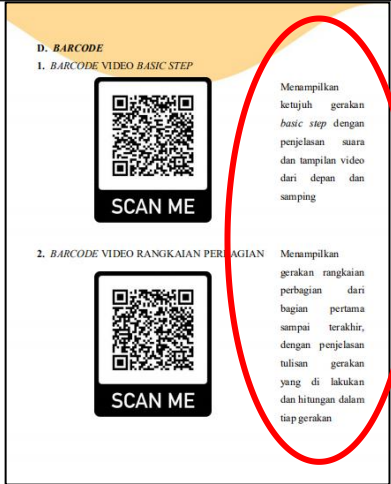
### 1. Revisi Ahli Materi

Pada bagian materi, aspek materi pembelajaran yang perlu direvisi antara lain:

a. Pada buku panduan di beri angka halaman

	
<p>Gambar 11. Tampilan Produk Sebelum revisi angka halaman buku panduan</p>	<p>Gambar 12. Tampilan Produk setelah revisi angka halaman buku panduan</p>

b. Pada barcode di beri keterangan isi *barcode*

	
<p>Gambar 13. Tampilan Produk Sebelum revisi halaman <i>barcode</i></p>	<p>Gambar 14. Tampilan Produk Setelah revisi halaman <i>barcode</i></p>

## 2. Revisi Ahli Media

Pada bagian media, aspek media pembelajaran yang perlu direvisi antara lain:



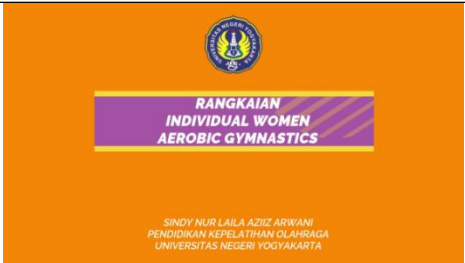



- Gambar pada buku panduan di beri bingkai lalu di buat tampak depan dan samping semua

 <p>(sumber : dokumen pribadi)</p>	 <p>(sumber : dokumen pribadi)</p>
<p>Gambar 15. Tampilan Produk Sebelum revisi gambar buku panduan</p>	<p>Gambar 16. Tampilan Produk Setelah revisi gambar buku panduan</p>

- b. Video di buat tampak depan dan samping semua
- c. Diberi video dengan kecepatan normal dan *slowmotion*

**E. Produk Akhir**

Berikut adalah tampilan produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” dalam menampilkan gerakan dasar *aerobic gymnastics*.

	
<p>Gambar 17. Display awal</p>	<p>Gambar 18. Tampilan teknik gerak dasar</p>
	
<p>Gambar 19. Display awal rangkaian perbagian</p>	<p>Gambar 20. Tampilan rangkaian, <i>slowmotion</i> dan penjelasan gerakan</p>
	
<p>Gambar 21. Display awal rangkaian full</p>	<p>Gambar 22. Tampilan rangkaian full, <i>slowmotion</i> dan hitungan gerakan</p>

## **F. Pembahasan**

Dalam produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini terdapat beberapa macam teknik gerak dasar yang tercantum dalam *Code of Point Aerobic Gymnastics*. Dalam proses pembelajaran teknik gerak dasar harus dilatihkan secara benar agar dapat dikuasai dengan baik.

Produk media pembelajaran yang dikembangkan ini dapat digunakan sebagai langkah inovatif dalam pembelajaran dengan memanfaatkan produk tersebut untuk di distribusikan di sekolah dasar. Kelebihan media pembelajaran video adalah lebih optimal dan menarik dalam penyampaian materi dibandingkan dengan video yang sudah ada karena dilengkapi dengan *slowmotion* dan penjelasan tahapan-tahapan gerak sehingga detail gerakanya lebih mudah untuk dipelajari. Media pembelajaran ini juga lebih efektif dibandingkan dengan media pembelajaran yang ada karena dalam video ini dilengkapi dengan buku panduan yang memudahkan anak dalam memahami setiap gerakan. Media pembelajaran yang dikembangkan dapat digunakan sebagai sumber belajar bagi anak-anak, demikian harapannya pembelajaran *aerobic gymnastics* dapat menjadi lebih menarik.

Setelah dilakukan validasi oleh ahli materi maupun ahli media serta uji coba terbatas dan uji coba lapangan utama bahwa “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Indoividual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” merupakan media pembelajaran yang Sangat

Sesuai . Menurut penilaian anak pada uji coba terbatas menyatakan sangat baik dengan rata-rata skor 3,4 . Pada uji coba lapangan utama diperoleh hasil sangat baik dengan rata-rata skor 3,6. Setelah dilakukan uji coba lapangan utama terlihat bahwa produk media pembelajaran yang dikembangkan mempunyai tingkat efektivitas yang tinggi.

Secara umum media pembelajaran yang dikembangkan tergolong dalam kriteria sangat sesuai. Hal ini terlihat dari komentar-komentar yang dilontarkan oleh anak-anak tersebut. Hasil input yang diperoleh melalui angket adalah produk media pembelajaran yang dikembangkan dengan baik, menarik dan menyenangkan. Media pembelajaran yang dikembangkan tentunya juga memiliki kelemahan atau kelemahan dan keterbatasan yang harus diperhatikan. Kelemahan produk media pembelajaran ini adalah sulitnya buku manual bagi anak yang belum lancar membaca sehingga perlu didampingi oleh orang tua.

Meskipun produk ini bukan merupakan sumber belajar yang paling utama, namun dengan penggunaan produk “Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics* Rangkaian *Individual Women* berbasis Audiovisual untuk Anak Usia 7-8 Tahun” ini diharapkan dapat membantu memecahkan masalah belajar, baik sebagai sumber belajar alternatif maupun pelengkap. Dengan produk media pembelajaran ini diharapkan pembelajaran teknik dasar *aerobic gymnastics* dapat menjadi lebih menarik dan dapat memotivasi anak dalam belajar.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Penilaian kelayakan produk teknik gerak dasar *aerobic gymnastics individual* rangkaian *women* berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun dilihat dari hasil uji ahli. Menurut ahli materi produk ini memperoleh persentase sebesar 92,85% dalam kategori “sangat baik”. Menurut ahli media produk ini memperoleh persentase sebesar 77,5% dan 87,5% dalam kategori “baik” dan “sangat baik”. Sementara penilaian atlet dalam uji coba lapangan utama mendapat nilai “Sangat Baik” dengan presentase sebesar 89,375%. Produk berupa media belajar audiovisual untuk mendukung latihan *aerobic gymnastics* usia 7-8 tahun. Produk tersusun atas video 7 gerakan dasar *aerobic gymnastics*, kumpulan video rangkaian yang di bagi dalam 19 bagian dan rangkaian penuh individual *women* yang mana setiap gerak terdapat *slowmotion* yang dilengkapi dengan keterangan dan hitungan gerakan. Pemilihan gerak berdasarkan *Code of Point* 2017-2020 dari FIG.

#### B. Implikasi

Pada penelitian pengembangan ini mempunyai beberapa implikasi secara praktis diantaranya :

1. Semakin bervariasinya media yang dapat membantu dalam pembelajaran gerak dasar *aeobic gymnastics* yang sesuai dengan *Code of Point*.
2. Meningkatkan minat anak sekolah dasar dalam belajar teknik gerak dasar *aeobic gymnastics*.
3. Meningkatkan kreatifitas dan pemberdayaan pelatih dalam pembelajaran *aeobic gymnastics*.
4. Meningkatkan pemahaman tentang konsep gerak dasar aerobic gymanstics dan aturannya dalam *code of point*.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian pengembangan ini memiliki keterbatasan saat melaksanakan proses penelitian, yaitu kesulitan mencari sekolah dasar yang mengizinkan melakukan penelitian secara langsung, dan kesulitan pada anak saat memahami dan membaca buku panduan. Dalam proses pembuatan video dan pengambilan gambar, peneliti juga mengalami kendala dimana proses pengambilan membutuhkan waktu yang cukup lama karena anak harus menghafalkan gerakan terlebih dulu dan banyak pengambilan ulang video serta gambar. Proses edit gambar dan video yang dilakukan juga membutuhkan waktu yang cukup lama dikarenakan penyesuaian dalam memasukan suara dan hitungan. Selain hal tersebut kondisi tempat yang di gunakan untuk pengambilan gambar juga kurang ideal dikarenakan pencahayaan yang kurang.

#### **D. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa penelitian pengembangan ini sesuai dan divalidasi oleh ahli media dan ahli materi senam, terdapat beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih maupun guru olahraga sekolah dasar yang membutuhkan variasi dalam pembelajaran teknik gerak dasar senam, sebaiknya gunakan media pembelajaran ini karena terbukti efektif dalam mempelajari teknik gerak dasar senam.
2. Produk media pembelajaran ini dapat digunakan oleh guru olahraga sekolah dasar, pelatih pemula maupun atlet dengan bimbingan seorang pelatih maupun orangtua, sehingga penggunaan media ini dapat menjadi alternatif pembelajaran materi gerak dasar *aerobic gymnastics* dengan menyenangkan. Tidak menutup kemungkinan bahwa media pembelajaran ini dapat lebih disebar luaskan ke sekolah-sekolah dasar.
3. Peneliti menyadari bahwa produk media pembelajaran yang dikembangkan masih memiliki kekurangan dan belum sempurna, sehingga diharapkan media pembelajaran yang lebih baik dan lebih interaktif dapat dikembangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aden Chrisnanda. (2018). *Pengembangan Buku Teknik Dasar Senam Lantai "Gymnastic On Motion"*. Yogyakarta : FIK-UNY
- Agus Mahendra. (2000). *Senam*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan
- Agus Prestianto. (2017). *Pengembangan Software Media Pembelajaran Stop Motion Teknik Senam Lantai pada Smartphone berbasis Android*. Yogyakarta: FIK UNY
- Agung Sunarno. Syaifullah Sihombing. (2011). *Metode Penelitian Olahraga*. Surakarta
- Alim Sumarno. (2012). *Belajar, Mengajar, dan Pembelajaran*. Surabaya : Unesa
- Ari Poerwanto, Mimi Haetami, Uray Gustian (2019). *Pengembangan Gerak Senam Aerobik Berbasis Tarian Tradisional*. Pontianak : FKIP - Universitas Tanjungpura
- Azhar Arsyad. (2010). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Bayu Nugraha. (2015). *Jurnal Pendidikan Anak, Volume IV, Edisi 1. Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini*. Jakarta : FIK-UNJ
- Dr.Hj.Khadijah. (2016). *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini*. Medan : Perdana Publishing
- Dr. Sapto Adi, M.Kes. (2018). *Bentuk-bentuk Dasar Gerakan Senam*. Malang : FIK-UNM
- Federation Internationale de Gymnastique. (2017). 2017-2020 Code of Points Aerobic Gymnastics*. United States: FIG
- Hanafi. (2017). *Konsep Penelitian R&D Dalam Bidang Pendidikan*. Banten : UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten
- Imam Hidayat. (1996). *Biomekanika Manusia*. Jakarta : Pusat Ilmu Olahraga KONI Pusat
- Irani Trisnanda. (2018). *Pengembangan Teknik Gerak Dasar Senam Ritmik Rangkaian Freehand Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-11 Tahun*. Yogyakarta : FIK-UNY
- Irianto, D. P. (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY

- Kadek Dian Vanagosi. (2016). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi Volume 1 : Hal. 72 – 79. Konsep Gerak Dasar Anak Usia Dini.* Bali : IKIP PGRI Bali
- Nathalia Angelina Gae1, Ni Nyoman Ganing, MG. Rini Kristiantari. (2021). *Pengembangan Media Video Animasi Berorientasi Membaca Pemahaman dengan Strategi Directed Reading Thinking Activity (DRTA) pada Muatan Bahasa Indonesia.* Bali : Universitas Pendidikan Ganesha
- Nuryanti, Robandi Roni, Helmi Ismail. (2015). *Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Ceria.* Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia
- Pipit Pratiwi. (2015). *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation 4 (6). Pemanduan Bakat dan Minat Cabang Olahraga Melalui Metode Sport Search Pada Siswa SMP Negeri Sekecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2013/2014.* Semarang : Universitas Negeri Semarang
- Ratna Budiarti. (2015). *Jurnal Olahraga Prestasi. Profil Komponen Fisik Cabang Senam Aerobic Gymnastics Kelompok Umur 10-12 Tahun.* Yogyakarta : FIK-UNY
- Rio Prasetyo. (2020). *Analisis Perkembangan Motorik Kasar Anak Dengan metode Denver Development Sceening Tes (DDST) Siswa TK-B di Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas.* Solo : FIK-UNS
- Rubiyatno. (2014). *Jurnal Pendidikan Olah Raga, Vol. 3, No. 1. Peranan Aktivitas Olahraga Bagi Tumbuh Kembang Anak.* Pontianak : IKIP-PGRI Pontianak
- Setyo Budiwanto. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga.* Malang : FIK-UNM
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian dan Pengembangan.* Bandung: Alfabeta.
- Sugiono. (2008). *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.* Bandung: Alfabeta
- Tubagus Herlambang. (2017). *Aerobic Gymnastics Sebagai Pembelajaran Aktivitas Ritmik Pada Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Semarang : Universitas PGRI Semarang


Yelina Rachma Pranamawati. (2010). *Penggunaan Media Audio Visual (slide show animation) untuk Meningkatkan Prestasi Siswa dalam Pembelajaran Bahasa Mandarin di SMKN 1 Magetan*. Solo : UNS

Zulbahri, Yuni Astuti, Erianti, Pitnawati, Damrah. (2020). *Pengembangan Media Belajar PJOK Pada Materi Senam Lantai (Artistik)*. Padang : Universitas Negeri Padang

*JURNAL ILMIAH PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK. Penggunaan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Siswa*. Diakses pada tanggal 23 mei 2020, pukul 14:51 WIB dari <http://macanfisika.blogspot.com/2017/05/penggunaan-media-audio-visual-dalam.html>

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin 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, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

---

Nomor : 590/UN34.16/PT.01.04/2021  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**


27 April 2021

**Yth . KEPALA SD Negeri Gentan**  
**Jl. Yudistiro, Gentan, Sinduharjo, Kec. Ngaglik, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa**  
**Yogyakarta 55581**

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

Nama : Sindy Nur Laila Aziiz Arwani  
NIM : 17602244015  
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Pengembangan teknik gerak dasar aerobic gymnastics individual women berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun  
Waktu Penelitian : 29 April - 8 Mei 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.

  
Wakil Dekan Bidang Akademik,

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

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

## Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN  
SD NEGERI GENTAN**

Alamat : Jl. Kaliurang Km. 10 Sinduharjo Ngaglik Sleman 55581 Tlp (0274) 4532240

**SURAT KETERANGAN**  
No. 021/S.Ket/G/V/2021

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SUPRIYATI BASUKI RAHAYU, S.Pd, M.Pd  
NIP : 19690612 199102 2 001  
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina, IV / a  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Negeri Gentan  
Instansi : Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman

Dengan ini menerangkan bahwa Saudara:

Nama : SINDY NUR LAILA AZIIZ ARWANI  
NIM : 17602244015  
Prodi : S1 PKO  
Instansi : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Adalah benar- benar selesai melakukan dan melaksanakan penelitian untuk penyusunan skripsi dengan judul “Pengembangan teknik gerak dasar aerobic gymnastics individual women berbasis audiovisual untuk anak usia 7-8 tahun ” yang berlangsung pada tanggal 29 April sampai dengan 08 Mei 2021.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Ngaglik, 05 Mei 2021  
Kepala Sekolah,  
  
Supriyati Basuki Rahayu, S.Pd, M.Pd  
Pembina IV/a  
NIP. 19690612 199102 2 001



### Lampiran 3. Surat Permohonan Ahli Materi

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Materi

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

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

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Ibu agar berkenan menjadi Ahli Materi terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Ibu, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 16 April 2021

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

NIP198105122010122003

Hormat Saya



Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Materi

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

Yth. Tri Handayani, S.Pd.Kor

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Ibu agar berkenan menjadi Ahli Materi terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Ibu, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 21 April 2021

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

NIP198105122010122003

Hormat Saya



Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Materi

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

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

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

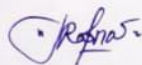
Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Ibu agar berkenan menjadi Ahli Materi terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Ibu, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Mei 2021

Mengetahui,

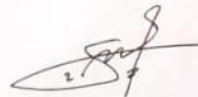
Dosen Pembimbing



Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

NIP198105122010122003

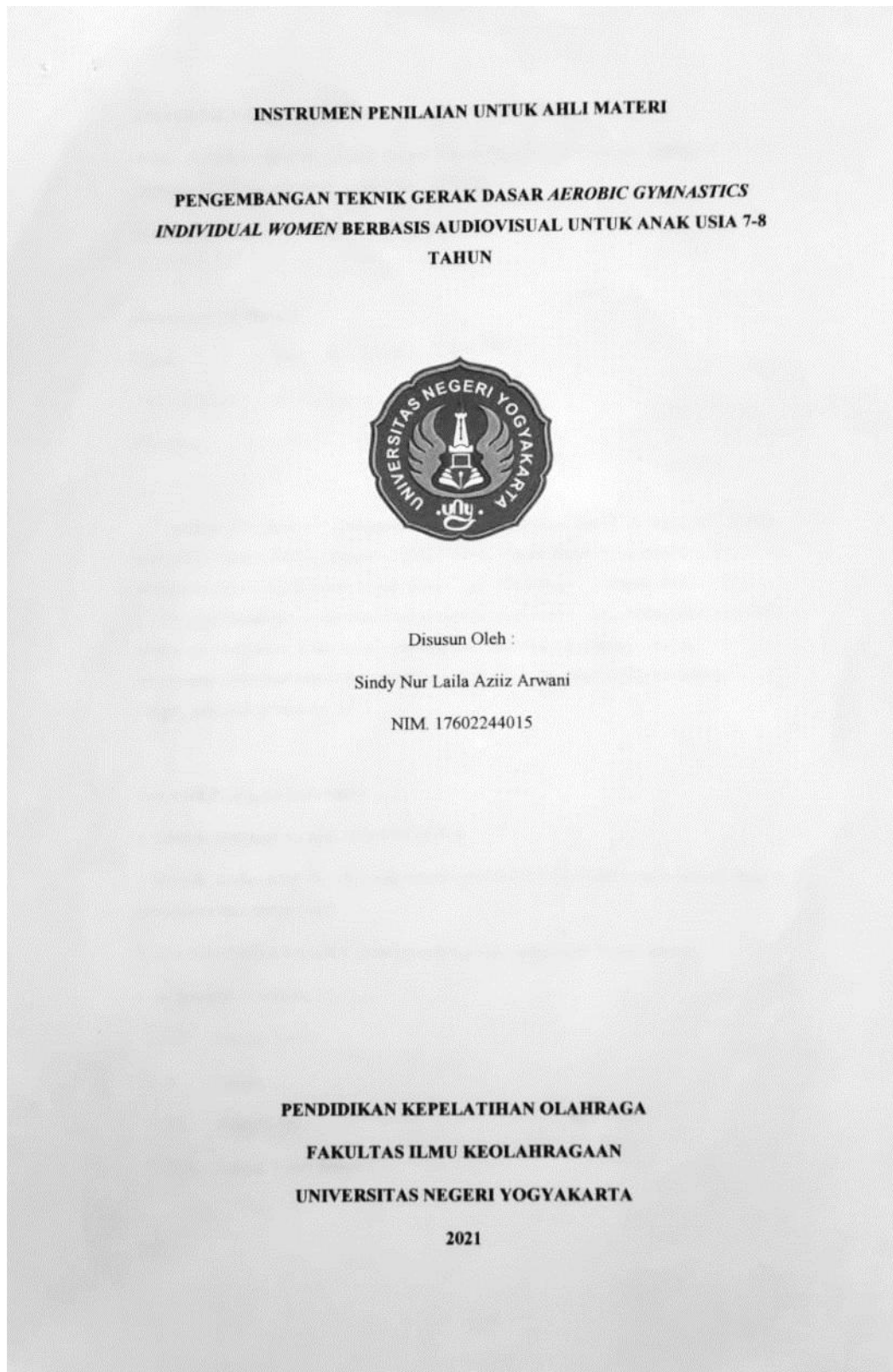
Hormat Saya



Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

Lampiran 4. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap I)



## **INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI**

Judul : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

### **Identitas Ahli Materi**

Nama : Prof. Dr. Dra. Endang Rini Sukarni, M.S.

Jenis Kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Dosen

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli materi pada "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 di bawah ini.

### **Petunjuk Penilaian Instrumen**

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

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		✓			
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan		✓			
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			

**Komentar atau Saran**

Setiap Pergantian Latihan ada komentar  
Perlu di jelaskan latihan koreo pada  
Teknik Gerak di luar Basic step.

**Kesimpulan :**

- 4) Layak untuk di uji cobakan tanpa revisi
- 5) Layak untuk di uji cobakan dengan revisi sesuai saran ✓
- 6) Tidak layak digunakan untuk di uji cobakan

Yogyakarta, 19 April 2021

Ahli Materi,



Prof. Dr. Endang Rini S. M.S.

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI**

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN**



Disusun Oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM. 17602244015

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

### **INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI**

Judul : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

#### **Identitas Ahli Materi**

Nama : Tri Handayani, S.Pd. Kor

Jenis Kelamin : Perempuan

Pekerjaan : PNS

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli materi pada "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 berharap kesediaan bapak/ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

#### **Petunjuk Penilaian Instrumen**

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Materi
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
4. Keterangan penilaian :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami	✓				
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	✓				
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				

#### Komentar atau Saran

Buku ini bisa di perbanyak dan di sosialisasikan ke Sekolah dasar, agar kedepannya Jogja mempunyai banyak atlet aerobic gymnastics. Kalau bisa ada semacam pelatihan untuk guru-guru sd biar tau apa itu aerobic gymnastics, karena sampai sekarang ini tauya olahraga senam hanya artistik dan ritmik saja.

#### Kesimpulan :

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

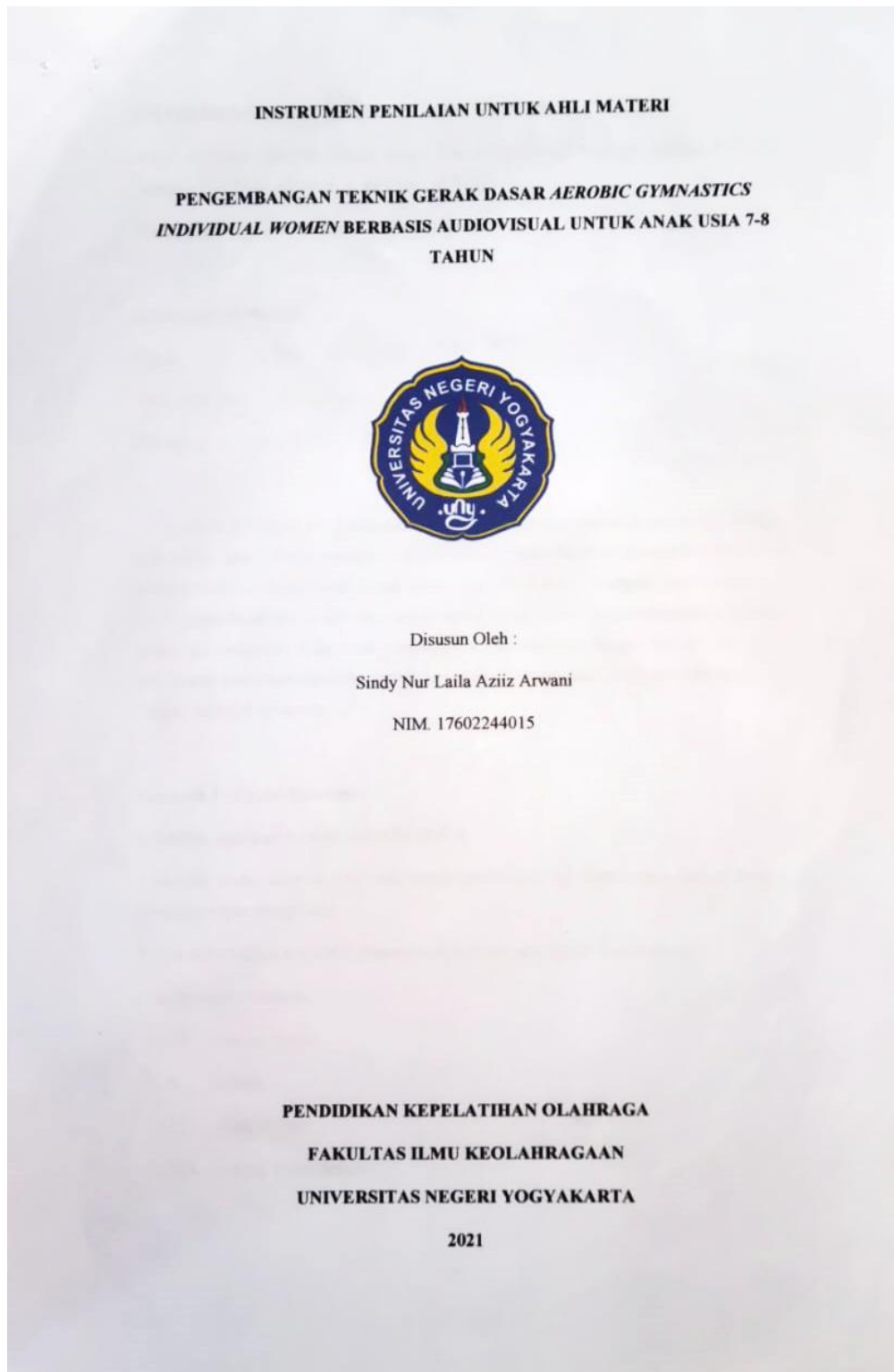
Yogyakarta, 24 April 2021

Ahli Materi,



TRI HANDAYANI.....

Lampiran 5. Instrumen Penilaian Ahli Materi (Tahap II)



### **INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MATERI**

Judul : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

#### **Identitas Ahli Materi**

Nama : Prof. Dr. Dra. Endang Rini Subanti, M.S.  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pekerjaan : Dosen

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli materi pada "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 berharap kesediaan bapak/ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

#### **Petunjuk Penilaian Instrumen**

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Materi
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
4. Keterangan penilaian :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
1.	Materi yang dipilih dan disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
2.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		✓			
3.	Perintah atau langkah-langkah yang disajikan sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
4.	Penulisan nama teknik sudah sesuai dengan teori dasar gerak senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
5.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
6.	Materi yang disajikan memiliki tujuan untuk pembelajaran dan latihan	✓				
7.	Materi yang disajikan sudah dapat digunakan untuk memperkenalkan teknik senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				

**Komentar atau Saran**

Paket produk dapat di lanjut.

**Kesimpulan :**

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

Yogyakarta, 4-5-2021

Ahli Materi,



Prof. Dr. Endang Rini S. MS

## Lampiran 6. Surat Pernyataan Ahli Materi

### SURAT PERNYATAAN AHLI MATERI

Proposal Penelitian :

PENGAMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMANSTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN

Nama : Sindy Nur Laila Aziiz Arawni  
NIM : 17602244015  
Prodi/Jurusan : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Pembimbing Skripsi : Ratna Budiarti. S.Pd.Kor.,M.Or.

Telah divalidasi dan layak untuk diuji cobakan.

Yogyakarta, 4-5-2021

Ahli Materi,



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

NIP. 196004071986012001

SURAT PERNYATAAN AHLI MATERI

Proposal Penelitian :

PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMANSTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN

Nama : Sindy Nur Laila Aziiz Arawni  
NIM : 17602244015  
Prodi/Jurusan : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Pembimbing Skripsi : Ratna Budiarti. S.Pd.Kor.,M.Or.

Telah divalidasi dan layak untuk diuji cobakan.

Yogyakarta, 24 April 2021

Ahli Materi,



Tri Handayani, S.Pd.Kor

NIP. 198107082010012012

## Lampiran 7. Surat Permohonan Ahli Materi

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Media

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

Yth. Risti Nurfadhila, S.Pd., M.Or.

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Ibu agar berkenan menjadi Ahli Media terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

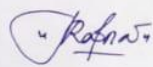
Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Ibu, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 16 April 2021

Mengetahui,

Hormat Saya

Dosen Pembimbing



Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIP198105122010122003

NIM 17602244015

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Media

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

Yth. Nawan Primasoni, S.Pd.Kor., M.Or.

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Bapak agar berkenan menjadi Ahli Media terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

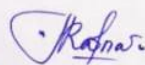
Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Bapak, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 21 April 2021

Mengetahui,

Hormat Saya

Dosen Pembimbing



Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIP198105122010122003

NIM 17602244015

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Media

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

Yth. Risti Nurfadhila, S.Pd.,M.Or.

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

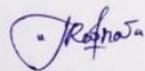
Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Ibu agar berkenan menjadi Ahli Media terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Ibu, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Mei 2021

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

NIP198105122010122003

Hormat Saya



Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM 17602244015

Hal : Surat Permohonan menjadi Ahli Media

Lamp : 1 Bendel Angket Penelitian

Kepada

Yth. Nawan Primasoni, S.Pd.Kor., M.Or.

Di Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir saya yang akan saya lakukan dengan judul "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun", maka dengan ini saya memohon kepada Bapak agar berkenan menjadi Ahli Media terhadap instrumen penelitian saya. Masukan tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kualitas hasil penelitian yang akan saya laksanakan.

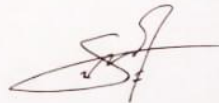
Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan perkenanan Bapak, saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Mei 2021

Mengetahui,

Hormat Saya

Dosen Pembimbing



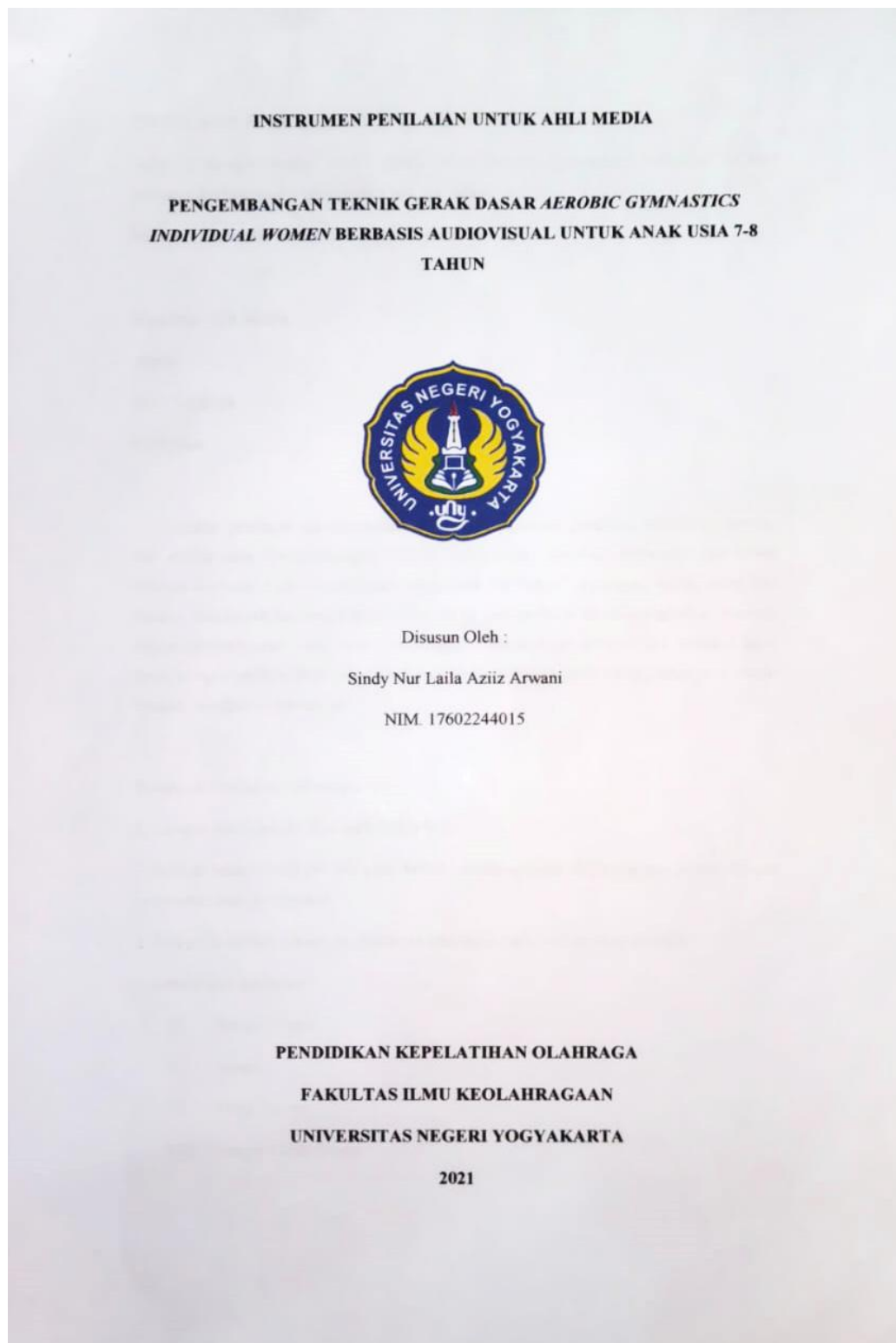
Ratna Budiarti, S.Pd.Kor.,M.Or

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIP198105122010122003

NIM 17602244015

Lampiran 8. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap I)



## INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA

Judul : Pengembangan Teknik Gerak *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

### Identitas Ahli <sup>Media</sup> Materi

Nama : Fiski Nur Fadhila

Jenis Kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Dosen

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media pada "Pengembangan Teknik Gerak *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 berharap kesediaan bapak/ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

### Petunjuk Penilaian Instrumen

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Media
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
4. Keterangan penilaian :
  - 5 : Sangat Setuju
  - 4 : Setuju
  - 3 : Tidak Setuju
  - 2 : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik</b>					
	Fisik Video					
1.	Ukuran file sesuai	✓				
2.	Resolusi gambar baik	✓				
3.	Pengoperasian mudah	✓				
<b>II</b>	<b>Aspek Desain</b>					
	Desain Video					
4.	Desain video menarik		✓			
5.	Warna tampilan menarik	✓				
6.	Gaya penulisan baik		✓			
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan</b>					
	Media Mengakses VideoGerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>					
7.	Penggunaan scan barcode mempermudah dalam mengakses video		✓			
	Video Gerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>					
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				

**Komentar atau Saran**

1. pada video bisa diberikan tulisan keterangan gerak
2. Pastikan seluruh video sudut pengambilan dari sisi depan dan samping.

**Kesimpulan :**

4. Layak untuk di uji cobakan tanpa revisi
5. Layak untuk di uji cobakan dengan revisi sesuai saran
6. Tidak layak digunakan untuk di uji cobakan

Yogyakarta, 19 April 2021

Ahli Media,

*Pisti*

Pisti Nurfaadhila

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN**



Disusun Oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM. 17602244015

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

**2021**

## **INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

Judul : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

### **Identitas Ahli Media**

Nama : Naura Purnamasari, S.Pd.Ker., M.Or.

Jenis Kelamin : Laki - laki

Pekerjaan : Dosen

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media pada "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 berharap kesediaan bapak/ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

### **Petunjuk Penilaian Instrumen**

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Media
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia

#### **4. Keterangan penilaian :**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik</b>					
	Fisik Video					
1.	Ukuran file sesuai		✓			
2.	Resolusi gambar baik		✓			
3.	Pengoperasian mudah		✓			
<b>II</b>	<b>Aspek Desain</b>					
	Desain Video					
4.	Desain video menarik		✓			
5.	Warna tampilan menarik		✓			
6.	Gaya penulisan baik		✓			
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan</b>					
	Media Mengakses VideoGerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>					
7.	Penggunaan scan barcode mempermudah dalam mengakses video		✓			
	Video Gerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>					
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			

**Komentar atau Saran**

- Hider harus diedit semaksimal mungkin
- Ukuran gambar sama, dibingkai
- video dibuat biasa dan slow motion
- ~~color~~ baik jangan foto atlet luar negeri

**Kesimpulan :**

4. Layak untuk di uji cobakan tanpa revisi
5. Layak untuk di uji cobakan dengan revisi sesuai saran
6. Tidak layak digunakan untuk di uji cobakan

Yogyakarta, 28 April - 2021

Ahli Media,



Nour N P

Lampiran 9. Instrumen Penilaian Ahli Media (Tahap II)

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN**



Disusun Oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM. 17602244015

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2021**

## INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA

Judul : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

### Identitas Ahli Media

Nama : Risti Nurfadkila, S.Pd.M.Or.  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pekerjaan : Dosen FK UMY

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media pada "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 di bawah ini.

### Petunjuk Penilaian Instrumen

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Media
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
4. Keterangan penilaian :
  - SS : Sangat Setuju
  - S : Setuju
  - TS : Tidak Setuju
  - STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik</b>					
	Fisik Video					
1.	Ukuran file sesuai		✓			
11.	Resolusi gambar baik	✓				
12.	Pengoperasian mudah		✓			
<b>II</b>	<b>Aspek Desain</b>					
	Desain Video		✓			
13.	Desain video menarik		✓			
14.	Warna tampilan menarik		✓			
15.	Gaya penulisan baik		✓			
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan</b>					
	Media Mengakses VideoGerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>					
16.	Penggunaan scan barcode mempermudah dalam mengakses video		✓			
	Video Gerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>		✓			
17.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
18.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
19.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			

**Komentar atau Saran**

**Kesimpulan :**

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

Yogyakarta, 4 Mei 2021

Ahli Media,



Rizki Nurfaadhila, S.Pd.M.Or.

**INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

**PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMNASTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN**



Disusun Oleh :

Sindy Nur Laila Aziiz Arwani

NIM. 17602244015

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

**2021**

### **INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK AHLI MEDIA**

Judul : Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 Tahun

Materi : Gerak Dasar Senam *Aerobic Gymnastics*

#### **Identitas Ahli Media**

Nama : Nawar Primasoni, S.Pd.Kor.,M.Or.

Jenis Kelamin : Laki - Laki

Pekerjaan : Dosen

Lembar penilaian ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu sebagai ahli media pada "Pengembangan Teknik Gerak Dasar *Aerobic Gymnastics Individual Women* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-8 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 di bawah ini.

#### **Petunjuk Penilaian Instrumen**

1. Lembar penilaian ini diisi oleh Ahli Media
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian yang Anda anggap sesuai dengan pertanyaan atau pernyataan
3. Jika perlu berilah komentar, pendapat atau saran pada kolom yang tersedia
4. Keterangan penilaian :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berilah Tanda *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

No	Aspek yang Dinilai	Penilaian				Komentar
		SS	S	TS	STS	
<b>I</b>	<b>Aspek Fisik</b>					
	Fisik Video					
1.	Ukuran file sesuai		✓			
2.	Resolusi gambar baik	✓				
3.	Pengoperasian mudah		✓			
<b>II</b>	<b>Aspek Desain</b>					
	Desain Video					
4.	Desain video menarik	✓				
5.	Warna tampilan menarik		✓			
6.	Gaya penulisan baik	✓				
<b>III</b>	<b>Aspek Penggunaan</b>					
	Media Mengakses VideoGerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>					
7.	Penggunaan scan barcode mempermudah dalam mengakses video	✓				
	Video Gerak Dasar Senam <i>Aerobic gymnastics</i>	<del>✓</del>				
8.	Video ini mempermudah untuk mempelajari gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			
9.	Video ini memperjelas untuk mempelajari tahap-tahap gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>	✓				
10.	Video ini sesuai untuk penggunaannya sebagai media berlatih dan belajar gerak dasar senam <i>aerobic gymnastics</i>		✓			

**Komentar atau Saran**

**Kesimpulan :**

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

Yogyakarta, 6 Mei 2021

Ahli Media,

  
.....  
Nawar p

## Lampiran 10. Surat Pernyataan Ahli Media

SURAT PERNYATAAN AHLI MEDIA

Proposal Penelitian :


PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMANSTICS INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8 TAHUN

Nama : Sindy Nur Laila Aziiz Arawni  
NIM : 17602244015  
Prodi/Jurusan : Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Pembimbing Skripsi : Ratna Budiarti. S.Pd Kor.,M.Or.

Telah divalidasi dan layak untuk diuji cobakan.

Yogyakarta, <sup>A Mei</sup>.....2021

Ahli Media,



Risti Nurfadhila, S.Pd.,M.Or.  
NIP. 11709900826645

SURAT PERNYATAAN AHLI MEDIA

Proposal Penelitian :

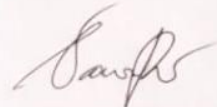
PENGEMBANGAN TEKNIK GERAK DASAR *AEROBIC GYMANSTICS*  
*INDIVIDUAL WOMEN* BERBASIS AUDIOVISUAL UNTUK ANAK USIA 7-8  
TAHUN

Nama : Sindy Nur Laila Aziiz Arawni  
NIM : 17602244015  
Prodi/Jurusan : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Pembimbing Skripsi : Ratna Budiarti. S.Pd.Kor.,M.Or.

Telah divalidasi dan layak untuk diuji cobakan.

Yogyakarta, 6 Mei 2021

Ahli Media,



Nawan Primasoni, M.Or

NIP. 198405212008121001

## Lampiran 11. Angket Penilaian Uji Coba Terbatas

**ANGKET PENILAIAN UNTUK PESERTA DIDIK**

**A. Petunjuk Umum**

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

**B. Identitas Responden**

Nama : Rifana dewi andari  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Usia : 8  
Sekolah : SD N Gentan

**C. Prosedur Penilaian Instrumen**

1. Berilah tanda *check list* (√) 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 *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

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

**Komentar atau Saran**

Vidio Bagus  
Vidio Jelas  
Vidio natural

Yogyakarta, 3 Mei ..... 2021

Responden,  
Rudi.

~~Rudi~~ Rifang

## Lampiran 12. Angket Penilaian Uji Coba Lapangan Utama

**ANGKET PENILAIAN UNTUK PESERTA DIDIK**

**A. Petunjuk Umum**

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

**B. Identitas Responden**

Nama : Talisa Anis Triyawati  
Jenis Kelamin : perempuan  
Usia : 8 tahun  
Sekolah : SD N Gentan

**C. Prosedur Penilaian Instrumen**

1. Berilah tanda *check list* (✓) 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 *Check List* (✓) dan Komentar atau Saran pada Kolom Penilaian dan Kolom Komentar yang Tersedia

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

**Komentar atau Saran**

Vidio Sangat menafit  
Tulisanya jelas  
Gambaranya jelas

Yogyakarta, ... 8 Mei ..... 2021

Responden,



..... Talisa Anis Iryawati

Lampiran 13. Dokumentasi



Anak-anak sedang diberikan informasi mengenai *aerobic gymnastics*



Anak-anak sedang melihat video gerak dasar *aerobic gymnastics*



Anak-anak sedang membaca buku panduan gerak dasar *aerobic gymnastics*



Anak-anak sedang mencoba melakukan salah satu gerak dasar *aerobic gymnastics*



Anak-anak sedang mengisi angket penilaian