ABSTRAK

Oki Mariyanto, NIM 1103111 "Pengenalan Cabang Atletik Nomor Lari Sprint dan Lari Estafet Menggunakan *Adobe Flash* CS6". Skripsi, Program Sarjana, Universitas Negeri Padang (UNP).

Atletik cabang lari merupakan suatu kegiatan atau aktivitas tubuh seseorang atlet atau pelari yang dilakukan dengan berlari dalam rangka meminimalkan waktu tempuh dari garis *start* ke garis *finish*. Klub Bacan adalah salah satu klub atletik cabang lari yang berada di Kecamatan Kubung, Kabupaten Solok tepatnya di Daerah Batu Batupang. Pada saat latihan adanya beberapa pemasalah yang timbul, seperti bagi para atlet pemula kurang memahami teknik-teknik atau gerakan-gerakan dalam lari yang berakibat pada hasil latihan yang tidak sesuai dengan harapan. Pada saat para atlet melakukan latihan lari estafet, adanya keraguan antara penerima dengan pemberi tongkat yang mengakibatkan sering kali tongkat terjatuh. Pada saat pemberian tongkat, penerima hanya diam menunggu pemberi memberikan tongkat tanpa melakukan perpindahan, hal ini yang menyebabkan para atlet ketinggalan dalam perlombaan.

Metode pengembangan yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah Metode dan Pengembangan (*Research and Development*) merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Model R&D yang penulis gunakan adalah versi ADDIE (*Analysis, Design, Development or Production, Implementation or Delivery and Evaluation*). Model pengembangan multimedia yang digunakan versi Luther-Sutopo. Penelitian ini juga menggunakan penilaian uji validitas, praktikalitas, dan efektifitas pada media latihan.

Hasil uji validitas produk ini didapatkan jumlah nilai **90,16** dengan kesimpulan sangat valid, hasil uji praktikalitas produk ini mendapatkan nilai **93,66** dengan demikian media sudah dikatakan sangat praktis, dan nilai uji efektifitas dari produk ini didapat jumlah nilai rata-rata **82,774** dengan demikian media sudah dikatakan sangat efektif. Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan, dapat disimpulkan bahwa media latihan yang digunakan oleh atlet membuat atlet tertarik dan senang menggunakan produk pengenalan media latihan atlet nomor lari di Klub Bacan Kabupaten Solok dan dapat membangkitkan semangat atlet dalam proses latihan.

Kata Kunci: Pengenalan, Atletik Nomor Lari, *Adobe Flash* CS 6