

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA MATERI GERAK
LOKOMOTOR DAN GERAK NON LOKOMOTOR BERBASIS
VIDEO INTERAKTIF DI KELAS I SEKOLAH DASAR
NEGERI 25 PASIR TIKU**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**FAUZAN RAHMADANI
NIM: 19086132**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Materi Gerak Lokomotor dan Gerak Non Lokomotor Berbasis Video Interaktif di Kelas 1 Sekolah Dasar Negeri 25 Pasir Tiku

Nama : Fauzan Rahmadani

NIM : 19086132

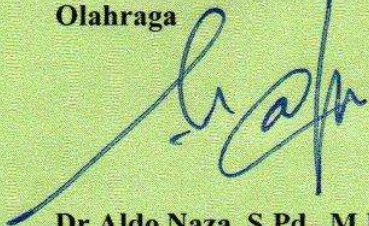
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2023

Mengetahui
Ketua Departemen Pendidikan
Olahraga



Dr. Aldo Naza, S.Pd., M.Pd
NIP. 198909012018031001

Disetujui oleh:
Pembimbing



Prof. Dr. Syahrastani, M.Kes., AIFO
NIP. 195912021987031001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Gerak Lokomotor dan Gerak Non lokomotor Berbasis Video Interaktif di kelas 1 Sekolah Dasar Negeri 25 Pasir Tiku

Nama : Fauzan Rahmadani
NIM : 19086132
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2023

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Prof. Dr. Syahrastani, M.Kes., AIFO

1. 

2. Anggota : Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si., M,Pd

2. 

3. Anggota : Indri Wulandari, S.Pd., M,Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis yang berupa tesis dengan judul **“Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Gerak Lokomotor dan Gerak Non Lokomotor Berbasis Video Interaktif Di Kelas I Sekolah Dasar Negeri 25 Pasir Tiku”**, ini adalah benar dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, September 2023

Yang membuat pernyataan



FAUZAN RAHMADANI

NIM: 19086132

ABSTRAK

Fauzan Rahmadani(2023) : Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Gerak Lokomotor dan Gerak non lokomotor Di Kelas I SD Negeri 25 Pasir Tiku

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media pembelajaran interaktif pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berbasis video di sekolah dasar dalam meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman siswa dalam materi gerak lokomotor dan non lokomotor. Berdasarkan pengamatan peneliti di sekolah, terlihat para siswa kurang termotivasi dalam pembelajaran PJOK terkhususnya pada materi gerak lokomotor dan non lokomotor dan sulit dalam memahami materi yang disampaikan.

Jenis penelitian ini merupakan Research and Development (R&D) dengan menggunakan model pengembangan ADDIE, yang terdiri atas 5 langkah pengembangan yaitu Analisis (Analyze) Perancangan (Design) Pengembangan (Development) Implementasi (Implementation) Evaluasi (Evaluation). Penelitian ini di bantu oleh 5 validator yaitu 3 ahli materi, 1 ahli media, dan 1 ahli bahasa.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar validasi. Teknik analisis data menggunakan skala penilaian dan rentang presentase. Dari penelitian yang telah dilakukan didapat bahwa validasi materi yang dikembangkan memiliki presentasi 92,77 % dengan klasifikasi sangat layak, validasi ahli media presentasi 85% dengan klasifikasi layak, dan validasi ahli bahasa 97,77% dengan klasifikasi sangat layak. Media pembelajaran berbasis video pada keterampilan gerak lokomotor dan non lokomotor di sekolah dasar kelas I layak digunakan.

Kata kunci : Video, media pembelajaran, gerak lokomotor dan non lokomotor kelas I

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karuniaNya sehingga skripsi yang berjudul “Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Gerak Lokomotor dan Gerak non lokomotor Di Kelas I SD Negeri 25 Pasir Tiku I” dapat diselesaikan.

Tugas akhir skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan, dukungan dan kerjasama dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini kami sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Kedua orang tua saya, Alm.ayahanda (Edi Murfi) dan ibu (Yenni S.Pd) abang saya (Ellang Yepi Saputra) adik saya (Nadine Norfi Fadillah) kakek (Khairul) nenek (Nurtina) dan paman saya (Gusrinaldi) yang sangat saya cintai, saya sayangi dan yang telah banyak memberikan dukungan berupa material dan juga do`a yang tulus dan tiada henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ikhsan M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama proses perkuliahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Bapak Sepriadi S.Si, M.Pd sebagai ketua Departemen Pendidikan Olahraga dan Bapak Dr.Aldo Naza S.Pd M.Pd sebagai sekretaris jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administratif dan konsultatif selama perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Prof.Dr.Syahrastani, M.Kes AIFO sebagai dosen pembimbing yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini baik berupa nasehat, saran dan dukungan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Dr.Asep Sujana Wahyuri S.Si ,M,Pd dan ibuk Indri Wulandari, S.Pd, M,Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan saran/masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak Prof. Dr. Harris Effendi Thahar, M,Pd, Bapak Dr. Nofrion, M.Pd, Bapak Pandu Dwi Prasetyo M,Pd,Firman Syahdi S.Pd,dan Bapak Suardi sebagai validator dalam penelitian ini yang telah memberikan saran/masukkan sehingga uji validitas dapat terlaksana dengan baik.
8. Bapak Kepala sekolah SD Negeri 25 Pasir Tiku Muslim S.HI, beserta Staf yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian skripsi ini.
9. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan banyak ilmu selama saya menempuh pendidikan di Universitas Negeri Padang.
10. Nim 19086246 atas segala motivasi dan bantuannya demi terselesaikannya skripsi ini.

Akhirnya semoga segala bantuan, dukungan, saran dan do'a yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT serta tugas akhir skripsi ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca ataupun pihak yang membutuhkan.

Padang, September 2023
Penulis

Fauzan Rahmadani
NIM. 19086132

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Pengertian Media Pembelajaran.....	8
B. Jenis Media Pembelajaran	10
C. Fungsi dan Manfaat Media Pembelajaran	14
D. Pemilihan Media Pembelajaran.....	17
E. Software Canva	19
F. Keterampilan Abad 21	23
G. Kurikulum Merdeka	26
H. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	29
I. Dasar Gerak.....	30
J. Kerangka Konseptual	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	37
B. Waktu dan Tempat Penelitian	38
C. Prosedur Penelitian dan Pengembangan	38
D. Teknik Pengumpulan Data	41

E. Instrumen Pengumpulan Data	42
F. Teknik Analisis Data.....	43
G. Kerangka Media Pembelajaran Berbasis Video.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASANA	
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan Penelitian	51
C. Keterbatasan Penelitian	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1. Skala Penilaian	43
2. Kriteria Presentasi Lembar Validasi	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Berjalan	32
2. Berlari.....	32
3. Lompat	33
4. Kerangka Berpikir Penelitian.....	36
5. Model ADDIE.....	40
6. Uji Validasi Materi Guru	53

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan suatu proses yang terjadi pada setiap diri seseorang dari sejak ia lahir sampai akhir hayatnya. Proses belajar dapat terjadi kapan dan dimana saja. Ini biasanya dibuktikan dengan berubahnya tingkah laku seseorang yang biasa terjadi pada tingkatan pengetahuan, keterampilan, atau sikapnya. Dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa membutuhkan guru yang kreatif (Kuswanto, 2018:15).

Berpedoman pada kurikulum 2013 yang berbasis karakter dan kompetensi ,antara lain ingin merubah pola pendidikan dari orientasi terhadap hasil dan materi kependidikan sebagai proses, melalui pendekatan tematik integrative. Oleh karena itu, dengan pembelajaran sebanyak mungkin melibatkan siswa ,agar mereka mampu bereksplorasi untuk membentuk kompetensi dengan menggali berbagai potensi, dan kebenaran secara ilmiah pengembangan kurikulum 2013 dilaksanakan atas dasar prinsip menurut (Ikhsan & Hadi, 2018:18).

Banyak cara untuk menjadi guru yang kreatif dalam proses pembelajaran, salah satunya dengan memanfaatkan media pembelajaran berbasis video dalam proses belajar. Penggunaan media pembelajaran merupakan bagian yang tidak bisa dipisahkan dan sudah merupakan suatu integrasi terhadap metode belajar yang dipakai. Kedudukan media pembelajaran memiliki peranan yang penting karena dapat membantu proses

belajar siswa. Penggunaan media berbasis video, bahan belajar yang abstrak bisa dikongkritkan dalam pembelajaran (Kuswanto & Radiansyah, 2018:15).

Penggunaan media video dalam kegiatan pembelajaran dapat menarik perhatian siswa, sehingga menumbuhkan rasa ingin tahu dan termotivasi untuk belajar, dengan menggunakan media video akan berpengaruh dalam proses pelajaran dan tentunya pendidikan perlu memiliki terobosan baru yang lebih 2 energik dalam pembelajaran karena dengan adanya media yang tepat proses pembelajaran akan mudah berjalan kemudian siswa akan lebih memahami apa yang disampaikan, sehingga materi pelajaran yang disampaikan akan diserap oleh siswa secara otomatis akan meningkatkan kemampuan belajar siswa.

Menurut Sudjati (2003 :17) Kategori video ialah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara Sekuensial. Video termasuk dalam kategori bahan ajar audiovisual. Bahan ajar audiovisual atau bahan ajar pandang - dengar merupakan bahan ajar yang mengkombinasikan dua materi, yaitu: materi visual dan auditif. Materi visual ditunjukkan untuk merangsang indra penglihatan siswa sedang mater auditif untuk merangsang indra pendengaran mereka. Dengan kombinasi dua materi ini, pendidik dapat menciptakan proses pembelajaran yang lebih berkualitas karena komunikasi berlangsung secara lebih efektif (Prastowo 2014:342).

Video merupakan tayangan gambar bergerak yang disertai dengan suara. video sebagai bahan ajar non cetak kaya informasi. Video sangat lugas, jika dimanfaatkan dalam kegiatan pembelajaran, karena dapat menghadirkan

informasi sampai ke hadapan siswa secara langsung. Selain itu video juga menambah dimensi baru dalam pembelajaran. Siswa lebih mudah mengingat dan memahami suatu pelajaran jika mereka tidak hanya menggunakan satu jenis indra saja, apalagi jika hanya indra pendengaran (Prastowo 2014:342).

Dalam kondisi seperti ini akan memberikan efek yang bermacam. Salah satunya adalah terbebannya siswa dengan tugas yang menumpuk di rumah akan mengakibatkan jenuh, bosan bahkan stres. Ketika siswa tidak berada di sekolah, misalnya liburan atau belajar dari rumah, mereka secara fisik akan menjadi kurang aktif dan memiliki waktu yang lebih lama untuk bermain ponsel, sehingga penggunaannya akan terasa jenuh, bahkan dengan stres yang berat dan ringan (Brazendale, 2017:117).

Dengan memberikan pembelajaran melalui media (video) diharapkan siswa mampu meningkatkan pemahaman dan kemauan untuk belajar khususnya dalam menunjang kegiatan belajar mengajar, Penelitian ini berfokus pada kelas I Sekolah Dasar, dan diharapkan mendapat hasil yang positif dan berguna bagi siswa kelas I Sekolah Dasar.

Hal ini diperkuat juga setelah penulis wawancarai salah satu guru pjok di sd 25 Pasir Tiku pada jumat 3 maret 2023 Firman Syahdi S. Pd, siswa masih mengalami kesulitan memahami materi gerak lokomotor dan non lokomotor oleh karna itu agar siswa memahami materi yang diberikan harus di gunakan pengembangan pembelajaran pjok yang lebih menarik agar mudah di pahami oleh siswa.

Salah satu materi yang ada dalam pembelajaran PJOK yaitu : Gerak Lokomotor dan Nonlokomotor. Materi gerak lokomotor dan nonlokomotor yang sulit dipahami oleh siswa dengan media pembelajaran yang kurang menarik bagi siswa, maka perlu dilakukan adanya pengembangan sebuah media ajar yang menarik dan mempunyai keefektivitasan guna dilakukan dalam proses pembelajaran pada kelas I (Satu) Sekolah Dasar.

Definisi gerak lokomotor juga dijelaskan oleh Mahendra (2007: 32) menyatakan bahwa gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain, baik secara horizontal maupun secara vertikal. Gerakan tersebut diantaranya jalan, lari, lompat, loncat, jingkat, menderap, memanjat dan lain-lain". Gerak nonlokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat. Tanpa ada ruang gerak yang memakai kemampuan nonlokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan dan lain-lain (Saputra , 2000). Di dalam buku M. Sajoto (2005:1) mengatakan bahwa "sejalan dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, dalam bidang olahraga juga mengalami perkembangan yang cepat". Yang lebih mencolok adalah adanya keterkaitan antara satu bidang pengetahuan dengan yang lain. Sehingga suatu masalah menjadi kompleks, karena dijelaskan melalui tinjauan dari berbagai sudut pengetahuan yang terkait dan saling menunjang.

Dari latar belakang masalah di atas peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa pemilihan media pembelajaran di sekolah tersebut kurang

menarik dan sulit dipahami oleh peserta didik, jadi dapat disimpulkan peneliti mengembangkan media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berbasis video di Sekolah Dasar kelas I (Satu) agar dapat memanfaatkan teknologi dan meningkatkan pembelajaran yang efektif, maka penulis tertarik untuk mengembangkan media pembelajaran berupa video pembelajaran.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan masalah yang telah di kemukakan di latar belakang masalah, banyak faktor- faktor di duga penyebabnya yaitu:

1. Media pembelajaran yang digunakan guru dalam proses belajar mengajar di duga mempengaruhi hasil belajar peserta didik
2. Metode pembelajaran yang digunakan guru dalam Pembelajaran dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik
3. Kemampuan guru dalam mengajar di duga dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik
4. Model pembelajaran kurang menarik di duga dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pada identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas ternyata banyak sekali variabel penelitian. Oleh karena itu, mengingat keterbatasan waktu, tenaga, sarana dan prasarana, biaya yang tersedia dalam penelitian serta kompleksnya permasalahan untuk lebih fokusnya maka

penulis membatasi penelitian ini yang pengembangan Media Pembelajaran video Interaktif di SD kelas I.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana pengembangan Pembelajaran PJOK berbasis Video interaktif di SD kelas I ?
2. Bagaimana validitas dari media pembelajaran PJOK pada materi gerak lokomotor dan gerak non lokomotor?
3. Bagaimana kepraktisan dari penggunaan media pembelajaran PJOK pada materi gerak lokomotor dan gerak non lokomotor?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tersebut tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Menghasilkan media video interaktif pembelajaran PJOK terhadap hasil, belajar Peserta didik.
2. Menentukan validitas media pembelajaran PJOK pada materi gerak lokomotor dan gerak non lokomotor
3. Menentukan praktikalitas media pembelajaran PJOK pada materi gerak lokomotor dan gerak non lokomotor

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang diuraikan di atas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi kepala sekolah, dapat dijadikan pertimbangan keefektifan bagi siswa agar dapat belajar secara mandiri aktif, kreatif dan inovatif.
2. Bagi guru, dapat memberikan gambaran media pembelajaran kepada guru agar pembelajaran lebih mudah disampaikan dan diterima oleh siswa dan sebagai media pembelajaran alternatif.
3. Bagi siswa, dapat menjadikan siswa lebih mandiri, memahami pembelajaran dan mempraktekkannya di lingkungan sekitar.
4. Bagi orang tua, gambaran media pembelajaran kepada orang tua agar menyampaikan pembelajaran lebih mudah disampaikan dan diterima oleh peserta didik dirumah sebagai media pembelajaran alternatif.
5. Bagi Penulis, dapat menambahkan pengetahuan dan pengembangan pembelajaran bagi siswa nanti di sekolah agar tidak selalu monoton dalam memberikan pembelajaran.