

**PENGEMBANGAN PERANGKAT PEMBELAJARAN SENAM BERBASIS
DIGI-VA DENGAN PENERAPAN *PROJECT BASED LEARNING*
DI PERGURUAN TINGGI**

DISERTASI

*Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Doktor
Program Studi Ilmu Pendidikan*



Oleh

ZULBAHRI
NIM 18169044

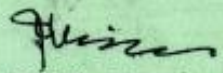
**PROGRAM STUDI ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM DOKTOR
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN AKHIR DISERTASI

Mahasiswa : **Zulbahri**
NIM. : 18169044
Program Studi : Ilmu Pendidikan

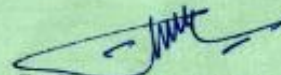
Menyetujui:

Promotor,



Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram
NIP. 19570101 198403 1 004

Co-Promotor,



Prof. Dr. Alnedral, M.Pd.
NIP. 19600430 198602 1 001

Mengesahkan:



Prof. Yenni Rozimela, M.Ed., Ph.D.
NIP. 19620919 198703 2 002

Koordinator Program Studi,



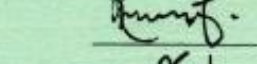
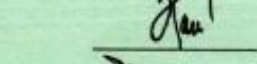
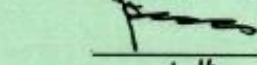

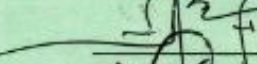
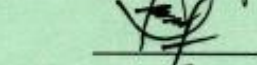
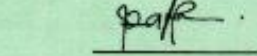


Prof. Dr. Ahmad Fauzan
NIP. 19660430 199001 1 001

PERSETUJUAN KOMISI UJIAN DISERTASI

Mahasiswa : **Zulbahri**
NIM. : 18169044

Dipertahankan di depan Penguji Disertasi
Program Studi Ilmu Pendidikan, Program Doktor Sekolah Pascasarjana
Universitas Negeri Padang
Hari: Kamis, Tanggal: 9 Februari 2023

No	N a m a	Tanda Tangan
1.	Prof. Gancfri, Ph.D Ketua (Rektor)	
2.	Prof. Yenni Rozimela, M.Ed., Ph.D. Sekretaris (Direktur)	
3.	Prof. Dr. Indang Dewata, M.Si., C.EIA. Anggota (Wakil Direktur I)	
4.	Prof. Dr. Ahmad Fauzan Anggota (Koordinator Program Studi)	
5.	Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram Anggota (Promotor/Penguji)	
6.	Prof. Dr. Alnedral, M.Pd Anggota (Co-Promotor/Penguji)	
7.	Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes, AIFO Anggota (Pembahas/Penguji)	
8.	Prof. Dr. Agustina, M.Hum Anggota (Pembahas/Penguji)	
9.	Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or Anggota (Penguji Eksternal Institusi)	

Koordinator Program Studi,



Prof. Dr. Ahmad Fauzan
NIP. 19660430 199001 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS DISERTASI

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi saya yang berjudul :

**PENGEMBANGAN PERANGKAT PEMBELAJARAN SENAM
BERBASIS *DIGI-VA* DENGAN PENERAPAN *PROJECT
BASED LEARNING* DI PERGURUAN TINGGI**

Tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik apapun di suatu program tinggi lain dan tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis aslinya. Apabila dikemudian hari saya terbukti melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah – olah hasil pemikiran saya sendiri, gelar dan ijazah yang diberikan Universitas oleh batal saya terima.

Padang, Februari 2023

Yang memberi pernyataan



Zulbahri

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa selalu melimpahkan berkat rahmat dan hidayah-Nya, hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan disertasi yang berjudul “Pengembangan Perangkat Pembelajaran Senam Berbasis *Digi-va* dengan Penerapan *Project Based Learning* di Perguruan Tinggi”. *Shalawat* beriring salam semoga senantiasa disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW.

Penulisan disertasi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan studi pada Program Studi S3 Ilmu Pendidikan Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang. Penulisan dan penyelesaian disertasi ini, tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibunda Muldiana, Ayahanda Nasrul, Nurmala Dwi Putri, S. ST., selaku istri, Ananda Az-Zhafran Khair Fayyadh dan An-Nazhif Khair Dhiyaulhaq serta seluruh keluarga besar yang selalu memberikan do'a, *support* dan motivasi dalam penyelesaian disertasi ini.
2. Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram. selaku Promotor dan Prof. Dr. Alnedral, M. Pd. selaku Co- Promotor yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini tanpa kendala yang cukup berarti.
3. Prof. Dr. Kamal Firdaus, M. Kes., AIFO dan Prof. Dr. Agustina, M. Hum, serta Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Si., M.Or sebagai tim pembahas/penguji yang telah memberi masukan dan kritikan untuk perbaikan agar disertasi ini menjadi lebih baik.
4. Prof. Ganefri, Ph.D., sebagai rektor Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi mahasiswa dan memfasilitasi penyelesaian disertasi mahasiswa program pascasarjana.
5. Prof. Dra. Yeni Rozimela, M. Ed., Ph. D., Prof. Dr. H. Indang Dewata, M.

Si., C .EIA dan Prof. Dr. Ahmad Fauzan, M. Pd, M. Sc., sebagai direktur, wakil direktur I dan ketua Program Studi S3 Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah membuat kebijakan, menerapkan kebijakan, dan memberikan kemudahan administrasi dalam penyelesaian disertasi.

6. Kepada semua pihak yang telah membantu dan memberi dorongan penulis dalam penyusunan disertasi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan disertasi ini belum sempurna, karena keterbatasan pada penulis. Untuk itu, penulis dengan ikhlas menerima semua saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan tulisan ini. Mudah-mudahan penelitian ini dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan. Aamiin.

Padang, Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN AKHIR DISERTASI.....	ii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN DISERTASI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS DISERTASI	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	14
C. Pembatasan Masalah	16
D. Perumusan Masalah.....	16
E. Tujuan Penelitian.....	16
F. Manfaat Penelitian	17
G. Spesifikasi Produk Penelitian.....	19
H. Kebaharuan dan Orisinalitas (<i>Novelty And Originality</i>).....	20
I. Road Map Penelitian.....	21
J. Definisi Operasional.....	22
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	24
A. Kajian Teori	24
1. Desain Perangkat Pembelajaran.....	24
2. Teori dasar yang mendasari <i>Project Based Learning</i>	26
3. <i>Project Based Learning (PjBL)</i>	34

4. Pembelajaran Motorik.....	39
5. Senam.....	45
6. Pengembangan Perangkat Belajar Senam Berbasis TIK.....	80
B. Penelitian Relevan.....	85
C. Kerangka Konseptual.....	87
D. Hipotesis Penelitian.....	91
BAB III METODE PENELITIAN	92
A. Jenis Penelitian.....	92
B. Prosedur Penelitian.....	93
C. Subjek Penelitian.....	102
D. Instrumen Penelitian.....	103
E. Teknik Pengumpulan Data.....	106
F. Teknik Analisis Data.....	108
G. Jadwal dan Tempat Penelitian.....	114
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENELITIAN.....	115
A. Hasil Perangkat Pembelajaran Senam.....	115
1. Hasil Tahapan Penelitian Pendahuluan (<i>Preliminary research</i>).....	115
2. Hasil Tahapan Penelitian Pengembangan (<i>Prototyping Phase</i>).....	123
3. Hasil Tahapan Penilaian (<i>Assessment Phase</i>).....	145
B. Pembahasan.....	150
C. Keterbatasan Pengembangan.....	162
BAB V PENUTUP.....	164
A. Kesimpulan	164
B. Implikasi.....	166
C. Saran.....	167
DAFTAR RUJUKAN.....	168
LAMPIRAN.....	180

DAFTAR TABEL

1. Uji T-Test.....	90
2. Analisis <i>Gain Skore</i>	91
3. Kriteria Kualitas Intervensi	92
4. Nama Validator Instrument, RPS dan Modul	98
5. Perangkat Penelitian.....	102
6. Aspek Penilaian E-RPS dan E-Modul Dosen	103
7. Aspek Penilaian e-RPS dan e-Modul <i>Digital</i> mahasiswa.....	103
8. Aspek Penilaian dan Indikator oleh Dosen	104
9. Aspek Penilaian RPS dan E-Modul <i>Digital</i> oleh Mahasiswa	104
10. Aspek Wawancara dengan Dosen dan Mahasiswa	105
11. Aspek Penilaian Efektifitas	106
12. Hasil Uji Validitas.....	106
13. Kriteria Validitas	109
14. Kriteria Praktikalitas	111
15. Kriteria tafsiran efektifitas N Gain	114
16. Kriteria Peningkatan Kompetensi senam	114
17. Hasil Observasi Pembelajaran Berbasis Teknologi	116
18. Hasil Analisis Keterampilan Senam	117
19. Hasil Kuesioner Potensi Pembelajaran Terintegrasi Teknologi.....	118
20. Analisis Tela'ah Literatur	122
21. Kisi-kisi E-RPS dan E-Modul Dosen dan Mahasiswa	131
22. Hasil Analisis <i>Prototipe 2</i>	135
23. Komentar dan Saran Tim Validator Terhadap <i>Prototipe 2</i>	136
24. Praktikalitas <i>One To One Evaluation</i>	138
25. Praktikalitas e-RPS dan e-Modul <i>Small Group Evaluation</i>	140
26. Praktikalitas e-RPS dan e-Modul Dosen.....	142
27. Praktikalitas e-RPS dan e-Modul oleh Mahasiswa	144
28. Praktikalitas e-RPS dan e-Modul oleh Dosen.....	144
29. Perbandingan Nilai Rata-Rata Keterampilan <i>Rolling Belakang</i>	146
30. Hasil Uji Normalitas Kelas Eksperimen	147

31. Hasil Uji Normalitas Kelas Kontrol	147
32. Hasil Analisis Uji Homogenitas Varians dengan Levene Statistic	148
33. Rata-rata Hasil Belajar Keterampilan <i>Rolling</i> Belakang.....	149
34. Rata-rata Hasil Belajar Keterampilan <i>Rolling</i> Belakang	149

DAFTAR GAMBAR

1. Nilai Perkuliahan Senam	9
2. <i>Road Map</i> Penelitian	22
3. Pelaksanaan <i>Roll</i> depan bulat awalan berdiri	61
4. Pelaksanaan <i>Roll</i> depan bulat awalan jongkok.....	61
5. Pelaksanaan <i>Roll</i> depan kangkang / V	62
6. Pelaksanaan <i>Roll</i> depan bulat awalan kaki lurus.....	65
7. Belakang bulat awalan kaki jongkok	66
8. Pelaksanaan <i>Roll</i> belakang sudut	67
9. Pelaksanaan meroda.	68
10. Pelaksanaan <i>handstand roll</i>	70
11. Kerangka Konsep.....	89
12. Prosedur Pengembangan	101
13. Menu Petunjuk Penggunaan Produk	125
14. E-RPS Perkuliahan.....	126
15. Materi pada E-Modul Perkuliahan.	128
16. Menu Video Praktik pada e-modul digital	128
17. Bentuk Penugasan pada E-modul.....	129
18. <i>Prototipe</i> awal dari produk penelitian.....	129
19. Tampilan E-RPS sebelum dan sesudah Revisi	132
20. Tampilan e-modul mahasiswa sebelum dan sesudah revisi.....	133
21. Tampilan e-modul dosen sebelum dan sesudah Revisi.....	134
22. Perbaikan <i>background</i> sebelum dan sesudah revisi	137

DAFTAR LAMPIRAN

1. Instrumen Validasi Lembar Observasi Pembelajaran Senam
2. Lembar Observasi Pembelajaran Senam Dosen
3. Rubrik Penilaian Pelaksanaan Pembelajaran Dosen
4. Hasil Analisis Data Observasi oleh Dosen
5. Lembar Validasi Instrumen Observasi Mahasiswa
6. Lembar Penilaian Praktek Pembelajaran Senam
7. Lembar Validasi Instrumen Observasi Mahasiswa
8. Lembar Observasi Pembelajaran Senam Mahasiswa
9. Instrumen Penelitian dan Hasil Analisis Validasi Instrumen
10. Instrumen Validasi Pedoman Wawancara
11. Instrumen Validasi Daftar *Checklist* (Penelitian Pendahuluan)
12. Instrumen Validasi Lembar *Self Evaluation*
13. Instrumen Validasi Lembar Validasi E-RPS
14. Lembar Validasi RPS Pembelajaran Senam Berbasis Digital
16. Instrumen Validasi Lembar Validitas E-Modul Dosen
17. Uji Lembar Validasi E-Modul Dosen
18. Instrumen Validasi Lembar Validitas E-modul Mahasiswa
19. Lembar Validasi E-Modul Mahasiswa
20. Instrumen Validasi Pedoman Wawancara
21. Instrumen Validasi Angket Praktikalitas Mahasiswa
22. Instrumen Validasi Angket Praktikalitas Dosen
23. Hasil Rekapitulasi Penilaian E-Rps Oleh *Self Evaluation*
24. Hasil Penilaian E-Modul Dosen Oleh *Self Evaluation*
25. Hasil Penilaian E-Modul Mahasiswa Oleh *Self Evaluation*
26. Rekapitulasi Hasil Validasi E-Rps Oleh *Expert*
27. Rekapitulasi Hasil Validasi E-Modul Dosen Oleh *Expert*
28. Rekapitulasi Hasil Validasi E-Modul Mahasiswa Oleh *Expert*
29. Hasil Angket Pratikalitas Oleh Mahasiswa
30. Hasil Angket Praktikalitas Oleh Dosen

31. Rekapitulasi Nilai *Rolling* Awal Mahasiswa
32. Uji hipotesis Kemampuan *Rolling* Belakang
33. Dokumentasi Penelitian
34. Surat Izin Penelitian
35. Balasan Surat Izin Penelitian
36. Produk Hasil Penelitian

ABSTRAK

Zulbahri, 2023. “Pengembangan Perangkat Pembelajaran Senam Berbasis Digi-va dengan Penerapan *Project Based Learning* di Perguruan Tinggi”. Disertasi. Sekolah Pascasarjana. Universitas Negeri Padang.

Hasil riset awal menunjukkan bahwa pembelajaran senam secara konvensional dan media daring berupa *e-learning* di Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan belum mampu menghasilkan keterampilan senam mahasiswa secara maksimal. Oleh karena itu perlunya didesain perangkat pembelajaran senam berbasis *digital* dengan tujuan untuk memudahkan mahasiswa dalam memahami materi perkuliahan. Penelitian ini dilakukan untuk menghasilkan e-RPS dan e-Modul berbasis digital yang memenuhi kriteria valid, praktis dan efektif. Secara operasional, perangkat e-RPS dan e-Modul terwujud dalam bentuk link pembelajaran dan juga berbentuk *pdf* dan video.

Penelitian ini adalah *Research and Development* (R&D). Proses pengembangan perangkat ini mengacu pada pengembangan model Ploom dan Nieveen yang terdiri dari; Pertama, *preliminary research* yaitu analisis kebutuhan dan konteks, kajian literatur dan pengembangan kerangka teoritis untuk intervensi. Kedua, *prototyping phase* yaitu proses perancangan secara siklikal dan berurutan dengan memakai evaluasi formatif dalam memperbaiki intervensi. Ketiga, *assessment phase* yaitu fase evaluasi sumatif untuk menyimpulkan apakah pemecahan masalah yang diberikan sudah sesuai dengan diharapkan. Uji coba lapangan dilaksanakan pada Semester Januari-Juni 2022 di Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; Pertama. Analisis pendahuluan pada tahapan *preliminary research* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan Penerapan *Project Based Learning* diperoleh hasil pada (a) analisis pelaksanaan pembelajaran senam yang dilaksanakan di kelas masih tergolong tidak praktis, (b) Analisis keterampilan senam pada setiap fase gerakannya berada pada persentase yang belum memuaskan, (c) analisis sikap mahasiswa terhadap pembelajaran konvensional dan pembelajaran berbasis teknologi berada pada tahapan kurang, (d) analisis kurikulum khususnya pada susunan materi sebelum perubahan diketahui bahwa minimnya aspek teknologi atau digital dalam perkuliahan senam, (e) dengan adanya analisis materi peneliti dapat mengidentifikasi materi-materi utama yang akan diajarkan dan menyusunnya secara sistematis serta mencari relevansi konsep yang dipelajari dengan kebutuhan pada saat perkuliahan. (f) *Literature Review*. Pada tahapan ini diperoleh teori dan konsep yang terbaik serta dianalisis sehingga menjadi landasan pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis digital untuk meningkatkan keterampilan *rolling* belakang pada pembelajaran senam. Kedua. Pengembangan produk pada tahapan *prototyping phase* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *project based learning* memenuhi kriteria valid. Tingkat validitas

pembelajaran senam berbasis digital ditinjau dari aspek didaktik, konstruksi, isi, kegrafikan dan bahasa pada E-Modul dan sedangkan pada E-RPS yaitu tujuan, efektifitas dan materi pembelajaran. Ketiga. Pengembangan produk pada tahapan *assesment phase* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *project based learning* mempunyai tingkat efektivitas yang cukup.

ABSTRACT

Zulbahri, 2023. “Pdevelopment of Digi-va-Based Gymnastics Learning Devices with the Application of Project Based Learning in Higher Education”. Dissertation. Posgraduate Program of Universitas Negeri Padang.

Preliminary research results show that conventional gymnastics learning and online media in the form of e-learning at the Department of Sports Education, Faculty of Sports Science, have not been able to produce students' gymnastic skills to the fullest. Therefore, it is necessary to design a digital-based exercise learning device with the aim of making it easier for students to understand lecture material. This research was conducted to produce digital-based e-RPS and e-Modules that meet valid, practical and effective criteria. Operationally, the e-RPS and e-Modules are realized in the form of learning links and also in the form of PDFs and videos.

This research is Research and Development (R&D). The process of developing this tool refers to the development of the Ploom and Nieveen models which consist of; First. Preliminary research which is needs and context analysis, literature review and development of a theoretical framework for intervention. Second. Prototyping phase that is cyclical and sequential design process using formative evaluation in improving interventions. Third Assessment phase, namely the summative evaluation phase to conclude whether the given problem solving is as expected. Field trials will be held in the January-June 2022 semester at the Department of Sports Education, Faculty of Sports Science.

The research results show that; First. Preliminary analysis at the preliminary research stage in the development of Digital-based exercise learning tools with the Application of Project Based Learning obtained results in (a) the implementation of gymnastic learning carried out in class is still classified as impractical. (b) gymnastic skills in each phase of the movement are at an unsatisfactory percentage. (c) student attitudes towards conventional learning and technology-integrated learning are at a low level. (d) based on the results of curriculum analysis it is known that there are minimal technological or digital aspects of learning material in gymnastic lectures. (e) with material analysis researchers can identify the main materials to be taught and arrange them systematically and look for the relevance of the concepts studied to the needs of the lecture. (f) at the Literature Review stage, the best theories and concepts were obtained and analyzed so that they became the basis for developing digital-based gymnastics learning tools to improve back-rolling skills in gymnastics learning. Second. Product development at the prototyping phase in the development of Digital-based exercise learning tools with the application of project-based learning meets valid criteria. The level of validity of digital-based gymnastic learning in terms of didactic, construction, content, graphic and language aspects in the E-Module and while in the E-RPS namely objectives, effectiveness and learning materials. Third. Product development at the stage of the assessment phase in the

development of Digital-based exercise learning tools with the application of project-based learning has a sufficient level of effectiveness.

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan penuntun masa depan dan arah hidup yang menjadi kebutuhan mendasar manusia. Pendidikan menjadi wadah dalam pembelajaran untuk memperoleh ilmu pengetahuan, keterampilan, perubahan kahlak serta kebiasaan dari sekelompok orang yang diwariskan secara turum-temurun melalui pengajaran, penelitian serta pelatihan. Anjuran melaksanakan pendidikan juga disampaikan di dalam Al-Qur'an, diantaranya surat Al-'Alaq ayat 1-8 yaitu "*Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Mahamulia. Yang mengajar (manusia) dengan pena. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya. Sekali-kali tidak! Sungguh, manusia itu benar-benar melampaui batas. Apabila melihat dirinya serba cukup. Kemudian, Melalui pendidikan seseorang juga dapat meningkatkan harkat dan martabatnya, sesuai yang dijelaskan Firman Allah, Alqur'an surat Al-Mujadalah ayat yang ke 11 yaitu "Allah meninggikan orang-orang yang beriman di antara kamu dan juga orang-orang yang diberi ilmu serta pengetahuan beberapa derajat".*

Terkait hal itu, dalam uraian Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 1 dijelaskan bahwa Pendidikan adalah usaha yang sadar dan terencana dalam rangka mewujudkan suasana dalam belajar dan proses pembelajaran supaya peserta didik secara aktif mengembangkan potensi

dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual dalam keagamaan, pengendalian diri atau sikap, kepribadian, kecerdasan, akhlak yang mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Untuk itu, perlu ada tujuan pelaksanaan pendidikan di Indonesia sesuai dengan penjelasan Undang-Undang No.20 Tahun 2003 Pasal 3 yaitu untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman serta bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, kreatif, berilmu, cakap, mandiri dan menjadi warga negara yang berjiwa demokratis serta bertanggung jawab.

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut, Indonesia menyelenggarakan dan memberikan layanan pendidikan pada jalur formal, non-formal dan informal pada setiap jenjang dan jenis pendidikan yang dikenal dengan sebutan satuan pendidikan. Salah satu satuan pendidikan yang umum dilaksanakan masyarakat Indonesia yaitu pendidikan formal, yang merupakan jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi (Peraturan Pemerintah, nomor 66 tahun 2010). Hal ini juga senada dengan yang disampaikan Firdaus, K (2011) bahwa pendidikan dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.

Dalam Undang-Undang No. 2 tahun 1989, pasal 16, ayat 2 tentang pendidikan tinggi dijelaskan bahwa satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi disebut pendidikan tinggi yang dapat berbentuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut atau universitas.

Universitas Negeri Padang yang biasa disingkat UNP merupakan diantara pendidikan tinggi negeri yang ada di negara Indonesia tepatnya di provinsi Sumatera Barat kota Padang. Universitas Negeri Padang (UNP) adalah hasil konversi IKIP Padang menjadi Universitas pada tahun 1999 yang pada mulanya bernama Pendidikan Tinggi Pendidikan Pendidik (PTPG) yang berdiri pada tanggal 23 Oktober 1954. UNP terdiri dari delapan (8) fakultas dan satu (1) Pascasarjana. UNP terakreditasi A Institusi dari BAN-PT (Situs UNP, 2021).

Salah satu fakultas yang berakreditasi A (Unggul) di Universitas Negeri Padang yaitu Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Fakultas ilmu Keolahragaan terdiri dari 6 program studi yaitu S1 Penjaskesrek, S1 Pendidikan Kepelatihan, S1 Ilmu Keolahragaan, S2 Pendidikan olahraga, S2 Ilmu Keolahragaan dan S3 Ilmu Keolahragaan. Fakultas Ilmu Keolahragaan untuk mencapai visinya menjadi fakultas yang unggul di kawasan Asia Tenggara memiliki tujuan diantaranya untuk menghasilkan lulusan yang berdaya saing dan adaptif terhadap perubahan lingkungan global dan menghasilkan karya ilmiah dan model pembelajaran Pendidikan Olahraga, Pendidikan dan Kepelatihan, serta Ilmu dan Teknologi Keolahragaan yang inovatif (Situs UNP, 2021).

Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek) merupakan salah satu Program Studi S1 yang ada di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang berdiri pada tahun 1983 serta telah memperoleh akreditasi nasional “A” atau dari Badan Akreditasi

Nasional Pendidikan Tinggi (BAN-PT) selama tiga periode, yaitu; 2005-2010, 2011-2016, 2016-2021 dan pada periode 2021-2026 memiliki akreditasi “Unggul”. Selain itu Program Studi Penjaskesrek juga sudah terakreditasi AUN-QA atau ASEAN University Network-Quality Assurance. Adapun salah satu tujuan dari Prodi Penjaskesrek yaitu menghasilkan lulusan yang mampu beradaptasi terhadap perubahan dalam bidang pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat baik nasional maupun internasional (Situs UNP, 2021).

Untuk menghasilkan lulusan yang profesional, Program studi Penjaskesrek perlu meningkatkan kualitas dan mutu pendidikan. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas dan mutu pendidikan adalah dengan membenahi proses pelaksanaan belajar mengajar yang merupakan aktivitas terpenting dalam upaya menciptakan pembelajaran yang baik. Melalui proses ini, tujuan pendidikan akan tercapai untuk mengubah manusia sebagai makhluk Tuhan dan warga negara yang ber-kepribadian baik, guna meningkatkan kualitas diri (Izza, 2020). Pada hakikatnya pembelajaran adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar. Kemudian, pembelajaran juga dikatakan sebagai proses memberikan bimbingan atau bantuan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar (Pane, 2017).

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, bahwa pembelajaran adalah proses

interaksi pendidik dengan peserta didik dan sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkungan belajar. Secara Nasional, pembelajaran dipandang sebagai suatu proses interaksi yang melibatkan komponen-komponen utama, yaitu peserta didik, pendidik, dan sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkungan belajar. Selain itu, proses pembelajaran juga dapat diartikan sebagai suatu system yang melibatkan satu kesatuan komponen yang saling berkaitan dan saling berinteraksi untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan secara optimal sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Proses pembelajaran ditandai dengan adanya interaksi edukatif yang terjadi, yaitu interaksi yang sadar akan tujuan. Interaksi ini berakar dari pihak pendidik (pendidik) dan kegiatan belajar secara paedagogis pada diri peserta didik, berproses secara sistematis melalui tahap rancangan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pembelajaran tidak terjadi seketika, melainkan berproses melalui tahapan-tahapan tertentu. Dalam pembelajaran, pendidik memfasilitasi peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Dengan adanya interaksi tersebut maka akan menghasilkan proses pembelajaran yang efektif sebagaimana yang telah diharapkan. (Dasopang, 2014).

Pembelajaran adalah aspek kegiatan yang kompleks dan tidak dapat dijelaskan sepenuhnya. Secara sederhana, pembelajaran dapat diartikan sebagai produk interaksi berkelanjutan antara pengembangan dan pengalaman hidup. Pada hakikatnya, pembelajaran merupakan usaha sadar dari seorang pendidik untuk membelajarkan peserta didiknya (mengarahkan interaksi peserta didik dengan sumber belajar lain) dengan maksud agar tujuannya

dapat tercapai (Trianto, 2010). Dari uraiannya tersebut, maka terlihat jelas bahwa pembelajaran itu adalah interaksi dua arah dari pendidik dan peserta didik, diantara keduanya terjadi komunikasi yang terarah menuju kepada target yang telah ditetapkan.

Salah satu pembelajaran dan perkuliahan yang dilaksanakan di Program Studi Penjaskesrek yaitu senam lantai. Senam merupakan bentuk kegiatan fisik yang dilakukan dengan keluasaan gerak dengan menggunakan pakaian sifatnya minim dan ketat dengan tujuan agar gerakan fisik yang dilakukan terlihat lebih jelas (Zulbahri, 2016). Dari karakteristik dan struktur geraknya, senam dapat dikatakan kegiatan fisik yang cocok untuk dijadikan sebagai alat pendidikan jasmani, karena dianggap mampu memberikan sumbangan terhadap kualitas perkembangan motorik dan kualitas fisik". Karakteristik gerak sangat berarti dalam peningkatan pemahaman terhadap prinsip-prinsip mekanika gerak dan hukum alam yang bekerja pada tubuh yang bergerak. Keterampilan senam selalu dibangun atas keterampilan dasar yang terdiri dari : (a) Keterampilan lokomotor, yaitu gerak berpindah tempat seperti jalan dan lompat. (b) Keterampilan non lokomotor, yaitu gerakan yang tidak berpindah tempat, mengandalkan persendian tubuh yang membentuk posisi-posisi berbeda yang tetap tinggal di satu titik seperti membengkok. (c) Keterampilan manipulatif, yaitu memanipulasi objek tertentu dengan anggota tubuh: tangan, kepala dan kaki (Zulbahri, 2016). Dalam pelaksanaan pembelajaran atau perkuliahan senam, ada beberapa gerakan yang dijadikan sebagai materi ajar praktek yang harus dilakukan mahasiswa untuk lulus mata

kuliah ini, diantaranya; *rolling* depan bulat, *rolling* depan kangkang, *rolling* belakang bulat, *rolling* belakang kangkang, *rolling* belakang lurus, *handstand roll* dan meroda. Kemudian juga ada gerakan tambahan sebagai gerakan variasi dalam merangkai gerakan senam, diantaranya; *kopstand*, *headstand*, *tiger sprong*, kayangan, sikap lilin, sikap kapal terbang dan lainnya.

Dalam kurikulum Penjaskesrek tahun ajaran 2021/2022, mata kuliah senam merupakan mata kuliah wajib yang harus dilaksanakan mahasiswa jika ingin lulus sebagai seorang sarjana. Pada prodi Penjaskesrek mata kuliah senam juga terbagi atas senam dasar, senam ritmik dan juga pembelajaran senam. Untuk senam lantai lebih sering disebut dengan senam dasar. Mahasiswa yang akan mengikuti mata kuliah pembelajaran senam harus meluluskan mata kuliah senam dasar terlebih dahulu dengan syarat nilai minimal B. Kondisi ini menekankan bahwa seorang dosen memiliki peran untuk menyampaikan materi senam demi mencapai hasil belajar senam yang sesuai dengan standar kelulusan. Untuk memaksimalkan hasil perkuliahan, dosen dan mahasiswa dituntut agar bisa bekerja sama untuk melaksanakan pembelajaran secara lebih baik, agar hasil pembelajaran mahasiswa tercapai dengan maksimal. Adapun nilai mahasiswa yang mengikuti mata kuliah senam dan pembelajaran senam untuk beberapa tahun belakangan ini di Program Studi Penjaskesrek FIK UNP memang belum dapat dikatakan maksimal, adapun beberapa contoh hasil penilaian mata kuliah ini yang diambil dari penilaian beberapa dosen dari tahun 2019 hingga 2021 dapat kita perhatikan pada gambar berikut.



UNIVERSITAS NEGERI PADANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

DAFTAR NILAI MAHASISWA
SEMESTER JULI DESEMBER 2019

Kelas : 201910860495
Matakuliah : Senam [POR1.61.5102]
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)
Dosen : ██████████

No	No.BP	Nama Mahasiswa	Program Studi	Rincian Penilaian			Nilai Akhir		
				UTS	UAS	TUGAS LAIN	ANGKA	HURUF	
1	19080057/2019	Siki Yulia Afifah	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	95.00	95.00	100.00	100.00	96.5	A
2	19080058/2019	Silvana Fitri	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	45.00	80.00	100.00	63	C+
3	19080059/2019	Siti Nurhaliza	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	100.00	100.00	70	B
4	19080060/2019	Soria Fransisca	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	100.00	100.00	79	B+
5	19080061/2019	Sri Rahayuni	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	100.00	100.00	70	B
6	19080246/2019	RISDIANA SARTIKA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	95.00	100.00	69.25	B-
7	19080247/2019	RIZDAL SAPRIMAN PUTRA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	80.00	70.00	100.00	100.00	82	A-
8	19080248/2019	RUSMAY HAFIZ	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	60.00	95.00	100.00	71.25	B
9	19080249/2019	RYAN PADOLA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	100.00	100.00	70	B
10	19080250/2019	RYAN SEPTIANGA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	85.00	100.00	67.75	B-
11	19080251/2019	SALMAN ALFA RESI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	95.00	100.00	69.25	B-
12	19080252/2019	Saka Billa Syifa	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	60.00	95.00	100.00	71.25	B
13	19080253/2019	SAMUEL DELPERO MANGGOLAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	100.00	100.00	79	B+
14	19080254/2019	SANDI IRAWAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	95.00	100.00	78.25	B+
15	19080255/2019	SHINTA NISPRYANTI SARI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	100.00	100.00	79	B+
16	19080256/2019	SETI PIRGANDA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	95.00	100.00	69.25	B-
17	19080258/2019	SURYA BUNAWA TESTA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	60.00	95.00	100.00	71.25	B
18	19080259/2019	SUTRI AWAL BHOE	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	95.00	100.00	69.25	B-
19	19080260/2019	Syafra Mulya Hayati	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	95.00	100.00	78.25	B+
20	19080261/2019	SYAFIL JANNAHTUL NADH	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	95.00	100.00	69.25	B-
21	19080262/2019	TALFIQ ANASMAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	80.00	100.00	76	B+
22	19080263/2019	YULWAN MUSTADI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	95.00	100.00	78.25	B+
23	19080297/2019	AKBAR SULAMAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	90.00	100.00	77.5	B+
24	19080299/2019	ALICHA BERLIAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	100.00	100.00	79	B+
25	19080300/2019	ALIF RAHMADOL ARIFIL	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	100.00	100.00	70	B
26	19080301/2019	ANAS HUSMAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	60.00	80.00	100.00	69	B-
27	19080302/2019	ANDREAS PRIA WANDA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	10.00	10.00	3	T
28	19080303/2019	ANDRIYANMUS SURYA GEMILANG	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	100.00	100.00	79	B+
29	19080304/2019	ANPO PRATO	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	55.00	85.00	100.00	67.75	B-
30	19080305/2019	ANGGI NOVRIZAL	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	85.00	100.00	76.75	B+

		UNIVERSITAS NEGERI PADANG									
		FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN									
		DAFTAR NILAI MAHASISWA									
		SEMESTER JULI DESEMBER 2020									
Kelas	:	202010860356									
Matakuliah	:	Senam [POR1.61.5102]									
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)									
Dosen	:	[REDACTED]									
No	No.BP	Nama Mahasiswa	Mahasiswa	Program Studi	Rincian Penilaian				Nilai Akhir		
					UTS	UAS	TUGAS	LAIN	ANGKA	HURUF	
1	17086124/2017	FEBRY MULYADI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)		0.00	0.00	0.00	0.00	0	T	
2	17086173/2017	Kat Abdul Jabbar	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	80.00	80.00	83.00	80.00	80.00	81.25	A-	
3	17086363/2017	ARIZ NOPRIANLI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
4	17086492/2017	YOGA NOVRIATAMA KURNIADE	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
5	18086058/2018	Wira Budi Subakty	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	85.00	85.00	86.00	87.00	85.75	A		
6	18086101/2018	DENNY RAMACHAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
7	18086108/2018	Khairul Anri	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	80.00	80.00	70.00	75	B+		

Padang, 12-09-2021

		UNIVERSITAS NEGERI PADANG									
		FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN									
		DAFTAR NILAI MAHASISWA									
		SEMESTER JANUARI JUNI 2021									
Kelas	:	202020860431									
Matakuliah	:	Pembelajaran Senam [POR1.61.5202]									
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)									
Dosen	:	[REDACTED]									
No	No.BP	Nama Mahasiswa	Mahasiswa	Program Studi	Rincian Penilaian				Nilai Akhir		
					UTS	UAS	TUGAS	LAIN	ANGKA	HURUF	
1	17086124/2017	FEBRY MULYADI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
2	17086233/2017	HAFIZH FATONAH	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
3	17086333/2017	MARTIAN FARDILLO	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
4	17086346/2017	AGUNG DARMA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
5	17086363/2017	ARIZ NOPRIANLI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	75.00	0.00	0.00	0.00	18.75	T		
6	17086400/2017	IGAL PURNAMA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
7	17086417/2017	JEFFS SYAHRENDO	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	60.00	80.00	70	B		
8	17086465/2017	REVO RACHMANDE	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)					0	-		
9	17086474/2017	REZKY RAMACHANI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	60.00	60.00	65	B-		
10	17086478/2017	RYAN PRATAMA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	72.00	80.00	85.00	70.00	76.75	B+		
11	17086520/2017	Mil Arel Islami	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
12	18086058/2018	Salsabila Fajris	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	80.00	85.00	90.00	78.75	B+		
13	18086074/2018	ALFIN AR RAHMAN QHOLID SYAH	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	80.00	85.00	80.00	81	A-		
14	18086077/2018	ABRIZAL	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	73.00	80.00	85.00	90.00	82	A-		
15	18086089/2018	AQJAL MUHAMMAD DAMHL FURQAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	85.00	80.00	85.00	90.00	85	A		
16	18086096/2018	DAFFA ULHAQ JASWIR	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	80.00	85.00	90.00	81.25	A-		
17	18086139/2018	FAHRIEL RIZKY NOVIANORS	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	80.00	80.00	85.00	80.00	81.25	A-		
18	18086137/2018	HENDRIK BELLANGYAH PRAYUDHA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	82.00	80.00	85.00	70.00	79.25	B+		
19	18086161/2018	MUHAMMAD ALWAZI	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	80.00	85.00	60.00	71.25	B		
20	18086203/2018	RYAN FADLIARHAMAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	81.00	70.00	70.00	90.00	77.75	B+		
21	18086238/2018	WANDA MOMALISA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	78.00	85.00	85.00	90.00	84.5	A-		
22	18086244/2018	FARHAN JAMAL	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	60.00	80.00	85.00	60.00	71.25	B		
23	18086254/2018	MELKI MELANDI PUTRA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	55.00	0.00	0.00	0.00	13.75	T		
24	18086327/2018	ALDO LORENZO	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	T		
25	18086368/2018	DEGID TRI WANJA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	80.00	80.00	70.00	75	B+		
26	18086375/2018	EZEN KARIM BARAGA	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	88.00	80.00	85.00	85.00	84.5	A-		
27	18086376/2018	FACHRI MUHAMMAD	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	80.00	85.00	80.00	78.75	B-		
28	18086379/2018	FADIL ASPAN	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	70.00	70.00	60.00	60.00	65	B+		
29	18086381/2018	FALSI MIFTAHDY YUSU	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	80.00	80.00	85.00	90.00	81.25	A-		
30	18086383/2018	FALZAN BIGHAN KAPIL	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi (S1)	75.00	80.00	85.00	90.00	82.5	A-		

Gambar 1. Nilai Perkuliahan Senam

Dari hasil penilaian tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil penilaian perkuliahan senam di Prodi Penjaskesrek belum maksimal dan masih dikatakan rendah, sebagai buktinya dari 67 mahasiswa yang mengambil mata kuliah senam dasar tersebut, rentang tahun 2019 hingga 2021 hanya 3 orang yang mendapatkan nilai maksimal yaitu (A), 9 orang bernilai (A-), 18 orang bernilai (B+), 7 orang bernilai (B), 9 orang bernilai (B-) dan 21 orang bernilai (T).

Hal tersebut tidak hanya terjadi pada lingkungan pendidikan tinggi, disekolahkanpun sebagai wadah pertama mahasiswa mendapat pengalaman belajar juga sama. Sebagai hasil observasi dan juga wawancara dengan beberapa pendidik serta mahasiswa Penjaskesrek, dijelaskan bahwa sulitnya mengembangkan dan melaksanakan pembelajaran senam karena minimnya sarana dan prasarana untuk pembelajaran senam. Kemudian, terbatasnya pengetahuan teknologi dari pendidik dalam membuat perangkat pembelajaran untuk melaksanakan pembelajaran senam. Kemudian, Minimnya modul pembelajaran senam disertai metode dan media yang dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan pengalaman belajarnya pada mata pelajaran senam. Selain itu, tingginya tingkat resiko cedera membuat pendidik tidak terlalu menuntut kemampuan dan kebiasaan mahasiswa dalam melakukan praktek gerakan senam.

Tentu hal tersebut harus menjadi perhatian serius, terutama bagi dosen dan pengajar mata kuliah senam. Penulis sendiri juga tergabung dalam tim mata kuliah senam di Prodi Penjaskesrek FIK UNP. Tentu penyebab

rendahnya hasil belajar atau nilai mahasiswa yang mengikuti mata kuliah senam ini bervariasi. Berdasarkan penelitian pendahulu yang pernah peneliti lakukan terkait mata kuliah senam ini, yaitu pada tahun 2014 dengan judul “*Effects of the Direct Assistance Approach and Indirectly on Handstand Skills in the floor gymnastics course*” dan penelitian pada tahun 2020 dengan judul “*Development of Lectora Based PJOK Digital Learning Media on Floor Gunning Materials (Artistic)*” diketahui rendahnya hasil belajar mahasiswa pada mata kuliah senam lantai dikarenakan beberapa hal yang diklasifikasi berdasarkan faktor internal dan eksternal.

Penyebab rendahnya hasil belajar pada mata kuliah senam berdasarkan faktor internal yaitu diduga kurangnya motivasi dalam melakukan aktivitas gerak, karena kurangnya memiliki pengalaman dalam aktivitas gerak dalam senam. Kurangnya minat, karena banyak diantara mahasiswa yang secara psikologis merasa takut untuk melakukan gerakan senam lantai karena resiko cedera yang tinggi. Kurangnya dari aspek kognitif, yakni dalam hal menyerap pembelajaran yang diajarkan oleh pengajar. Selain hal itu, dalam perkuliahan juga ditemui postur tubuh mahasiswa yang tidak ideal, seperti masih ditemui mahasiswa dengan kelebihan berat badan (*overweight*), dimana berat badan dan tinggi badannya tidak seimbang, begitu juga sebaliknya masih terlihat mahasiswa yang memiliki tubuh yang kurus (*underweight*). Padahal secara *antrophometri* mahasiswa yang memiliki tubuh seimbang akan lebih menguntungkan karena dapat lebih mudah untuk melakukan gerakan senam.

Selain itu, diduga penyebab rendahnya hasil belajar pada mata kuliah senam dari faktor eksternal yaitu perangkat pembelajaran yang dikembangkan dosen masih konvensional sehingga tidak sesuai dengan kebutuhan mahasiswa. Pembelajaran yang masih bersifat monoton, seperti cara belajar yang bersifat sama dari setiap kali pertemuan, sehingga kurangnya variasi pembelajaran yang menyebabkan rendahnya semangat dan motivasi mahasiswa serta terlihat kurang disiplinnya mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran. Kurang memadainya sarana dan prasarana serta alat bantu dalam perkuliahan seperti terbatasnya matras yang digunakan dengan jumlah mahasiswa yang ikut perkuliahan. Kondisi perkuliahan yang juga terganggu oleh aktivitas-aktivitas mahasiswa lain yang ikut perkuliahan di tempat yang sama, sehingga menyebabkan mahasiswa menjadi kurang fokus dan perhatian dalam perkuliahan. Kemudian, juga diduga terbatasnya kemampuan gerak yang dapat dilakukan oleh dosen sudah senior dalam mendemonstrasikan gerakan secara langsung, sehingga menyulitkan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman belajar langsung dari bentuk gerakan yang disampaikan dosen. Modul dan media pembelajaran yang masih minim, bahkan masih ada dosen yang tidak memiliki modul dan media pembelajaran yang dapat dijadikan acuan untuk belajar oleh mahasiswa. Terutama saat pandemi *covid-19* ini, mahasiswa umumnya kuliah secara daring sehingga untuk bisa melaksanakan praktek gerakan tentu harus punya acuan yang jelas dari setiap materi gerak yang akan dipelajarinya.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan pada perkuliahan senam tersebut, maka perlu adanya solusi untuk pemecahan masalah tersebut. Pengembangan perangkat pembelajaran pembelajaran senam diharapkan dapat meningkatkan semangat, motivasi serta kreativitas mahasiswa untuk mengikuti perkuliahan senam, sehingga pemahaman teoritis dan praktis mahasiswa terhadap pembelajaran senam meningkat dan menghasilkan penilaian yang maksimal. Adapun alur pembelajaran yang akan dikembangkan yaitu dengan penerapan *Project Based Learning* (Kemendikbud, 2016). *Project Based Learning* sesuai dengan tuntutan abad 21 karena dapat meningkatkan keterampilan berpikir tingkat tinggi (Buck Institute Education, 2013; Patton, 2012). Selain itu, *Project Based Learning* juga mampu meningkatkan kompetensi sosial-emosional dan prestasi mahasiswa (Mahasneh & Alwan, 2018; Quint & Condliffe, 2018; Ummah et al., 2019). *Project Based Learning* juga terbukti efektif dalam pembelajaran (Asy'ari et al., 2019; Nunaki et al., 2019; Siswono et al., 2018).

Pengembangan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* ini akan dikembangkan untuk meningkatkan kreatifitas mahasiswa untuk menghasilkan proyek pembelajaran dalam bentuk *Digital*. Berhubung, tuntutan kondisi pembelajaran dimasa pandemi *covid-19* ini lebih dominan secara daring. Melalui proses *Digitalisasi*, mahasiswa akan lebih mudah mengakses dan membuka modul pembelajaran yang dirancang dengan menggunakan aplikasi *canva*, *pdf professional flipbook*,

youtube, google drive, whatsApp, telegram dan aplikasi lainnya yang sejenis menggunakan *computer/laptop* serta *Handphone* berbasis *android*. Karena sebelumnya perangkat pembelajaran senam dalam pembelajaran lebih dikembangkan secara konvensional, maka nantinya akan dilihat juga perbandingan serta keefektifan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* dengan perangkat pembelajaran secara konvensional.

B. Identifikasi Masalah

Masalah yang muncul pada latar belakang masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Mahasiswa merasa kesulitan dalam memahami dan melaksanakan gerakan dalam senam karena gerakannya bersifat manipulatif, sehingga terbatasnya keterampilan mahasiswa dalam melaksanakan gerak.
2. Mahasiswa menganggap pembelajaran senam sebagai mata kuliah yang sulit dan tidak menyenangkan sehingga motivasi mahasiswa menjadi berkurang.
3. Sikap positif terhadap mata kuliah senam juga berkurang dikarenakan tingkat resiko cederanya tinggi.
4. Kurangnya minat yang menumbuhkan rasa jenuh pada mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan senam karena kurangnya variasi dalam pembelajaran.
5. Dosen hanya mentransfer ilmu pengetahuan yang bersifat abstrak kepada mahasiswa dan minim dalam mendemonstrasikan gerakan secara

langsung kepada mahasiswa. Sehingga mahasiswa menjadi sulit untuk menemukan model belajar yang sesuai dan tepat dalam pembelajaran gerak senam.

6. Metode pembelajaran senam yang dilakukan dosen masih konvensional dan kurang bervariasi sehingga bersifat monoton dan membuat mahasiswa cepat jenuh dalam pembelajaran.
7. Tahapan teknik gerakan senam kurang diajarkan secara konsep dan tidak mendetail sehingga mahasiswa sering mengalami kesalahan dalam melaksanakan gerakan sesuai dengan alur dan fasenya.
8. Minimnya media pendukung yang digunakan dosen dalam pembelajaran senam juga mengakibatkan terbatasnya dan kurang bervariasi pembelajaran.
9. Sarana dan prasarana yang kurang memadai untuk mata kuliah senam juga mempersulit mahasiswa dalam belajar dan latihan gerak.
10. Belum lengkapnya perangkat seperti RPS, modul dan video pembelajaran dalam perkuliahan serta belum terdapatnya panduan kegiatan dalam meningkatkan kreativitas mahasiswa untuk menghasilkan sebuah produk dari pembelajaran yang dilakukan.
11. Kondisi perkuliahan yang juga terganggu oleh aktivitas-aktivitas mahasiswa lain yang ikut perkuliahan di tempat yang sama, sehingga menyebabkan mahasiswa menjadi kurang fokus dan perhatian dalam perkuliahan
12. Keterbatasan kemampuan kognitif dan motorik mahasiswa masih rendah

juga menjadi penghalang untuk menyerap pembelajaran.

C. Pembatasan Masalah

Banyaknya permasalahan yang dapat mempengaruhi hasil pembelajaran senam, serta karena adanya keterbatasan-keterbatasan pada peneliti sendiri, maka perlu dilakukan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih fokus kepada pencapaian tujuan penelitian. Karena hal tersebut penelitian ini dibatasi pada Pengembangan Perangkat Pembelajaran Senam Berbasis *Digi-va* dengan Penerapan *Project Based Learning*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana analisis pendahuluan pada tahapan *preliminary research* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning*?
2. Bagaimana pengembangan produk pada tahapan *prototyping phase* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning*?
3. Bagaimana penilaian pada tahapan *asesment phase* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning*?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai setelah penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengetahui analisis pendahuluan pada tahapan *preliminary research* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning*.
2. Mengetahui pengembangan produk pada tahapan *prototyping phase* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning*.
3. Mengetahui penilaian pada tahapan *asesment phase* dalam pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning*.

F. Manfaat Penelitian

Pengembangan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* ini diharapkan mampu menjadi salah satu wadah belajar secara mandiri yang dapat digunakan mahasiswa untuk perkuliahan secara daring maupun luring di kampus maupun di rumah. Selain itu mahasiswa juga diarahkan untuk bisa membangun pemahaman dan kreatifitasnya dengan mengaitkan antara teks dan video serta gambar yang ada pada *Project Based Learning* ini, yang bisa dibuka secara berulang-ulang dimanapun ia berada. Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian dan pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning* ini memiliki manfaat antara lain sebagai berikut.

1. Bagi mahasiswa
 - a. Sebagai wadah untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa terhadap

konsep gerakan senam sesuai dengan kemampuannya dengan pemanfaatan pengembangan pengetahuan dan teknologi masa kini.

- b. Mahasiswa dapat belajar secara mandiri dengan mudah melalui bantuan *computer/laptop* dan *handphone android*.
- c. Mahasiswa dapat memantapkan pengetahuannya teori maupun praktek secara maksimal dalam membentuk suatu konsep pelaksanaan gerakan senam.

2. Bagi dosen

- a. Mempermudah dosen dalam melaksanakan perkuliahan, baik secara daring maupun luring untuk membangun pengetahuan dan pemahaman mahasiswa terhadap materi dalam perkuliahan senam.
- b. Sebagai bentuk perwujudan usaha untuk meningkatkan hasil pembelajaran sesuai amanah secara optimal dengan pengembangan perangkat pembelajaran senam sesuai dengan Undang-Undang Dasar 1945, yaitu pendidikan adalah upaya untuk mencerdaskan anak bangsa.
- c. Sebagai alternatif untuk pendekatan pembelajaran senam yang lebih menyenangkan dan mendorong dosen untuk selalu meningkatkan pengetahuan, meningkatkan kualitas dan mutu pembelajaran dengan melakukan inovasi perkuliahan dengan pengembangan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning*.

3. Bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Diharapkan penelitian pengembangan ini sebagai saran, masukan dan evaluasi untuk menentukan kebijakan dalam meningkatkan

keefektifan pembelajaran di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan terkhusus Prodi Penjaskesrek diharapkan menggunakan teknologi informasi dan komunikasi komputer, alat peraga atau media lainnya.

4. Bagi Peneliti

Dapat memberikan pengalaman baru untuk mengembangkan Perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* melalui pendekatan kontekstual sebagai bekal untuk pembelajaran pada perkuliahan senam.

5. Bagi Peneliti Lainnya

Sebagai motivasi agar bisa menambah wawasan dan terus berkarya dalam mengembangkan objek yang diteliti guna menyempurnakan pembelajaran yang terus berkembang dan dikembangkan dan sebagai bekal untuk penelitian berikutnya.

G. Spesifikasi Produk Penelitian

Spesifikasi produk yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Rangkaian Perangkat pembelajaran berbasis *Digital* yang di desain dengan menggunakan aplikasi *canva* dalam bentuk Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPS) senam dengan penerapan *Project Based Learning* yang digunakan dalam perkuliahan senam.
2. Modul Mahasiswa dalam bentuk cetak, dan *Digital* yang di desain dengan menggunakan aplikasi *canva* dari pengembangan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* yang berisi tentang

materi perkuliahan dalam bentuk penjelasan berupa teks yang dilengkapi gambar-gambar pelaksanaan gerakan senam serta video gerakan senam yang dilengkapi dengan keterangan langkah-langklah pelaksanaan gerak.

3. Buku panduan dosen dalam bentuk cetak dan *Digital* yang di desain dengan menggunakan aplikasi *canva* dari pengembangan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* yang berisi tentang materi perkuliahan dalam bentuk penjelasan berupa teks yang dilengkapi gambar-gambar pelaksanaan gerakan senam serta video gerakan senam yang dilengkapi dengan keterangan langkah-langklah pelaksanaan gerak.
4. E-RPS, *e-modul* mahasiswa serta *e-book* dosen selain dalam bentuk *link Digital*, juga dibuatkan dalam bentuk format *Pdf* dan juga video agar bisa di *download* oleh dosen maupun mahasiswa supaya bisa digunakan secara *offline*.

H. Kebaharuan dan Orisinalitas (*Novelty and Originality*)

Novelty atau kebaharuan dalam penelitian pengembangan ini yaitu terbentuknya pengembangan perangkat pembelajaran senam dengan penerapan *Project Based Learning* dengan Produk yang dihasilkan dalam penelitian pengembangan ini yaitu berupa RPS, modul mahasiswa dan buku panduan dosen dalam bentuk cetak dan *Digital* yang dibuat peneliti, *Digitalisasi* pembelajaran senam yang dilakukan mahasiswa dalam perkuliahan, gabungan hasil karya mahasiswa dengan dosen dalam bentuk *Digital* dengan bentuk penjelasan berupa teks yang dilengkapi gambar-

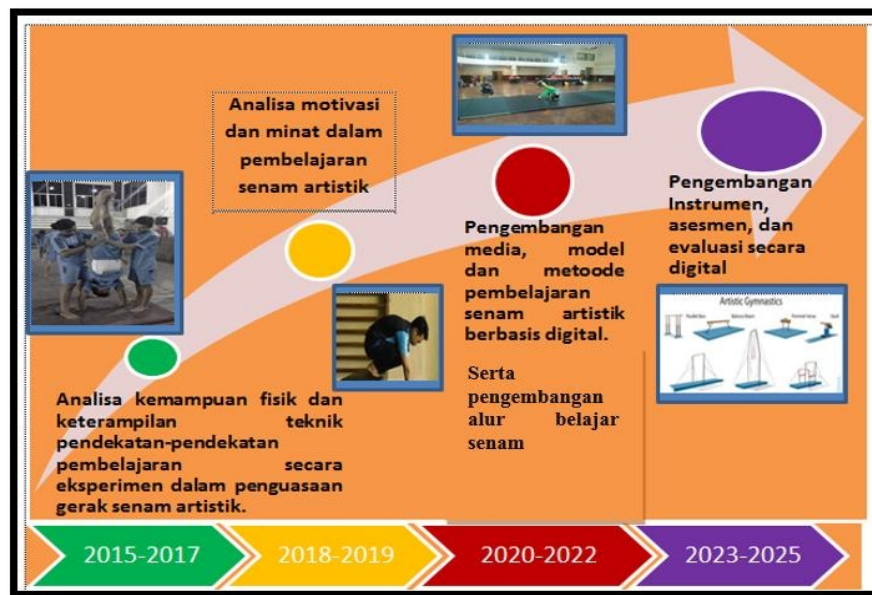
gambar pelaksanaan gerakan senam, serta video gerakan senam yang dilengkapi dengan keterangan dari hasil pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan mahasiswa dengan bimbingan dan pembelajaran secara langsung dalam perkuliahan senam. Selain itu, juga dilaksanakan pelatihan untuk perwasitan dan manajemen perlombaan serta kompetisi dalam pembelajaran senam antar mahasiswa.

Produk penelitian *Digital* ini juga bisa di *update* sesuai kebutuhan jika terjadi perubahan dan pengembangan keilmuan tanpa harus meminta produk atau *link* yang baru, dengan artian produk atau *link Digital* yang digunakan tetap sama. Kemudian, penggunaan produk digital dalam penelitian ini juga merupakan wujud sumbangsih untuk mengurangi penggunaan kertas yang sifatnya mudah rusak atau hilang. Sehingga dengan adanya produk *digital* ini, pengguna dapat menggunakannya kapan dan dimana saja dengan menggunakan *handphone android*. Kemudahan lainnya yang di dapat melalui produk penelitian ini yaitu dengan minimnya sarana pembelajaran, mahasiswa juga terbantu untuk dapat mengembangkan aktifitas gerakanya di luar jam perkuliahan dengan mencontoh acuan gerak yang ada pada produk *Digital* tanpa harus menggunakan matras yang ada dikampus. Kemudian, bentuk *originality* penelitian ini yaitu pengembangan produk serta pelaksana atau sebagai figur untuk model video gerakanya adalah dosen dan juga mahasiswa yang secara langsung tanpa plagiiasi hasil ciptaan karya orang lain.

I. Road Map Penelitian

Adapun penelitian yang akan dilaksanakan ini terletak pada kisaran

tahun 2020-2022 yaitu pengembangan metode, media, model, desain dan perangkat pembelajaran dalam senam, untuk lebih jelasnya dapat diperhatikan gambar berikut.



Gambar 2. Road Map Penelitian

J. Definisi Operasional

Agar tidak menimbulkan perbedaan penafsiran istilah dalam penelitian, maka dikemukakan beberapa istilah yang banyak digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Pengembangan adalah sebuah proses yang disusun secara sistematis dengan mengikuti prosedur yang ditetapkan dalam mengembangkan bahan ajar sehingga menghasilkan produk berupa modul pembelajaran berbasis *Digital* pada mata kuliah senam.
2. Pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digital* dengan penerapan *Project Based Learning* merupakan rangkaian kegiatan belajar mahasiswa yang dirangkum dalam sebuah produk pembelajaran yang

digunakan pada *computer/laptop* maupun *smartphone* sebagai wadah perantara guna penyampaian informasi dari dosen ke mahasiswa dalam proses perkuliahan.

3. Senam merupakan rangkaian aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Aktifitas dan gerakan dalam pembelajaran senam sangat sesuai untuk penekanan di dalam program pendidikan jasmani. Persyaratkan fisik yang dituntut, seperti kekuatan, keseimbangan, koordinasi, daya tahan dan kelenturan dari bagian tubuh.
4. Tahapan *preliminary research* yaitu langkah dasar pengembangan perangkat. Pada tahap ini yang dilakukan yaitu menganalisis atau mengungkap *gap analysis* yang terjadi, sehingga menunjukkan pentingnya pengembangan produk penelitian yang berupa perangkat pembelajaran berbasis *Digi-va*.
5. Tahapan *prototyping phase* ini tujuannya untuk mengintervensi pada hasil tahapan sebelumnya, yaitu *preliminary research*. Kegiatan yang dilakukan yaitu dengan menyusun Perangkat pembelajaran senam berbasis Digital dan instrumen yang diperlukan.
6. Tahapan *assessment phase* merupakan tahapan dalam memberikan penilaian terhadap pengembangan perangkat pembelajaran senam berbasis *Digi-va* yang sudah diuji pada *field test*, baik itu dari aspek praktikalitas maupun efektifitasnya.