

**"PENGEMBANGAN MEDIA LATIHAN *CHEKING YEOP CHAGI*
BERBASIS VIDEO DI DOJANG UNP"**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi departemen pendidikan olahraga sebagai
salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**SYAHROZI
NIM: 17086295**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

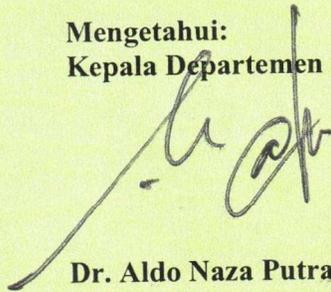
PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi*
Berbasis Video di Dojang UNP
Nama : Syahrozi
NIM : 17086295
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

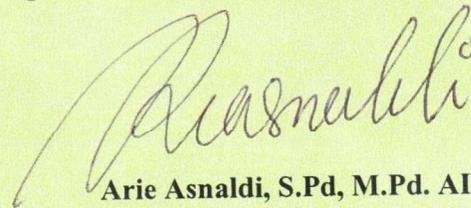
Padang, Maret 2024

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:
Pembimbing



Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd. AIFO-FIT CST
NIP. 19801103 200501 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Syahrozi
NIM : 17086295

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

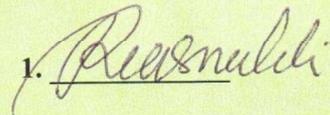
**Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi* Berbasis Video di
Dojang UNP**

Padang, Maret 2024

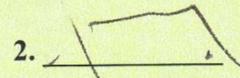
Tim Penguji

Tanda Tangan

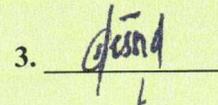
1. Ketua : Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd. AIFO-FIT CST

1. 

2. Anggota : Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd

2. 

3. Anggota : Dessi Novita Sari, S.Pd, M.Pd

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi saya yang berjudul Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi* Berbasis Video di Dojang UNP adalah karya tulis saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana di Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya dan bukan merupakan duplikasi orang lain.
3. Di dalam skripsi 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 dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Maret 2024
Yang membuat pernyataan



Syahrozi
NIM: 17086295

ABSTRAK

Syahrozi. 2024. Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi* Berbasis Video di Dojang UNP.

Pengembangan media latihan ini dilakukan sebagai upaya dalam pemecahan masalah yang terjadi selama latihan di dojang, kurang fasihnya taekwondoin dalam menguasai tendangan *Cheking Yeop Chagi* ini disebabkan oleh kurang maksimalnya waktu latihan di dojang. Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan media latihan yang dapat memaksimalkan waktu latihan taekwondoin yang valid dan praktis terkhususnya dalam menguasai tendangan *Cheking Yeop Chagi*.

Jenis dan metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan yang lebih dikenal dengan *Research and Development* (R&D) dengan model pengembangan 4-D. Prosedur pengembangan dan penelitian terdiri dari 4 tahap yaitu *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *development* (pengembangan), dan *disseminate* (penyebaran). Validitas dilakukan dengan 2 orang yakni 1 orang ahli media dan 1 orang ahli materi, uji pratikalitas penelitian dilak iniukan dengan 15 orang taekwondoin di dojang UNP. Alat dan pengumpulan data berupa wawancara, dokumentasi dan angket. Data dianalisis secara kualitatif dan kuantitatif.

Berdasarkan produk media video yang diujicobakan oleh dua orang validator maka diperoleh data sebesar 4,8 atau 96% dengan kategori “Sangat Valid” oleh ahli media dan 4,7 atau 94% dengan kategori “Sangat Valid” oleh ahli materi. Berdasarkan hasil uji coba pada media video latihan *Cheking Yeop Chagi* di dojang UNP dengan responden 15 taekwondoin dan angket yang diperoleh sangat layak dengan memperoleh penilaian 4,56 atau 91,33% hasil penelitian ini dapat dikategorikan sangat valid dan sangat praktis. Jadi dapat disimpulkan media latihan *Cheking yeop chagi* berbasis video yang telah dikembangkan sudah sangat valid dan praktis sehingga layak digunakan dalam proses latihan.

Kata Kunci : Media Video, *Cheking Yeop chagi*

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SubhanahuWa Ta'ala yang senantiasa melimpahkan segala rahmat, hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi* Berbasis Video di Dojang UNP” dengan lancar. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, maka Tugas Akhir Skripsi ini tidak akan dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Orang tua penulis Bapak Suryadi, S.Pd dan ibu Arni, S.Pd.I yang telah memberikan dukungan moril dan materil kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Genefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd, selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
5. Bapak Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd, AIFO-FIT CST selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis selama menyelesaikan skripsi ini
6. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, masukan, arahan dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini

7. Ibu Dessi Novita Sari, S.Pd, M.Pd, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, masukan, arahan dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini
8. Sabeum-Nim Abdullah sebagai pelatih dojang UNP dan Validator Materi yang telah membantu, memberikan saran, masukan, arahan dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini
9. Bapak Bayu Ramadhani Fajri, M.Ds selaku Validator Media yang telah membantu, memberikan saran, masukan, arahan dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini
10. Temanku Devi Arino, Erdi Syawal yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Arqa Setia Andiva dan Yoga Tri sebagai peraga dalam video latihan *Cheking Yeop Chagi* ini.
12. Pihak yang telah bersedia membantu saya dalam penelitian yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dalam melakukan penelitian.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Januari 2024
Penulis

Syahrozi
NIM: 17086295

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Spesifikasi Produk.....	6
G. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan	7
H. Manfaat Penelitian.....	8
I. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Defenisi Media Latihan	11
B. Media Video.....	11
C. Kelebihan Dan Kekurangan Media Video.....	12
D. Taekwondo.....	13
1. Pengertian Taekwondo.....	13
2. Gerakan-gerakan dasar taekwondo.....	16
E. <i>Yeop chagi</i>	20
1. <i>Cheking Yeop Chagi</i>	21
2. Perbedaan <i>Yeop chagi</i> dan <i>Cheking Yeop Chagi</i>	24
3. Jenis latihan.....	24
F. Penelitian yang Relevan.....	27
G. Kerangka Konseptual	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	30
B. Model Penelitian.....	30
C. Prosedur Pengembangan.....	31
D. Populasi dan Sampel Penelitian	33
E. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	33
F. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENGEMBANGAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengembangan	39
1. Define (Pendefinisian)	39
2. <i>Design</i> (Perancangan)	41
3. <i>Development</i> (Pengembangan).....	45
4. <i>Disseminate</i> (Penyebaran).....	49
B. Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Perbedaan <i>Yeop chagi</i> dan <i>Cheking Yeop Chagi</i>	24
2. Kisi-Kisi lembar validitas Ahli Materi.....	34
3. Kisi-Kisi lembar validitas Ahli Media	35
4. Kisi-kisi lembar praktikalitas.....	36
5. Kriteria tingkat kevalidan.....	37
6. Kriteria tingkat kepraktisan	38
7. Uji validitas dengan Ahli Media	46
8. Uji validitas dengan Ahli Materi	47
9. Uji Praktikalitas	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Dobok & Ti.....	15
2. Protector	16
3. <i>Yeop chagi</i>	20
4. <i>Ttwieo Yeop chagi</i>	21
5. <i>Cheking Yeop Chagi</i> tampak belakang.....	22
6. <i>Cheking Yeop Chagi</i> Tampak depan.....	22
7. Kerangka Berpikir.....	29
8. Judul video.....	42
9. Pengenalan Diri.....	43
10. Peneliti memperagakan gerakan <i>Yeop Yhagi</i>	43
11. Peneliti melakukan tendangan <i>Cheking Yeop Chagi</i>	43
12. Video <i>Cheking Yeop Chagi</i> di pertandingan	43
13. Latihan Statis	44
14. Latihan Dinamis.....	44
15. Tampilan Penutup	45
16. Peneliti bersama pelatih dojang UNP setelah wawancara.....	70
17. Peneliti bersama 2 orang model peraga video, Arqa Setia Andiva dan Yoga Tri	71
18. Uji lembar praktikalitas bersama taekwondoin dojang UNP	72
19. Peneliti bersama pelatih dan taekwondoin dojang UNP	72
20. Uji validitas media dengan Dosen FT UNP Bapak Bayu Ramadhani Fajri, M.Ds.....	73

DAFTAR LAMPIRAN

1. Naskah Video.....	57
2. Surat Izin Penelitian	59
3. Surat Tugas Validator.....	60
4. Rekapitulasi Hasil Uji oleh Ahli Materi	61
5. Rekapitulasi Hasil Uji oleh Ahli Media.....	64
6. Rekapitulasi Hasil Uji Praktikalitas	67
7. Dokumentasi Penelitian.....	70

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Taekwondo adalah olahraga bela diri modern yang berakar pada bela diri tradisional Korea. (Suryadi, 2002) “Taekwondo adalah seni beladiri yang menggunakan banyak teknik, baik pukulan, tangkisan, dan tendangan. Teknik tendangan lebih dominan dalam seni beladiri taekwondo, bahkan harus diakui bahwa taekwondo sangat dikenal karena kelebihananya dalam teknik tendangan.”

Berdasarkan pengalaman peneliti selama latihan dari tahun 2009 sampai 2024, dalam cabang olahraga beladiri taekwondo ada dua jenis cabang yang sering diperlombakan yaitu *Kyorugi* (bertarung) dan *Poomsae* (gerakan jurus). Dalam pertandingan olahraga taekwondo untuk memperoleh poin, seorang taekwondoin harus mampu memiliki kemampuan menendang yang baik yaitu menggunakan teknik serangan yang benar, seperti tepat sasaran, bertenaga, serta faktor yang paling penting adalah kecepatan pada saat melakukan tendangan maupun bertahan sehingga bisa mencetak skor untuk memenangkan pertandingan.

Banyak dari taekwondoin mempunyai kekurangan dalam keterampilan teknik tendangan, salah satunya ialah *Cheking Yeop Chagi*. Karena taekwondo sudah menggunakan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) dalam penggunaannya, seperti *Protector Scoring Sistem* (PSS) dan *E-Foot Protector*. (Pahlevi, 2020). Seperti kurangnya pemahaman dan penguasaan teknik *Cheking Yeop Chagi* oleh taekwondoin. Sehingga dilapangan taekwondoin

tidak dapat mempraktikkan teknik dengan baik, oleh karenanya masalah yang ditimbulkan berupa kurangnya keseimbangan, dan tidak tepat sasaran.

Dalam penggunaannya alat ini menggunakan sensor power, untuk itu kemampuan teknik tendangan *Momtong Yeop chagi* yang baik sangat penting untuk menunjang prestasi yang tinggi. Menurut Cahyani di dalam Har (2019), “Didalam *Kyorugi* (pertarungan), tendangan merupakan senjata utama dalam melakukan penyerangan untuk mendapatkan poin kemenangan. Teknik tendangan *Cheking Yeop Chagi* menjadi hal yang penting dan menentukan dalam memulai serangan dan dilanjutkan dengan tendangan kombinasi lain maupun bertahan.

Dalam melaksanakan latihan dibutuhkan tempat berlatih olahraga taekwondo yang disebut dengan dojang. Dojang merupakan sarana atau wadah yang memfasilitasi setiap individu agar dapat mempelajari olahraga taekwondo melalui bimbingan dan arahan seorang instruktur yang disebut dengan Sabeum atau bisa juga di sebut *Sabeum-Nim*.

Dojang Universitas Negeri Padang, Air Tawar Kota Padang, merupakan salah satu tempat latihan yang aktif dan terus memberikan pembinaan terhadap para taekwondoin . Pembinaan olahraga taekwondo yang dilakukan juga bertujuan untuk mengasah taekwondoin dojang unp untuk menjadi atlet taekwondo yang berprestasi. Untuk mengembangkan dan meningkatkan prestasi taekwondoin pada tingkat optimal, pelatih membekali para taekwondoin dengan berbagai keterampilan teknik taekwondo melalui latihan.

Dengan latihan yang terprogram, dan pelatih yang berkompeten tentu saja taekwondoin dapat mencapai prestasi maksimal.

Latihan *Cheking Yeop Chagi* dapat berjalan dengan efisien apabila sudah memiliki pengetahuan teknik yang cukup sebelum latihan. Oleh sebab itu, diperlukan media yang bisa dijadikan sebagai referensi dalam latihan. Untuk olahraga taekwondo yang menampilkan banyak gerakan, buku tidak dapat membuat para taekwondoin memahami gerakan-gerakan tersebut dengan hanya membaca. Pembelajaran yang bersifat psikomotorik ini harus didukung oleh media yang bersifat audio visual, tidak cukup jika menggunakan media belajar cetak. Para taekwondoin akan lebih cepat memahami materi yang disampaikan dengan menggunakan media audio visual. Ada 2 jenis latihan yang akan dibahas, yaitu stasis dan dinamis. Latihan stasis adalah latihan ditempat, dengan bantuan alat pegang, seperti kursi atau dinding. Pada latihan dinamis ada 4 variasi latihan, yaitu *Footwork*, individu, partner dengan alat, dan sparing partner.

Berdasarkan pengalaman dan observasi peneliti, belum ada dojang yang menggunakan media video untuk menjelaskan materi latihan *Cheking Yeop Chagi* khususnya, pelatih biasanya memberikan pemahaman secara lisan dan mencontohkan gerakan. Dengan permasalahan yang ada diatas maka perlu mencari solusi yang tepat, praktis dan efektif untuk membantu proses latihan agar bisa mendapatkan hasil yang maksimal. Pengembangan media video latihan dirasa perlu untuk membantu pelatih sebagai fasilitator agar taekwondoin bisa belajar dan latihan dimanapun dan kapanpun.

Media video bisa dikatakan sebagai media belajar yang lebih menyenangkan. Karena media video menampilkan gerak, suara dan pesan yang disajikan bersifat fakta, informatif, edukatif maupun instruksional. Media video dapat menggambarkan suatu proses secara tepat yang dapat disajikan secara berulang-ulang. Media video juga memberikan informasi lebih konkrit dan juga lebih nyata. Sehingga dapat membuat taekwondoin lebih mudah memahami materi yang berisikan tentang teknik *Cheking Yeop Chagi* karena terlihat secara lebih detail dan nyata, bahkan bisa diulang-ulang.

Media video yang telah dihasilkan akan terlebih dahulu divalidasi oleh validator, seperti validator materi dan validator media melalui angket uji validitas. Setelah tahap validasi sesuai dengan ketentuan yang diharapkan, maka selanjutnya akan dilakukan uji coba produk skala kecil untuk mengetahui penerapan media video dalam proses latihan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman dan ketertarikan taekwondoin untuk latihan menggunakan media video tersebut, hasil ini didapat melalui penyebaran angket praktikalitas untuk memperoleh data tentang tingkat praktikalitas media video yang dikembangkan, angket ini akan diberikan kepada taekwondoin. Setelah sesuai dengan hasil yang diharapkan, peneliti akan mempublish media video yang dihasilkan untuk memenuhi tujuan penelitian ini.

Mengacu pada perkembangan zaman, media video pembelajaran dapat diakses menggunakan berbagai sosial media diantaranya adalah Facebook, Twitter, Instagram, TikTok dan Youtube . Berdasarkan beberapa sosial media tersebut, Youtube masih menjadi alternatif utama banyak orang untuk belajar.

Untuk itu, peneliti ingin mengembangkan video latihan tentang teknik *Cheking Yeop Chagi* yang dapat diakses melalui Youtube, sehingga memungkinkan taekwondoin dapat belajar lebih mudah, menarik, dimana saja dan kapan saja.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi* Berbasis Video Di Dojang UNP”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Taekwondoin kurang menguasai unsur tendangan saat melakukan *Cheking Yeop Chagi*
2. Kurangnya penggunaan media video latihan didojang.
3. Penggunaan media video untuk memudahkan latihan *Cheking Yeop Chagi*

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana proses pengembangan produk media video materi tendangan *Cheking Yeop Chagi* pada taekwondoin dojang UNP?
2. Bagaimana validitas pengembangan media video materi tendangan *Cheking Yeop Chagi* pada taekwondoin dojang UNP?
3. Bagaimana praktikalitas media video materi tendangan *Cheking Yeop Chagi* pada taekwondoin dojang UNP?

D. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah penulis uraikan di atas serta mengingat luasnya permasalahan dan terbatasnya dana, tenaga dan waktu, maka penelitian ini dibatasi pada “Pengembangan Media Latihan *Cheking Yeop Chagi* Berbasis Video Di Dojang UNP”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menghasilkan media video latihan *Cheking Yeop Chagi* yang sesuai dengan kelayakan media.
2. Menghasilkan media video latihan *Cheking Yeop Chagi* yang valid.
3. Menghasilkan media video yang praktis untuk latihan *Cheking Yeop Chagi*.

F. Spesifikasi Produk

Produk yang diharapkan dalam pengembangan dihasilkannya media video untuk latihan *Cheking Yeop Chagi* yang menarik, bermutu, dan digemari oleh taekwondo in tentu saja layak digunakan dalam proses latihan. Spesifikasi produk yang dikembangkan oleh peneliti sebagai berikut :

1. Media yang akan dikembangkan berupa media video latihan yang didalamnya terdapat video, audio serta teks yang disatukan menjadi satu kesatuan media video latihan.
2. Media video ini dapat dibuka dengan menggunakan aplikasi pemutar video.
3. Media video ini dipublish menjadi video yang dapat diakses secara umum.

4. Media video ini diedit menggunakan aplikasi VN Video Editor
5. Taekwondoin dapat mengakses media video ini secara mandiri melalui smartphone.

G. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Asumsi dalam pengembangan media video latihan ini adalah:

1. Dengan menggunakan media video latihan ini memungkinkan taekwondoin untuk dapat belajar secara mandiri.
2. Dengan adanya media video latihan ini taekwondoin lebih termotivasi dan tertarik untuk belajar dan berlatih mandiri.

Pada pengembangan ini, peneliti membatasi pengembangan media video latihan *Cheking Yeop Chagi* yang valid dan praktis, serta meningkatkan pemahaman taekwondoin pada materi *Cheking Yeop Chagi*.

H. Manfaat Penelitian

Hasil pengembangan ini diharapkan dapat bermanfaat diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan latihan *Cheking Yeop Chagi* pada umumnya dan penggunaan media latihan dalam bentuk video latihan *Cheking Yeop Chagi* khususnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pelatih

Dengan adanya pengembangan media video ini diharapkan dapat bermanfaat dan mempermudah pelatih dalam mengajar, khususnya pada teknik *Cheking Yeop Chagi*.

b. Bagi Taekwondoin

Dengan adanya pengembangan media video ini dapat lebih cepat memahami teknik *Cheking Yeop Chagi* dengan benar. Selain itu media video ini juga bisa menjadi pengganti pelatih pada saat taekwondoin belajar dimanapun dan kapanpun.

c. Bagi Peneliti

Manfaat yang diperoleh oleh peneliti yaitu dapat menyalurkan dan membagi ilmu yang telah didapat selama menempuh pendidikan olahraga di UNP, berupa pengembangan media video latihan *Cheking Yeop Chagi* sebagai media latihan yang bermanfaat serta menambah wawasan peneliti tentang proses pembuatan media latihan berupa video latihan *Cheking Yeop Chagi*.

I. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian menurut Sugiyono (2015, h.38) adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, definisi operasional variabelnya adalah sebagai berikut:

1. *Cheking Yeop Chagi*

Karena seiring perkembangan zaman, peraturan pertandingan kyorugi berubah, sehingga yeopchagi ini dikembangkan menjadi *cheking yeopchagi*. Perubahannya terletak pada perkenaan kaki, yang mana

ditendangan yeopchagi dengan pisau kaki (bal nal), *Cheking Yeop Chagi* ini perkenaanya dengan telapak kaki (balbadak), dengan tujuan push atau dorongan. Perkenaannya dengan kaki depan dengan cepat secara reflek.

2. Media Video

Video merupakan berkenaan dengan apa yang dapat dilihat, utamanya adalah gambar hidup (bergerak), proses perekamannya dan penayangannya yang tentunya melibatkan teknologi. Video dilihat sebagai media penyampaian pesan, termasuk media audio-visual atau media pandang-dengar.

Menurut Rayandra Asyar (2012: 73) mengatakan, “media video dapat diklasifikasikan sebagai media audio-visual. Walau bentuk fisiknya berbeda, media ini memiliki kesamaan dengan film, yakni sama-sama mampu menayangkan gambar bergerak. Media video merupakan rekaman gambar dan suara dalam kaset pita video ke dalam pita magnetik. Rekaman gambar dan suara dalam pita kaset video dapat ditayangkan kedalam layar televisi dengan menggunakan perangkat keras bernama video tape recorder (VCR). Untuk dapat merekam gambar dan suara kedalam pita video diperlukan beberapa peralatan, seperti kamera video, mikrofon, pita video, dan alat perekam yang disebut video cassette recorder serta alat penyunting gambar.

Media video telah banyak digunakan untuk berbagai keperluan mulai dari hiburan, sampai bidang pendidikan dan pembelajaran. Media ini dapat mengungkapkan objek dan peristiwa seperti keadaan yang

sesungguhnya. Perencanaan yang baik dalam menggunakan media video akan membuat proses komunikasi (pembelajaran) menjadi efektif. Kalau dibandingkan dengan film, media video memiliki keunggulan, antara lain:

- a. Media video mampu dengan cepat menayangkan kembali gambar dan suara yang telah direkam ke dalam pesawat TV monitor.
- b. Pemakaian media video lebih disukai dari pada media film, karena pengoperasiannya media film lebih rumit. Media film memerlukan ruangan gelap total agar gambar terlihat sempurna sedangkan media video tidak memerlukan ruangan yang gelap secara total.

Kesimpulanya peneliti ingin membuat suatu media latihan berupa “Video Latihan *Cheking Yeop Chagi*” guna mempermudah taekwondoin untuk latihan dirumah agar bisa secara mandiri untuk belajar dan latihan tanpa pelatih.