

**PENGEMBANGAN VIDEO PEMBELAJARAN LONCAT  
HARIMAU PADA PEMBELAJARAN SENAM  
LANTAI UNTUK PESERTA DIDIK KELAS  
VI SD NEGERI 1 TULAMBEN**



**OLEH  
I MADE PARWANA ADI PUTRA  
NIM 1816011034**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
2023**



**PENGEMBANGAN VIDEO PEMBELAJARAN LONCAT  
HARIMAU PADA PEMBELAJARAN SENAM  
LANTAI UNTUK PESERTA DIDIK KELAS  
VI SD NEGERI 1 TULAMBEN**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**OLEH  
I MADE PARWANA ADI PUTRA  
NIM 1816011034**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**2023**

# SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS  
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK  
MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN**



Pembimbing I



Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or.  
NIP. 198003112008121002

Pembimbing II



Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198705222015042004

Skripsi oleh I Made Parwana Adi Putra

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 13 Juli 2023

Dewan Penguji,



Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or  
NIP. 198003112008121002

(Ketua)



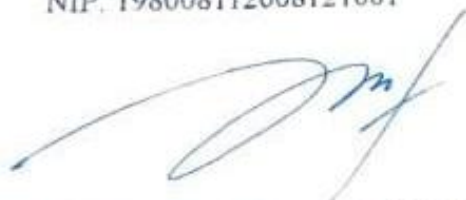
Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198705222015042004

(Anggota)



Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198008112008121001

(Anggota)



Ni Luh Putu Snyanawati, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198403032008122004

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan

Pada:

Hari : Kamis  
Tanggal : 13 Juli 2023



Ketua Ujian,

Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.  
NIP. 196805172001121001

Sekretaris Ujian,

I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198501172008121001

Mengesahkan

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan

I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.  
NIP. 196804081997031002

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Video Pembelajaran Loncat Harimau Pada Pembelajaran Senam Lantai Untuk Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 1 Tulamben”. Beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.



## KATA PERSEMBAHAN

Hanya karena kasih dan karunia-Nya, segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa, akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terima kasih saya kepada:

### BAPAK & IBU TERSAYANG

I Nyoman Paing dan Ni Made Suartini

“Terima kasih telah menjadi orang tua yang sudah merawat dan mendoakan saya hingga sampai saat ini, yang juga telah membantu dan mengajarkan saya sehingga saya dapat menempuh pendidikan sampai di jenjang perguruan tinggi, semoga Ida Sang Hyang Widhi Wasa selalu menyertai dan memberikan jalan terbaik”

### BAPAK & IBU DOSEN

Pembimbing, Penguji, dan Pengajar “Terima kasih bapak dan ibu dosen yang telah membimbing, mengajar, dan memberikan motivasi selama saya menempuh proses perkuliahan sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik

### TEMAN SEPERJUANGAN

“Terima kasih atas doa, kebaikan hati, kasih sayang, dan kesetiaan yang telah kalian berikan selama proses perkuliahan sehingga kita dapat belajar bersama untuk menjadi lebih baik lagi dan terima kasih juga atas dukungan dan motivasi dari kalian sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini”

### ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja



# MOTO

**“ FOKUS PADA TUJUAN, BUKAN  
HAMBATAN ”**



## PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“Pengembangan Video Pembelajaran Loncat Harimau Pada Pembelajaran Senam Lantai Untuk Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 1 Tulamben”**, ini dapat terselesaikan. Banyak permasalahan yang peneliti hadapi selama menyusun skripsi ini. Namun, peneliti memahami bahwa hambatan dan halangan tersebut membuat peneliti belajar banyak hal yang bermanfaat untuk kehidupan kedepannya. Dukungan moral dan material yang mengalir dari banyak pihak membuat peneliti bersemangat dan berkomitmen menyelesaikan skripsi ini dengan sabaik-baiknya.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapat bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Nyoman Lasmawan, M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. I Ketut Budaya Astra, S.Pd.,M.Or. selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
3. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
4. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
5. I Kadek Happy Kardiawan, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.

6. I Gede Doddy Tisna, MS, S.Or., M.Or. selaku Ketua Laboratorium Fakultas yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
7. I Made Satyawan, S.Pd.,M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan banyak motivasi, arahan, dan petunjuk selama saya mengikuti pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. Dr. Made Agus Wijaya,S.Pd., M.Pd. selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dalam membuat surat-surat dan administrasi lainnya dalam pembuatan skripsi ini.
9. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or. selaku Ketua Laboratorium Jurusan yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran selama menempuh pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
10. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
11. Dr. Wahjoedi, S.Pd., M.Pd. selaku pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, dan memberikan kritik serta saran yang membangun.
12. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or. Selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran dan masukan untuk menyempurnakan dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd., M.Pd Selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran dan masukan serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd dan Ni Luh Putu Sryanawati, S.Pd., M.Pd. selaku dewan penguji yang telahn banyak memberikan bimbingan, arahan, saran dan masukan untuk menyempurnakandalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Seluruh Staff Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penulisan ini.
16. Keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi hingga skripsi ini dapat diselesaikan.

17. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.



Singaraja, 13 Juli 2023

Peneliti

## DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN SAMPUL .....	i
LEMBAR LOGO .....	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN....	vi
PERNYATAAN.....	vii
KATA PERSEMBAHAN.....	viii
MOTO.....	ix
PRAKATA.....	x
ABSTRAK.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian .....	8
1.6 Manfaat Hasil Penelitian.....	9
1.7 Spesifikasi Produk yang Diharapkan.....	10
1.8 Pentingnya Pengembangan.....	11
1.9 Asumsi dan Keterbatasan Masalah.....	11
1.10 Definisi Istilah .....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	14

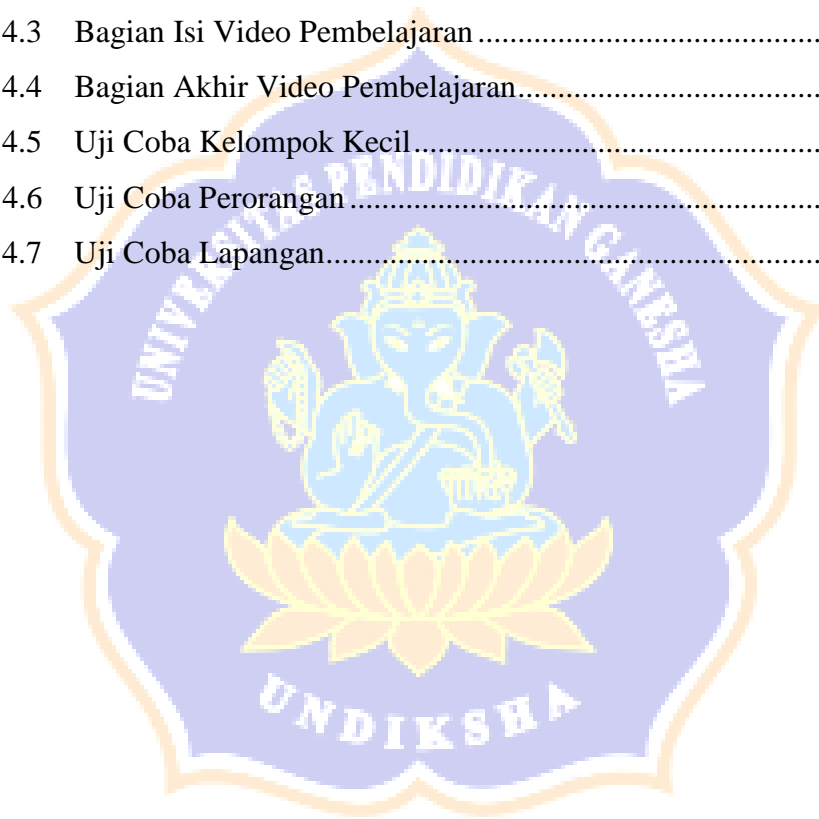
2.1	Kajian Teori.....	14
2.1.1	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	14
2.1.2	Karakteristik Anak Sekolah Dasar.....	15
2.1.3	Video Pembelajaran.....	17
2.1.4	Model-Model dalam Penelitian Pengembangan.....	21
2.1.5	Senam Lantai.....	23
2.2	Kajian Hasil Penelitian yang Relevan.....	29
2.3	Kerangka Berpikir.....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>		<b>32</b>
3.1	Model Penelitian.....	32
3.2	Prosedur Penelitian Pengembangan.....	33
3.3	Uji Coba Produk.....	41
3.3.1	Desain Uji Coba.....	42
3.3.2	Subjek Uji Coba.....	42
3.3.3	Jenis Data.....	43
3.3.4	Instrumen Pengumpulan Data.....	43
3.3.5	Uji Validitas Instrumen Penelitian.....	49
3.3.6	Teknik Analisis Data.....	52
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>54</b>
4.1	Hasil Penelitian.....	54
4.1.1	Penyajian Data Uji Coba.....	54
4.1.2	Hasil Analisis Data.....	75
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian.....	76
4.3	Implikasi Penelitian.....	81
<b>BAB V PENUTUP.....</b>		<b>83</b>
5.1	Rangkuman.....	83
5.2	Simpulan.....	87
5.3	Saran.....	89
<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>		<b>91</b>
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Naskah Video Pembelajaran <i>Storyboard</i> .....	36
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrument Ahli Materi atau Ahli Bidang.....	45
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrument Ahli Desain & Media Pembelajaran .....	46
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrument Uji Praktisi Lapangan.....	47
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrument Uji Perorangan, Kelompok Kecil dan Uji Lapangan .....	48
Tabel 3.6 Tabulasi Silang.....	50
Tabel 3.7 Kriteria Koefisien Validitas Isi .....	51
Tabel 3.8 Konversi PAP Tingkat Pencapaian Dengan Skala 5.....	53
Tabel 4.1 Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi .....	56
Tabel 4.2 Perancangan Media Video Pembelajaran .....	57
Tabel 4.3 Hasil Penilaian Ahli Isi atau Materi Pembelajaran .....	61
Tabel 4.4 Komentar dan Saran Uji Ahli Isi Materi Pembelajaran .....	62
Tabel 4.5 Hasil Penilaian Ahli Desain dan Media Pembelajaran .....	63
Tabel 4.6 Komentar dan Saran Uji Ahli Desain dan Media Pembelajaran .....	64
Tabel 4.7 Revisi Produk Uji Ahli Desain dan Media Pembelajaran.....	65
Tabel 4.8 Hasil Penilaian Ahli Praktisi Lapangan .....	65
Tabel 4.9 Komentar dan Saran Ahli Praktisi Lapangan.....	66
Tabel 4.10 Hasil Penilaian Uji Coba Perorangan .....	68
Tabel 4.11 Komentar dan Saran Uji Coba Perorangan .....	69
Tabel 4.12 Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil .....	70
Tabel 4.13 Komentar dan Saran Uji Coba Kelompok Kecil.....	71
Tabel 4.14 Hasil Penilaian Uji Coba Lapangan .....	72
Tabel 4.15 Komentar dan Saran Uji Coba Lapangan .....	74
Tabel 4.16 Persentase Hasil Uji Validitas Video Tutorial .....	76

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Model Penelitian Pengembangan ADDIE.....	22
Gambar 2.2 Teknik Gerakan Loncat Harimau.....	27
Gambar 3.1 Tahapan Model ADDIE .....	33
Gambar 4.1 Bagian Sampul Video Pembelajaran.....	58
Gambar 4.2 Bagian Tujuan Pembelajaran .....	58
Gambar 4.3 Bagian Isi Video Pembelajaran .....	59
Gambar 4.4 Bagian Akhir Video Pembelajaran.....	59
Gambar 4.5 Uji Coba Kelompok Kecil.....	67
Gambar 4.6 Uji Coba Perorangan .....	70
Gambar 4.7 Uji Coba Lapangan.....	72





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1.Surat Tugas Dosen Pembimbing .....	95
Lampiran 2.Surat Ijin Melaksanakan Observasi Penelitian .....	96
Lampiran 3.Surat Ijin Sudah Melaksanakan Observasi Penelitian .....	97
Lampiran 4.Surat Tugas Pakar/Ahli Validasi Instrumen .....	98
Lampiran 5.Validasi Instrumen.....	99
Lampiran 6.Surat Tugas Ahli Isi Materi, Ahli Desain & Media Pembelajaran dan Uji coba Praktisi Lapangan.....	100
Lampiran 7.Surat Ijin Melaksanakan Penelitian .....	101
Lampiran 8.Surat Keterangan Sudah Melaksanakan Penelitian .....	102
Lampiran 9.Hasil Penilaian Uji Ahli Materi/Bidang Studi.....	103
Lampiran 10.Hasil Penilaian Uji Ahli Desain dan Media Pembelajaran....	106
Lampiran 11.Hasil Penilaian Uji Ahli Praktisi Lapangan.....	110
Lampiran 12.Hasil Penilaian Uji Coba Perorangan .....	112
Lampiran 13.Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil.....	114
Lampiran 14.Hasil Penilaian Uji Coba Perorangan .....	116
Lampiran 15>Nama Peserta Didik selaku Responden .....	118