

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS VIDEO
TUTORIAL PADA MATERI TEKNIK DASAR LARI ESTAFET PADA
PESERTA DIDIK KELAS X SMA NEGERI 1 SAWAN TAHUN
AKADEMIK 2023/2024**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

**Untuk Memenuhi Salah Satu Persyarat Dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



OLEH

NI PUTU JULIA SRI DEWINTA

NIM 1916011024

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

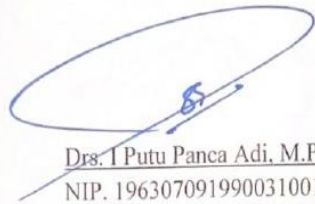
SINGARAJA

SKRIPSI

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

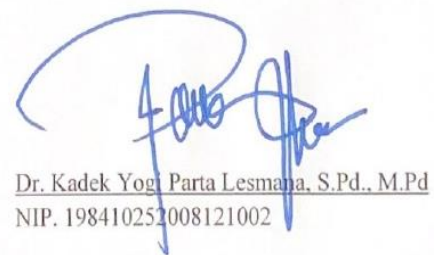
Menyetujui

Pembimbing I



Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd
NIP. 196307091990031001

Pembimbing II



Dr. Kadek Yoga Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd
NIP. 198410252008121002

Skripsi oleh Ni Putu Julia Sri Dewinta ini telah dipertahankan di depan dewan
Penguji pada tanggal 22 November 2023

Dewan penguji



Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd.
NIP.196307091990031001

(Ketua)



Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd.
NIP.198410252008121002

(Anggota)



Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.
NIP.197309262001121001

(Anggota)



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

(Anggota)

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 22 November 2023

Ketua Ujian,



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

Sekretaris Ujian,



I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.
NIP. 198503082019031005

Mengesahkan
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan skripsi saya yang berjudul “**Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Tutorial Pada Materi Atletik Nomor Lari Estafet Pada Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Sawan Tahun Akademik 2023/2024**” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/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.

Singaraja, 2023

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Julia Sri Dewinta

Nim. 1916011024

KATA PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur yang saya panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa, akhirnya skripsi ini bisa selesai dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa sukacita dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada :

BAPAK & IBU TERCINTA

I Gede Budiarta & Ni Wayan Janiarianingsih

“Terimakasih telah menjadi orang tua yang baik, merawat dan mendoakan saya sampai saat ini yang telah membantu dan mengajarkan saya sehingga saya dapat menempuh pendidikan hingga sampai di perhuruan tinggi, semoga Ida Sang Hyang Widhi Wasa selalu menyertai dan memberikan jalan yang terbaik”

BAPAK & IBU DOSEN

Pembimbing, Penguji dan Pengajar

“Terimakasih bapak dan ibu dosen yang telah membimbing, mengajar, dan memberikan motivasi selama proses perkuliahan sehingga banyak mendapatkan pengetahuan dan pengalaman selama di perkuliahan”

SAUDARA TERCINTA

I Gede Satria Wiguna & Ni Komang Ayu Tahta Shamita

“Terimakasih atas motivasi, doa, dan kasih sayang yang diberikan kepada saya”

SAHABAT, KEKASIH, & TEMAN-TEMAN

“Terimakasih atas doa, dan kasih sayang yang diberikan selama proses perkuliahan sehingga kita dapat belajar bersama untuk menjadi lebih baik, dan terimakasih atas dukungan dan motivasinya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja



**“LAMBAT BUKAN BERARTI TERINGGAL,
CEPAT BUKAN BERARTI HEBAT”**

“Ni Putu Julia Sri Dewinta”

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS VIDEO TUTORIAL MATERI ATLETIK NOMOR LARI ESTAFET PADA PESERTA DIDIK KELAS X SMA NEGERI 1 SAWAN TAHUN AKADEMIK 2023/2024”**. Sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Dalam menyelesaikan skripsi ini banyak pihak yang telah membantu, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat.

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan., M.Pd. Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd. Ketua jurusan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
4. Ni Luh Putu Spyanawati, S.Pd., M.Pd. Sekertaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
5. I Komang Sukarata, S.Pd., M.Or. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang telah banyak membantu penyelesaian pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
6. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan saran dan masukan untuk penyelesaian dan penyempurnaan skripsi sehingga dapat terselesaikan.
7. Drs. I Putu Panca Adi, M.Pd. Selaku pembimbing I yang telah membantu memberikan bimbingan, saran dan masukan penyempurnaan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

8. Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd. Selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan masukan penyempurnaan skripsi ini sehingga proposal ini dapat diselesaikan.
9. Prof. Dr. I Waya Artanayasa S.Pd., M.Pd. Selaku Dewan Penguji III yang telah memberikan bimbingan, arahan, pertanyaan, saran, masukan, dan motivasi selama siding skripsi berlangsung.
10. Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd. Selaku Dewan Penguji IV yang telah memberikan bimbingan, arahan, pertanyaan, saran, masukan, dan motivasi selama siding skripsi berlangsung.
11. Seluruh Staf Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bantuan kelancaran penelitian ini.
12. Pihak keluarga yang sudah mensupport dan memberikan dorongan secara moril dan materi sehingga proposal ini dapat diselesaikan.
13. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan kemampuan yang dimiliki. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik maupun saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaan skripsi ini. Peneliti berharap agar nantinya skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua.

Singaraja, 12 Oktober 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PANITIA UJIAN	v
PERNYATAAN	vi
KATA PRSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
PRAKATA	x
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Pengembangan	6
1.6 Spesifikasi Produk yang Diharapkan	7
1.7 Pentingnya Pengembangan	7
1.8 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan	8
1.9 Definisi Istilah	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
2.1 Kajian Teori.....	11
2.1.1 Media Pembelajaran.....	11
2.1.2 Pengembangan	12
2.1.3 Video Tutorial	13
2.1.4 Sejarah Atletik.....	14

2.1.5	Teknik Dasar Lari Estafet	15
2.1.5.1	Start	15
2.1.5.2	Teknik Memberikan Tongkat Estafet	16
2.1.5.3	Teknik Menerima Tongkat Estafet	16
2.1.5.4	Serah Terima Tongkat Secara <i>Nonvisual</i>	17
2.1.5.5	Sarana dan Prasarana Lari Estafet.....	19
2.2	Kajian Hasil Penelitian yang Relevan	20
2.3	Kerangka Berpikir	24
2.4	Perumusan Hipotesis	25
BAB III	METODE PENELITIAN	27
3.1	Model Penelitian Pengembangan	27
3.2	Prosedur Penelitian Pengembangan	28
3.3	Uji Coba Produk.....	30
3.3.1	Desain Uji Coba.....	30
3.3.2	Subjek Uji Coba.....	31
3.3.3	Jenis Data.....	31
3.3.4	Metode dan Instrumen Pengumpulan Data.....	31
3.3.5	Metode dan Teknik Analisis Data	40
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1	Hasil Penelitian	43
4.2	Hasil Pembahasan Penelitian	67
4.3	Implikasi Penelitian.....	71
BAB V	PENUTUP.....	73
5.1	Rangkuman.....	73
5.2	Simpulan.....	76
5.3	Saran.....	77
DAFTAR RUJUKAN.....		79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Ahli Isi/Materi Pembelajaran	32
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Ahli Media Pembelajaran.....	33
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Ahli Desain Pembelajaran.....	34
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Ahli Praktisi Lapangan.....	35
Tabel 3.5 Hasil Penilaian Validitas Tampang.....	37
Tabel 3.6 Matriks Penilaian Teori Gregory	38
Tabel 3.7 Tabel Reliabilitas Instrumen	40
Tabel 3.8 Kualifikasi Penilaian Instrumen.....	41
Tabel 4.1 Hasil Analisis dan Temuan Lapangan.....	45
Tabel 4.2 <i>Storyboard</i>	47
Tabel 4.3 Hasil Review Ahli Isi/Materi Pembelajaran	51
Tabel 4.4 Hasil Review Ahli Media Pembelajaran.....	53
Tabel 4.5 Hasil Review Ahli Desain Pembelajaran	54
Tabel 4.6 Hasil Review Ahli Praktisi Lapangan.....	56
Tabel 4.7 Responden Uji Coba Kelompok Kecil.....	58
Tabel 4.8 Saran dan Komentar Uji Coba Kelompok Kecil.....	59
Tabel 4.9 Responden Uji Coba Kelompok Besar	59
Tabel 4.10 Saran dan Komentar Uji Coba Kelompok Besar	62
Tabel 4.11 Hasil Revisi Ahli Media Pembelajaran.....	66
Tabel 4.12 Hasil Revisi Ahli Desain Pembelajaran.....	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pemberian Tongkat Estafet Secara Nonvisual Upsweep	18
Gambar 2.2 Pemberian Tongkat Estafet Secara Nonvisual Donsweep	19
Gambar 2.3 Tongkat Estafet	20
Gambar 2.4 Lintasan Lari	20
Gambar 3.1 Tahapan Model ADDIE	27



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Tugas Dosen Pembimbing	82
Lampiran 2.	Surat Balasan Ijin Observasi	83
Lampiran 3.	Surat Ijin Melaksanakan Observasi	84
Lampiran 4.	Surat Tugas Pakar Instrumen	85
Lampiran 6.	Surat Ijin Melakukan Penelitian	87
Lampiran 7.	Hasil Penilaian Ahli Isi/Materi Pembelajaran	88
Lampiran 8.	Hasil Uji Ahli Desain Pembelajaran.....	91
Lampiran 9.	Hasil Uji Ahli Media Pembelajaran	94
Lampiran 10.	Hasil Uji Praktisi Lapangan	97
Lampiran 11.	Hasil Uji Coba Kelompok Kecil.....	99
Lampiran 12.	Hasil Uji Kelompok Besar	101

