

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN
INTERAKTIF BERBASIS *WEBSITE* PADA MATA
PELAJARAN PJOK MATERI SENAM LANTAI
GULING DEPAN DAN BELAKANG UNTUK PESERTA
DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 5 SINGARAJA**

SKRIPSI

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



**Oleh:
I Kadek Dwi Putra Adnyana
NIM 2116011046**

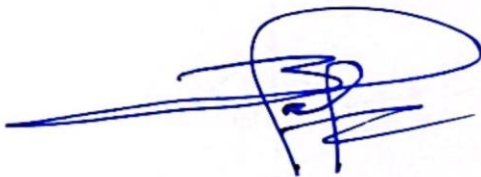
**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2025

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

Menyetujui

Dosen Pembimbing Utama,

A blue ink signature consisting of a large, stylized 'P' followed by several horizontal and vertical strokes.

I Putu Darmayasa, S.Pd., M.For., AIFO-FIT.
NIP. 196902061996011001

Dosen Pembimbing Wakil,

A blue ink signature starting with a large, circular flourish, followed by the name 'Kadek Yogi Parta Lesmana' in a cursive script.

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

PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi oleh I Kadek Dwi Putra Adnyana ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal : 17 April 2025

Dewan Penguji,



I Putu Darmayasa, S.Pd., M.For., AIFO-FIT.
NIP. 196902061996011001

(Ketua)



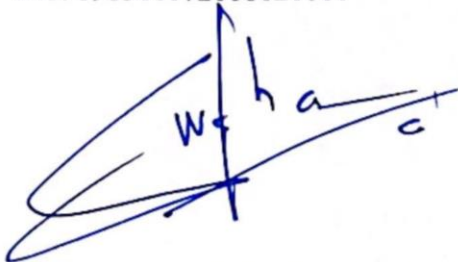
Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P.
NIP. 198410252008121002

(Anggota)



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

(Anggota)



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

(Anggota)

PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Diterima oleh panitia ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 17 April 2025

Mengetahui,

Ketua Ujian



Dr. 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 bahwa skripsi yang berjudul **“Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis *Website* Pada Mata Pelajaran PJOK Materi Senam Lantai Guling Depan Dan Belakang Untuk Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 5 Singaraja”** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 21 Maret 2025

Yang Membuat Pernyataan


I Kadek Dwi Putra Adnyana
NIM. 2116011046

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis *Website* Pada Mata Pelajaran PJOK Materi Senam Lantai Guling Depan Dan Belakang Untuk Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 5 Singaraja”** bisa disusun dengan baik. Skripsi ini disusun guna untuk memenuhi persyaratan mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Wayan Lasmawan, M.Pd., selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, atas berbagai kebijakannya sehingga studi ini dapat terselesaikan.
3. Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., selaku Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha serta selaku Dewan Penguji I yang telah banyak memberikan masukan, saran dan perbaikan dalam penyempurnaan skripsi ini.
4. Dr. Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or., selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
5. Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd., selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu di Fakultas Olahraga dan Kesehatan serta selaku Pakar/Ahli II Instrumen yang telah memberikan saran, masukan, perbaikan terhadap instrumen dalam skripsi ini.
6. Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes., selaku Ketua Laboratorium Fakultas Olahraga dan Kesehatan, yang telah banyak membantu dalam peminjaman peralatan perkuliahan.

7. Dr. Made Agus Wijaya, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu di Jurusan Pendidikan Olahraga serta selaku Pakar/Ahli I Instrumen yang telah memberikan saran, masukan, perbaikan terhadap instrumen dalam skripsi ini.
8. Ni Luh Putu Spyawati, S.Pd., M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga, yang telah banyak membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
9. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak membantu di Prodi serta selaku Ahli Isi/Materi Pembelajaran yang telah memberikan saran, masukan, perbaikan terhadap produk dalam skripsi ini.
10. I Putu Darmayasa, S.Pd., M.For., AIFO-FIT., selaku Pembimbing Akademik yang telah membantu selama perkuliahan, sekaligus selaku Pembimbing Utama yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan masukan penyempurnaan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
11. Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P., selaku Pembimbing Pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan masukan penyempurnaan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
12. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P., selaku Dewan Penguji II yang telah banyak memberikan masukan, saran dan perbaikan dalam penyempurnaan skripsi ini.
13. Seluruh Staf Dosen di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, serta di lingkungan Universitas Pendidikan Ganesha yang selama ini banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal mengarungi kehidupan di dalam masyarakat.
14. Dewa Gede Agus Putra Prabawa, S.Pd., M.Pd., selaku Ahli Desain Pembelajaran yang telah memberikan saran, masukan, perbaikan terhadap produk dalam skripsi ini.
15. Alexander Hamonangan Simamora, S.E., M.Pd., selaku Ahli Media Pembelajaran yang telah memberikan saran, masukan, perbaikan terhadap produk dalam skripsi ini.

16. Normaida Hutajulu, selaku guru PJOK kelas VIII yang telah banyak memberikan bantuan, saran, dan bimbingan kepada peneliti pada proses penelitian di SMP Negeri 5 Singaraja.
17. I Nengah Suardana & Ni Ketut Sumariyani, S.P., kedua orang tua peneliti yang telah banyak memberikan kasih sayang, semangat, bantuan, perhatian, serta didikan yang berharga kepada peneliti semenjak kecil hingga sampai saat ini.
18. I Putu Arya Eka Pradita, S.Pt. & Ni Komang Ayu Tri Sanjiwani, saudara dan saudari peneliti yang telah banyak memberikan kasih sayang, semangat, bantuan, canda tawa, serta hiburan kepada peneliti.
19. I Nengah Padet & Ni Nyoman Payu, kakek dan nenek peneliti yang telah banyak memberikan kasih sayang, perhatian, bantuan, serta didikan yang begitu berharga kepada peneliti.
20. Diri sendiri yang terus berjuang, tidak kenal waktu, pantang menyerah, untuk menyusun dan menyelesaikan karya produk *website* serta skripsi ini, selanjutnya peneliti melanjutkan karya ini pada jenjang berikutnya.
21. Sahabat dekat yang telah banyak memberikan semangat, bantuan dan informasi dalam penyusunan dan menyelesaikan skripsi ini.
22. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa sepenuhnya apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak.

Singaraja, 21 Maret 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

PRAKATA.....	i
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Pembatasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	12
2.1 Kajian Teori	12
2.1.1 Pengembangan.....	12
2.1.2 Media Pembelajaran Interaktif.....	15
2.1.3 Hakikat <i>Website</i>	17
2.1.4 Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) ..	19
2.1.5 Senam lantai.....	21
2.1.6 Keterampilan Gerak Guling Depan (<i>Forward Roll</i>).....	26
2.1.7 Keterampilan Gerak Guling Belakang (<i>Back Roll</i>)	31

2.1.8 Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama (SMP)	35
2.2 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan	36
2.3 Kerangka Berpikir	40
2.4 Rumusan Hipotesis	42
BAB III METODE PENELITIAN	43
3.1 Model Penelitian Pengembangan.....	43
3.2 Prosedur Penelitian Pengembangan.....	44
3.3 Uji Coba Produk.....	58
3.3.1 Desain Uji Coba.....	58
3.3.2 Subjek Uji Coba.....	59
3.3.3 Jenis Data.....	61
3.3.4 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	62
3.3.5 Teknik Analisis Data.....	74
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	77
4.1 Hasil Penelitian.....	77
4.1.1 Penyajian Data	78
4.1.2 Hasil Analisis Data.....	129
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	134
4.3 Implikasi Penelitian	150
BAB V PENUTUP.....	151
5.1 Rangkuman	151
5.2 Simpulan.....	154
5.3 Saran	155

DAFTAR RUJUKAN	157
----------------------	-----

LAMPIRAN.....	161
---------------	-----



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. <i>Storyboard</i>	48
Tabel 3.2. Kisi-Kisi Instrumen Validasi Ahli Isi/Materi Pembelajaran.....	64
Tabel 3.3. Kisi-Kisi Instrumen Validasi Ahli Desain Pembelajaran	65
Tabel 3.4. Kisi-Kisi Instrumen Validasi Ahli Media Pembelajaran	66
Tabel 3.5. Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba Produk	67
Tabel 3.6. Kisi-Kisi Instrumen Uji Kepraktisan Produk.....	69
Tabel 3.7. Hasil Penilaian Validitas Tampang.....	71
Tabel 3.8. Rumus Gregory.....	72
Tabel 3.9. Kategori Validitas Instrumen.....	74
Tabel 3.10. Pengkategorian Validitas	75
Tabel 3.11. Pengkategorian Kepraktisan	76
Tabel 4.1. Hasil Wawancara Guru PJOK Kelas VIII	79
Tabel 4.2. Hasil Analisis Kebutuhan	85
Tabel 4.3. <i>Hardware</i> dan Fungsinya.....	87
Tabel 4.4. <i>Software</i> dan Fungsinya.....	88
Tabel 4.5. Pembuatan <i>Storyboard</i>	89
Tabel 4.6. Alur Tujuan Pembelajaran (ATP) Aktivitas Senam (Senam Lantai) .	99
Tabel 4.7. Hasil Penilaian Uji Ahli Isi/Materi Pembelajaran	111
Tabel 4.8. Saran dan Komentar Ahli/Isi Materi Pembelajaran	112
Tabel 4.9. Revisi Produk Ahli Isi/Materi Pembelajaran	112
Tabel 4.10. Hasil Penilaian Uji Ahli Desain Pembelajaran	113
Tabel 4.11. Saran dan Komentar Ahli Desain Pembelajaran.....	114

Tabel 4.12. Revisi Produk Ahli Desain Pembelajaran.....	114
Tabel 4.13. Hasil Penilaian Uji Ahli Media Pembelajaran	115
Tabel 4.14. Saran dan Komentar Ahli Media Pembelajaran	116
Tabel 4.15. Revisi Produk Ahli Media Pembelajaran.....	116
Tabel 4.16. Hasil Penilaian Uji Coba Perorangan	118
Tabel 4.17. Saran dan Komentar Uji Coba Perorangan.....	119
Tabel 4.18. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil	120
Tabel 4.19. Saran dan Komentar Uji Coba Kelompok Kecil	121
Tabel 4.20. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Besar.....	122
Tabel 4.21. Saran dan Komentar Uji Coba Kelompok Besar	124
Tabel 4.22. Hasil Penilaian Uji Kepraktisan Produk	125
Tabel 4.23. <i>Link</i> dan <i>Barcode</i> Media Pembelajaran Interaktif	129
Tabel 4.24. Hasil Uji Ahli Isi/Materi Pembelajaran	129
Tabel 4.25. Hasil Uji Ahli Desain Pembelajaran.....	130
Tabel 4.26. Hasil Uji Ahli Media Pembelajaran.....	131
Tabel 4.27. Hasil Uji Coba Perorangan	131
Tabel 4.28. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	132
Tabel 4.29. Hasil Uji Coba Kelompok Besar	132
Tabel 4.30. Hasil Uji Kepraktisan Produk	133
Tabel 4.31. Hasil Uji Validasi dan Kepraktisan	134

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Guling Depan Sikap Awal Posisi Jongkok yang Salah.....	27
Gambar 2.2. Guling Depan Sikap Awal Posisi Berdiri yang Salah.....	28
Gambar 2.3. Guling Depan Sikap Awal Posisi Jongkok yang Benar	29
Gambar 2.4. Guling Depan Sikap Awal Posisi Berdiri yang Benar	30
Gambar 2.5. Guling Belakang Sikap Awal Posisi Jongkok yang Salah.....	31
Gambar 2.6. Guling Belakang Sikap Awal Posisi Berdiri yang Salah	32
Gambar 2.7. Guling Belakang Sikap Awal Posisi Jongkok yang Benar	33
Gambar 2.8. Guling Belakang Sikap Awal Posisi Berdiri yang Benar	34
Gambar 2.9. Kerangka Berpikir.....	41
Gambar 3.1. Tahapan Model ADDIE	43
Gambar 4.1. Kesalahan Umum Gerakan Guling Depan.....	83
Gambar 4.2. Kesalahan Umum Gerakan Guling Belakang	84
Gambar 4.3. Pembuatan Naskah Materi Menggunakan Microsoft Word 2021	100
Gambar 4.4. Pembuatan Desain Menggunakan Canva Pro	101
Gambar 4.5. Proses Editing Video Menggunakan Capcut Pro.....	101
Gambar 4.6. Menambahkan Pertanyaan pada Video Menggunakan Edpuzzle .	102
Gambar 4.7. Pembuatan Kuis Evaluasi Menggunakan Quizizz	102
Gambar 4.8. Pembuatan Kuis Game Menggunakan Wordwall.....	103
Gambar 4.9 Pembuatan Website Menggunakan Google Sites.....	104
Gambar 4.10. Tampilan Halaman Cover Media Pembelajaran Interaktif	104
Gambar 4.11. Tampilan Halaman Petunjuk Penggunaan	105
Gambar 4.12. Tampilan Halaman Menu Pembelajaran.....	106
Gambar 4.13. Tampilan Halaman Tujuan Pembelajaran	106

Gambar 4.14. Tampilan Halaman Materi Pembelajaran	107
Gambar 4.15. Tampilan Halaman Keterampilan Gerak Guling Depan	108
Gambar 4.16. Tampilan Halaman Keterampilan Gerak Guling Belakang	108
Gambar 4.17. Tampilan Halaman Evaluasi Pembelajaran	109
Gambar 4.18. Tampilan Halaman Sumber Pembelajaran.....	110
Gambar 4.19. Tampilan Halaman Profil Pengembang	110



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Hasil Analisis Uji Ahli Isi/Materi Pembelajaran.....	162
Lampiran 2. Hasil Analisis Uji Ahli Desain Pembelajaran	163
Lampiran 3. Hasil Analisis Uji Ahli Media Pembelajaran	164
Lampiran 4. Hasil Analisis Uji Coba Perorangan.....	165
Lampiran 5. Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Kecil	166
Lampiran 6. Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar	167
Lampiran 7. Hasil Analisis Uji Kepraktisan Produk	168
Lampiran 8. Surat Tugas Pembimbing	169
Lampiran 9. Surat Tugas Ahli/Pakar Validasi Instrumen.....	170
Lampiran 10. Surat Tugas Ahli Validasi Produk.....	171
Lampiran 11. Surat Ijin Observasi	172
Lampiran 12. Surat Ijin Penelitian	173
Lampiran 13. Hasil Wawancara Guru PJOK Kelas VIII.....	174
Lampiran 14. Hasil Observasi Awal	175
Lampiran 15. Hasil Uji Ahli Isi/Materi Pembelajaran.....	176
Lampiran 16. Hasil Uji Ahli Desain Pembelajaran	177
Lampiran 17. Hasil Uji Ahli Media Pembelajaran	178
Lampiran 18. Hasil Uji Coba Perorangan.....	179
Lampiran 19. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	180
Lampiran 20. Hasil Uji Coba Kelompok Besar	181
Lampiran 21. Hasil Uji Kepraktisan Produk.....	182
Lampiran 22. Dokumentasi Wawancara dan Observasi Awal	182

Lampiran 23. Dokumentasi Uji Validasi Instrumen dan Uji Validasi Produk183

Lampiran 24. Dokumentasi Uji Coba Produk dan Uji Kepraktisan Produk.....184

