

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani memiliki peranan yang penting dalam membentuk siswa yang sehat baik secara fisik maupun mental, serta menanamkan nilai-nilai yang relevan dengan perkembangan di era globalisasi (Siregar et al., 2024). Pendidikan jasmani memiliki fokus utama pada pengembangan keterampilan motorik peserta didik yang mencakup keterampilan dasar gerak hingga keterampilan gerak yang lebih kompleks dan terkoordinasi. Keterampilan motorik tersebut mencerminkan kemampuan tubuh dalam melaksanakan gerakan yang efisien, akurat, dan terarah yang dapat mendukung aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pendidikan jasmani juga menekankan peningkatan kebugaran jasmani yang meliputi aspek daya tahan, kekuatan, kelincahan, kelenturan, dan koordinasi tubuh. Kebugaran jasmani yang baik akan menjadi fondasi yang kokoh bagi peserta didik dalam menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan, serta mendukung kemampuan belajar secara optimal. Tidak kalah pentingnya, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) memiliki peran yang signifikan dalam penguatan karakter peserta didik karena dalam setiap aktivitas fisik yang dilakukan terdapat nilai-nilai pendidikan karakter seperti sportivitas, kerja sama, disiplin, tanggung jawab, dan kejujuran dapat ditanamkan secara langsung. Melalui berbagai kegiatan olahraga dan permainan, peserta didik diajarkan untuk menghargai aturan, menerima kemenangan dan kekalahan dengan lapang dada, serta bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama. Dalam ruang lingkup pendidikan jasmani, terdapat berbagai bentuk aktivitas pembelajaran yang dirancang secara sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik dan psikomotorik peserta didik. Aktivitas tersebut mencakup permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, serta kesehatan. Aktivitas pembelajaran yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan fisik maupun psikomotorik peserta didik, yaitu senam irama.

Senam irama adalah materi pelajaran yang dipelajari oleh peserta didik dalam mata pelajaran PJOK. Senam irama merupakan suatu jenis senam yang

bertujuan untuk mengekspresikan nilai seni dan keindahan melalui gerakan tubuh. Selain itu, senam irama juga berfungsi untuk melatih dan mengembangkan kemampuan dalam mengontrol gerakan tubuh secara harmonis. Pada dasarnya, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara senam irama dan jenis senam lainnya. Namun, ciri khas dari senam irama terletak pada penggunaan musik sebagai pengiring gerakan (Putri et al., 2024). Gerakan pada senam irama mengombinasikan berbagai gerakan tangan dan kaki menjadi suatu gerakan yang harmonis. Melalui materi senam irama, para peserta didik tidak hanya dapat mengembangkan keterampilan motorik, khususnya dalam hal fleksibilitas, koordinasi, kelincahan, dan daya tahadn. Namun, juga bisa meningkatkan ekspresi diri bagi para peserta didik.

Dalam perguruan tinggi, khususnya pada program studi (prodi) Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Penjaskesrek) di Universitas Pendidikan Ganesha (Undiksha), senam irama menjadi mata kuliah wajib yang harus diprogram oleh mahasiswa pada saat semester IV di Fakultas Olahraga dan Kesehatan (FOK). Mata kuliah Teori Praktik Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran bertujuan untuk memberikan pemahaman terhadap mahasiswa tentang teori dan praktik senam irama. Senam irama dijadikan mata kuliah wajib di Prodi Penjaskesrek Undiksha karena materi senam irama termasuk dalam kurikulum pendidikan jasmani di jenjang sekolah dasar hingga menengah. Sebagai calon guru PJOK, mahasiswa harus memiliki kompetensi dalam mengajarkan senam irama secara tepat, menarik, dan edukatif. Penguasaan senam irama akan mempermudah mahasiswa dalam memenuhi tuntutan profesi mereka di lapangan kelak, khususnya saat mengimplementasikan pembelajaran yang sesuai dengan capaian pembelajaran kurikulum nasional.

Dari hasil pengamatan, masih terdapat beberapa kendala yang menghambat proses pembelajaran pada mata kuliah Teori Praktik Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran. Salah satunya adalah belum adanya media pembelajaran senam irama materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki yang dimiliki dosen dalam menyampaikan materi. Terlebih, Undiksha mewajibkan dosen menggunakan *e-learning* dalam proses pembelajaran yang membuat proses pembelajaran mata kuliah ini mengalami kendala dalam mencari media

pembelajaran. Hingga saat ini, dosen pengampu mata kuliah ini masih mengandalkan media pembelajaran yang bersumber dari luar kampus, seperti video yang diunduh dari YouTube ataupun bahan ajar yang diunduh dari situs tertentu. Penggunaan media pembelajaran dari pihak eksternal memiliki konsekuensi. Salah satunya, media pembelajaran yang ditampilkan belum tentu sesuai dengan karakteristik prodi Penjaskesrek di Undiksha. Data menunjukkan sebanyak 75% mahasiswa sangat setuju perlunya media pembelajaran video tutorial senam irama yang orisinal dan 25% menyatakan setuju. Data ini menunjukkan pentingnya pengembangan media pembelajaran berbasis video tutorial senam irama materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki untuk menunjang mata kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama dan Kebugaran.

Pada era globalisasi, pembelajaran berbasis teknologi dapat menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan tersebut. Media pembelajaran berbasis video tutorial memiliki banyak keuntungan. Media pembelajaran berbasis video tutorial sangat mudah digunakan, dapat diakses kapan saja dan dimana saja oleh mahasiswa. Selain itu, media pembelajaran berbasis video tutorial dapat memuat berbagai konten gerakan yang dapat mendukung pemahaman mahasiswa terhadap materi yang disampaikan. Media pembelajaran berbasis video tutorial dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik (Utomo & Ratnawati, 2020). Kemudahan akses ini semakin didukung oleh ketersediaan fasilitas LCD, speaker, dan Wi-Fi di seluruh kawasan kampus Undiksha, khususnya di FOK, yang memungkinkan mahasiswa mengakses materi yang bersifat digital dengan lancar. Oleh karena itu, ketersediaan media pembelajaran berbasis video tutorial yang orisinal dan sesuai dengan karakteristik mata kuliah menjadi sangat mendesak, tidak hanya untuk mengoptimalkan proses pembelajaran, tetapi juga untuk memanfaatkan infrastruktur yang telah disediakan kampus secara maksimal.

Dari permasalahan tersebut, peneliti tertarik mengembangkan media pembelajaran yang dikemas dengan judul “Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Tutorial Untuk Gerak Dasar Kombinasi Tangan Dan Kaki Dalam Mata Kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran Pada Mahasiswa Prodi Penjaskesrek Universitas Pendidikan Ganesha”. Hal ini dilatarbelakangi oleh masih digunakannya media pembelajaran dari pihak eksternal, yang secara konten

belum sepenuhnya sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan mahasiswa Program Studi Penjaskesrek di Undiksha. Selain itu, proses pembelajaran yang masih bersifat konvensional menyebabkan keterbatasan variasi dalam penyampaian materi, sehingga mahasiswa kurang mendapatkan pengalaman belajar yang menarik. Pengembangan media pembelajaran berbasis video tutorial dapat menjadi inovasi dalam pembelajaran mata kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran pada program studi Penjaskesrek di Undiksha. Solusi ini diharapkan mampu memberikan media yang relevan, mudah diakses, dan sesuai dengan karakteristik universitas, serta meningkatkan efektivitas dan keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran.

1.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam pembelajaran TP. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran pada program studi pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi (Penjaskesrek) di Universitas Pendidikan Ganesha (Undiksha), yaitu:

1. Belum pernah dilakukan pengembangan media pembelajaran berbasis video tutorial pada mata kuliah TP Pembelajaran Senam Irama dan Kebugaran, khususnya pada materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki pada senam irama.
2. Proses pembelajaran kurang inovatif dan kreatif karena kurangnya penggunaan media pembelajaran dalam proses pembelajaran mata kuliah senam irama khususnya pada materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki.
3. Dosen masih menggunakan video pembelajaran yang berasal dari sumber eksternal, seperti YouTube, sehingga materi yang disajikan belum sepenuhnya sesuai dengan capaian pembelajaran dan karakteristik mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha.

1.3 Pembatasan Masalah Penelitian

Adapun batasan masalah pada penelitian ini yang dapat diuraikan penulis sebagai berikut:

1. Subjek penelitian ini terbatas untuk mahasiswa semester IV kelas C prodi Penjaskesrek di Undiksha.

2. Pengembangan media pembelajaran difokuskan pada materi gerak kombinasi tangan dan kaki dalam senam irama.
3. Media pembelajaran yang dikembangkan berupa media berbasis video tutorial, khususnya materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki.
4. Gerakan yang dikembangkan dalam media pembelajaran ini dibatasi sebanyak 13 gerakan yang akan dijelaskan lebih lanjut pada materi pembelajaran.

1.4 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana rancang bangun pengembangan media pembelajaran berbasis video tutorial untuk materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki pada mata kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran?
2. Bagaimana hasil validasi media pembelajaran berbasis video tutorial yang dikembangkan menurut penilaian ahli materi, ahli media, ahli desain, dan praktisi?
3. Bagaimana respon mahasiswa terhadap penggunaan media pembelajaran berbasis video tutorial dalam mempelajari gerak dasar kombinasi tangan dan kaki pada mata kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran?

1.5 Tujuan Penelitian

Terkait dengan rumusan masalah yang di jelaskan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Mendeskripsikan rancang bangun media pembelajaran berbasis video tutorial yang memuat materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki pada mata kuliah TP. Senam Irama dan Kebugaran di Undiksha.
2. Menganalisis hasil validasi media pembelajaran berbasis video tutorial yang dikembangkan, berdasarkan penilaian ahli materi, ahli media, ahli desain, serta praktisi.
3. Mengetahui respon mahasiswa terhadap penggunaan media pembelajaran berbasis video tutorial dalam pembelajaran gerak dasar kombinasi tangan dan kaki pada mata kuliah TP. Senam Irama dan Kebugaran.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat hasil penelitian pengembangan ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada prodi Penjaskesrek, terkait pemanfaatan media berbasis teknologi dalam pembelajaran senam irama serta menjadi referensi atau acuan dalam pengembangan media pembelajaran berbasis video tutorial untuk materi gerak kombinasi tangan dan kaki dalam senam irama, sehingga dapat memperkaya kajian teori mengenai model pembelajaran berbasis teknologi informasi di pendidikan jasmani.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dan memotivasi bagi peneliti agar bisa mengembangkan dan memberikan inovasi mengenai pengembangan media pembelajaran dalam proses pembelajaran sehingga sesuai dengan karakteristik media yang dituju.

b. Bagi Mahasiswa

Memberikan alternatif media pembelajaran yang mudah diakses kapan saja dan di mana saja, sehingga membantu mahasiswa dalam memahami dan mempraktikkan materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki secara mandiri. Media ini juga diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar mahasiswa dalam mata kuliah TP. Senam Irama dan Kebugaran.

c. Bagi Dosen

Menyediakan media pembelajaran berbasis video tutorial yang dapat digunakan sebagai sumber belajar tambahan dalam proses perkuliahan. Dosen juga dapat lebih mudah memberikan materi yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik mahasiswa Penjaskesrek di Undiksha.

1.7 Spesifikasi Produk Yang Diharapkan

Spesifikasi produk pengembangan ini dijelaskan secara rinci dalam bentuk pernyataan kinerja. Adapun spesifikasi pengembangannya adalah sebagai berikut:

1. Media pembelajaran berupa video tutorial dikembangkan menggunakan model pengembangan ADDIE, yang mencakup lima tahapan utama: analisis, perancangan, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Proses pembuatan videonya menggunakan aplikasi *CapCut Pro*, yang dirancang agar mampu menampilkan kombinasi teks, gambar bergerak (video), serta audio (suara) dalam satu kesatuan. Tujuannya agar sajian materi lebih menarik dan mampu memancing ketertarikan mahasiswa untuk belajar melalui tampilan audio-visual.
2. Video tutorial ini difokuskan pada materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki dan ditujukan untuk mahasiswa semester IV kelas C di Program Studi Penjaskesrek, Fakultas Olahraga dan Kesehatan. Media ini dikemas secara menarik agar mampu meningkatkan motivasi dan minat belajar mahasiswa terhadap materi senam irama, dan diharapkan bisa menjadi alat bantu yang efektif bagi dosen dalam proses pembelajaran.
3. Video tutorial ini dapat diakses menggunakan perangkat seperti komputer, laptop, maupun *smartphone*. Selain itu, video dapat diputar kapan saja, sehingga memudahkan mahasiswa untuk belajar secara fleksibel pada pranala berikut: <https://go.undiksha.ac.id/FaX2r>

1.8 Pentingnya Pengembangan

Pengembangan media pembelajaran saat ini sangat penting untuk mendukung proses belajar-mengajar yang lebih efektif melalui pemanfaatan teknologi. Media pembelajaran interaktif, seperti video tutorial, dibutuhkan agar kegiatan belajar berlangsung secara lancar, menarik, dan tidak monoton. Pengembangan media ini juga akan sangat bermanfaat apabila konten yang disajikan berkualitas dan sesuai dengan kebutuhan pembelajaran. Adapun urgensi dari pengembangan ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi dosen, pengembangan media pembelajaran berbasis video tutorial dapat membantu dalam menyampaikan materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki secara lebih efektif. Media ini memudahkan dosen dalam memberikan contoh gerakan yang benar, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efisien.

2. Bagi mahasiswa, media pembelajaran berbasis video tutorial dapat membantu dalam memahami materi melalui proses mengamati, meniru, dan mempraktikkan gerakan secara mandiri. Dengan adanya media pembelajaran video tutorial yang memiliki gerakan yang jelas, mahasiswa dapat lebih mudah memahami teknik gerak dasar kombinasi tangan dan kaki serta meningkatkan keterampilan praktik mereka.

1.9 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Pada pengembangan bahan ajar multimedia yang memanfaatkan video tutorial dalam mata kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama dan Kebugaran, terutama pada materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki, terdapat sejumlah asumsi yang dijadikan landasan dalam pelaksanaan penelitian ini:

1. Menghasilkan media pembelajaran berupa video tutorial yang berfokus pada materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki dalam pembelajaran senam irama.
2. Video tutorial yang dikembangkan sesuai dengan materi yang diajarkan dalam mata kuliah senam irama.
3. Keberadaan media ini dapat membantu mempermudah proses perkuliahan senam irama, baik bagi dosen maupun mahasiswa.

Untuk memfokuskan ruang lingkup dan pelaksanaan penelitian ini adapun terdapat beberapa keterbatasan pengembangan yang ditetapkan sebagai berikut :

1. Media pembelajaran yang dibuat hanya ditujukan untuk mendukung proses belajar materi gerak dasar kombinasi tangan dan kaki pada senam irama bagi mahasiswa program studi Penjaskesrek.
2. Pengembangan media dilakukan dengan menggunakan rancangan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation*).
3. Kualitas media yang dihasilkan belum optimal karena keterbatasan alat dan fasilitas, dibandingkan dengan produk media yang menggunakan fasilitas yang profesional.

1.10 Definisi Istilah

Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami isi penelitian ini, maka terdapat beberapa istilah penting yang digunakan. Oleh karena itu, penulis

merasa perlu untuk menjelaskan batasan-batasan istilah tersebut agar pembaca dapat memahami maksudnya dengan tepat:

1. Pengembangan merupakan sebuah proses perancangan pembelajaran yang dilakukan secara logis dan sistematis, dengan tujuan untuk merancang seluruh komponen yang dibutuhkan dalam kegiatan belajar mengajar. Proses ini juga mempertimbangkan potensi serta kompetensi yang dimiliki oleh peserta didik (Abrar et al., 2024).
2. Media pembelajaran berbasis video tutorial merupakan media pembelajaran yang menyajikan materi melalui rekaman video yang berisi penjelasan, demonstrasi, dan langkah-langkah pembelajaran secara sistematis sehingga memudahkan peserta didik dalam memahami dan mempraktikkan materi secara mandiri (Kusairoh et al., 2022).
3. Senam irama merupakan aktivitas fisik yang mengintegrasikan gerakan tubuh dengan alunan musik atau irama yang teratur (Hasibuan et al., 2020).
4. Gerak dasar kombinasi tangan dan kaki merupakan rangkaian gerakan yang dilakukan dengan langkah kaki serta ayunan atau gerakan tangan secara terkoordinasi dan berirama untuk menghasilkan keserasian gerak dalam pelaksanaan senam irama.

