

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Surat Tugas Pembimbing



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 93.04/UN48.12.5/PP/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Ni Luh Putu Sphyanawati, S.Pd., M.Pd.
NIP : 198403032008122004
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : I Putu Darmayasa, S.Pd., M.For., AIFO-FIT
NIP : 196902061996011001
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Gede Rio Suta Pratama
NIM : 2216011040
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Gerak Dasar Langkah Kaki Berbasis Video Tutorial Pada Mata Kuliah TP. Pembelajaran Senam Irama dan Kebugaran Untuk Mahasiswa Prodi Penjaskesrek Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 16 April 2025
Ketua Jurusan,



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



**Badan
Sertifikasi
Elektronik**

Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSRF
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

Lampiran 1.2 Surat Persetujuan Dosen Pembimbing

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Gerak Dasar
Langkah Kaki dengan Kombinasi Gerakan Tangan
Berbasis Video Tutorial Pada Mata Kuliah
TP. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran
Untuk Mahasiswa Prodi Penjaskesrek
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha

Nama : Gede Rio Suta Pratama
NIM : 2216011040
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan

telah mendapatkan persetujuan dari pembimbing untuk diujikan di Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas
Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha.

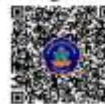
Pembimbing Utama



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

Singaraja, 19 Juni 2026

Pembimbing Pendamping



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

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



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



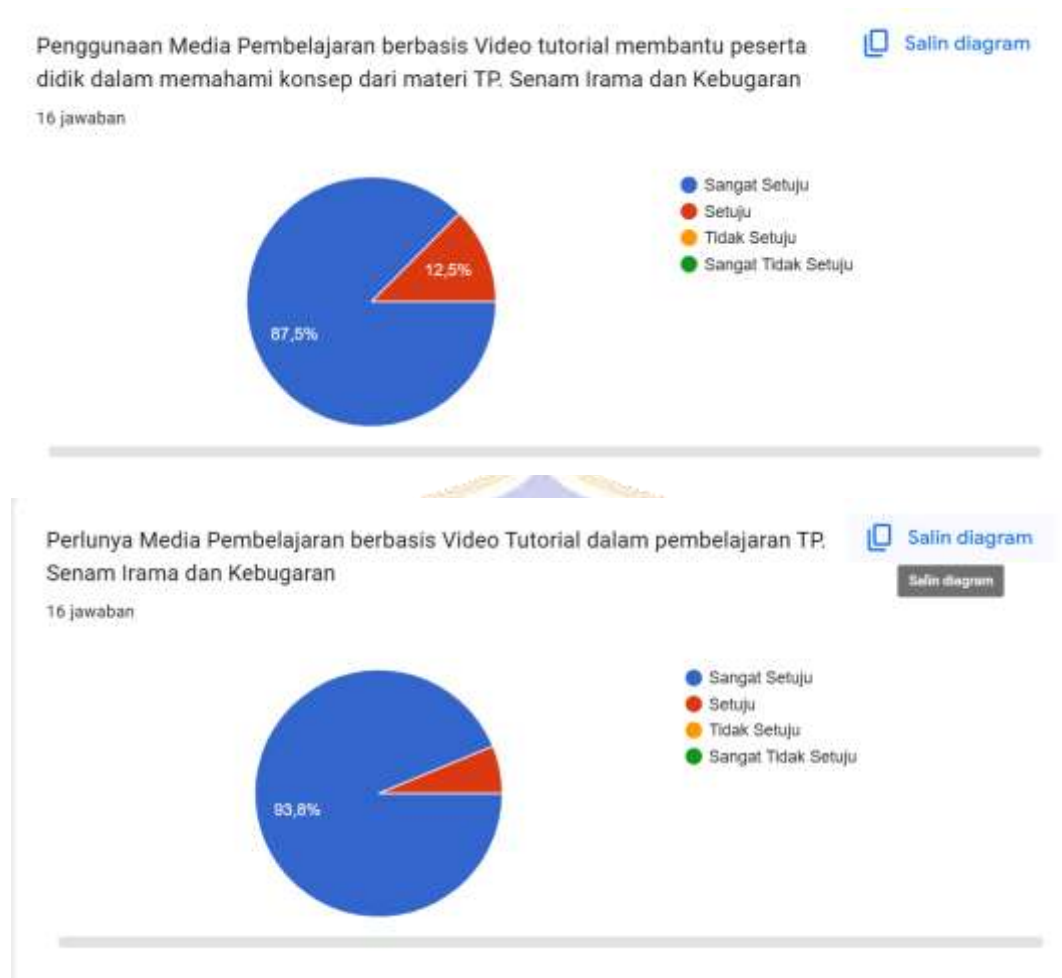
**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE

Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code

Lampiran 1.3 Hasil Analisis Kebutuhan Awal



Lampiran 1.4 Surat Tugas Ahli Pakar Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
 Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 232.10/UN48.12.5/PP/2025

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
 NIP : 198003112008121002
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 1 Instrumen
2. Nama : Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198206062008121002
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 2 Instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Gede Rio Suta Pratama
 NIM : 2216011040
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Gerak Dasar Langkah Kaki dengan Kombinasi Gerakan Tangan Berbasis Video Tutorial Pada Mata Kuliah TP Pembelajaran Senam Irama dan Kebugaran Untuk Mahasiswa Prodi Penjaskesrek Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan



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

Singaraja, 20 Oktober 2025
 Ketua Jurusan,



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



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BnE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

Lampiran 1.5 Hasil Validasi Instrumen

Instrumen	Pakar 1		Pakar 2	
	Relevan (Butir Soal)	Tidak Relevan (Butir Soal)	Relevan (Butir Soal)	Tidak Relevan (Butir Soal)
Ahli Isi	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	-
Ahli Media Pembelajaran	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	-
Ahli Desain	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	-
Ahli Praktisi Lapangan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	-
Uji Coba Produk	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	-

Lampiran 1.6 Surat Tugas Ahli Validasi Produk



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLARAHAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLARAHAGA
 Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 232.10/UN48.12.5/PP/2025

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
 NIP : 198003112008121002
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 1 Instrumen
2. Nama : Dr. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198206062008121002
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Sebagai : Pakar 2 Instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Gede Rio Suta Pratama
 NIM : 2216011040
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Gerak Dasar Langkah Kaki dengan Kombinasi Gerakan Tangan Berbasis Video Tutorial Pada Mata Kuliah TP Pembelajaran Senam Irama dan Kebugaran Untuk Mahasiswa Prodi Penjaskesrek Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan



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

Singaraja, 20 Oktober 2025
 Ketua Jurusan,



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



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BnE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

Lampiran 1.7 Surat Izin Melaksanakan Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
 Alamat : Desa Jineng Dalem, Singaraja-Bali

Nomor : 879/UN48.12.1/PT.01.04/2026
 Lampiran : -
 Perihal : Persetujuan

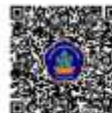
Singaraja, 11 Mei 2026

Yth. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
di tempat

Dengan hormat, menindaklanjuti surat saudara No : 848/UN48.12/HK.04.00/2026 tanggal 6 Mei 2026 perihal permohonan ijin melakukan penelitian, bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya kami menyetujui dan mengijinkan permohonan tersebut dengan tetap melaksanakan koordinasi dengan pihak terkait.

Demikian surat ini, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n Dekan
 Wakil Dekan I FOK,



I Gede Suwiwa
 NIP. 198501172008121001



**Balai
 Sertifikasi
 Elektronik**

Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrfE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 1.8 Pranala Produk

LINK PRODUK: <https://go.undiksha.ac.id/4b6ue>



Lampiran 1.9 Hasil Penilaian Uji Validasi Ahli Isi

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI AHLI ISI MATERI TERHADAP PENGEMBANGAN MEDIA
PEMBELAJARAN GERAK DASAR LANGKAH KAKI DENGAN
KOMBINASI GERAKAN TANGAN PADA MATA KULIAH TP.
PEMBELAJARAN SENAM IRAMA DAN KEBUGARAN PADA
MAHASISWA PRODI PENJASKESREK UNIVERSITAS PENDIDIKAN
GANESHA



Identitas
Nama : Gede Rio Suta Pratama
NIM : 2216011040
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2026

4	Uraian isi materi pembelajaran sudah lengkap dan sistematis				✓	
5	Indikator pembelajaran dirumuskan dengan jelas dan mudah dipahami	✓				
6	Gambar dan video yang digunakan sangat membantu dalam memperjelas pemahaman materi				✓	
Keakuratan Materi						
7	Materi diambil dari sumber/referensi yang relevan dan mutakhir			✓		
Teknik Penyajian						
8	Materi disajikan dengan runtut dan memiliki alur yang jelas				✓	
9	Cara penyajian materi menarik minat dan motivasi untuk belajar				✓	
Bahasa						
10	Bahasa yang digunakan sudah sesuai dengan kaidah tata bahasa				✓	
11	Bahasa yang digunakan bersifat komunikatif dan interaktif bagi pembaca				✓	
12	Kalimat penjelasan materi disusun dengan sederhana sehingga mudah dipahami				✓	

C. Saran Perbaikan

- Pembukaan terlalu lama bisa dipersingkat
- Pada video perlu dicantumkan indikator dan tujuan pembelajaran karena video untuk pembelajaran
- Karena ini gerakan kaki, video di awal dapat fokus pada gerakan kaki saja. Kombinasi dgn gerakan tangan bisa dibelakang
- Gerakan kaki diulang 2x8

D. KESIMPULAN

Lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan

1. Layak untuk digunakan
2. Layak untuk digunakan dengan revisi
3. Tidak layak untuk digunakan

Singaraja, 23 April 2026

Validator



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

Lampiran 1.10 Hasil Penilaian Uji Validasi Ahli Media Pembelajaran

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI AHLI MEDIA TERHADAP PENGEMBANGAN MEDIA
PEMBELAJARAN GERAK DASAR LANGKAH KAKI DENGAN
KOMBINASI GERAKAN TANGAN BERBASIS VIDEO
TUTORIAL PADA MATA KULIAH TP. PEMBELAJARAN
SENAM IRAMA DAN KEBUGARAN PADA MAHASISWA
PRODI PENJASKESREK UNIVERSITAS
PENDIDIKAN GANESHA



Identitas
Nama : Gede Rio Suta Pratama
NIM : 2216011040
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2026

A. Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/pernyataan instrumen.
- 2) Berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 3) Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala 5 keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1. = Sangat Kurang
 2. = Kurang
 3. = Cukup
 4. = Baik
 5. = Sangat Baik
- 4) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap produk yang dinilai.
- 5) Berikan kesimpulan sesuai dengan pernyataan yang sudah disiapkan.

B. Lembar Validasi Instrumen Ahli Media

NO	PERTANYAAN	SKOR				
		1	2	3	4	5
Aspek Materi						
1	Media video tutorial yang dikembangkan sudah sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diinginkan					✓
2	Kejelasan teks yang ditampilkan dalam video agar mudah dibaca					✓
3	Kesesuaian karakteristik video dengan kebutuhan dan tingkat pemahaman mahasiswa					✓
4	Ketepatan penggunaan istilah-istilah teknis atau ilmiah dalam video					✓
Tata Letak						
5	Ketepatan tata letak (layout) gambar dan video sehingga terlihat rapi dan seimbang					✓
6	Proporsionalitas dan ketepatan tata letak teks dalam video tutorial					✓
7	Keselarsan antara informasi/keterangan materi dengan visual yang ditampilkan					✓
Daya Tarik						
8	Daya tarik visual pada desain tampilan video tutorial secara keseluruhan					✓

9	Kemampuan desain video dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa					✓
Tampilan Desain Media						
10	Penyajian video dilakukan secara sistematis, runut, dan memudahkan pemahaman					✓
11	Kualitas audio (suara) dan visual (gambar) jelas, tidak buram, dan tidak terdistorsi					✓
12	Keselarasan antar seluruh aspek media (suara, gambar, teks, dan musik)					✓
13	Kelancaran teknis video saat diputar (tidak ada lag atau error)					✓
14	Ketepatan, keserasian, dan konsistensi penggunaan warna dalam video					✓
Pengoperasian Media						
15	Kemudahan media untuk digunakan atau diputar kembali secara berulang-ulang					✓
16	Tingkat keakuratan konten pembelajaran yang disajikan dalam media					✓

C. Saran Perbaikan

Secara keseluruhan produk sudah baik dan sesuai, perlu
koreksi audio pada narasi video.

D. KESIMPULAN

Lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan.

- ① Layak untuk digunakan.
2. Layak untuk digunakan dengan revisi.
3. Tidak layak untuk digunakan.

Singaraja, 27 April 2026

Validator



I Nengah Eka Mertayasa, S.Pd., M.Pd.

NIP. 199503022019031006

Lampiran 1.11 Hasil Penilaian Uji Validasi Ahli Desain

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI DESAIN PEMBELAJARAN TERHADAP PENGEMBANGAN
MEDIA PEMBELAJARAN GERAK DASAR LANGKAH KAKI
DENGAN KOMBINASI GERAKAN TANGAN BERBASIS VIDEO
TUTORIAL PADA MATA KULIAH TP. PEMBELAJARAN SENAM
IRAMA DAN KEBUGARAN UNTUK MAHASISWA PRODI
PENJASKESREK UNIVERSITAS
PENDIDIKAN GANESHA



Identitas

Nama : Gede Rio Suta Pratama

NIM : 2216011040

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA

2026

A. Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/ Pernyataan instrumen.
- 2) Berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 3) Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala 5 keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1. = Sangat Kurang
 2. = Kurang
 3. = Cukup
 4. = Baik
 5. = Sangat Baik
- 4) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap produk yang dinilai
- 5) Berikan kesimpulan sesuai dengan pernyataan yang sudah disiapkan

B. Lembar Validasi Instrumen Ahli Desain Pembelajaran

NO	PERTANYAAN	SKOR				
		1	2	3	4	5
Kejelasan dan Sistematis Desain Video						
1	Petunjuk penggunaan media video tutorial sudah tepat dan jelas				✓	
2	Penyajian materi dalam alur desain video sudah runtut dan tepat					✓
Tampilan Video Tutorial						
3	Kombinasi warna yang digunakan serasi dan sudah tepat					✓

4	Penempatan komponen (layout) video tutorial sudah proporsional					✓
5	Pakaian yang digunakan model dalam video sudah sopan dan sesuai					✓
6	Ukuran dan jenis huruf (font) yang digunakan mudah dibaca				✓	
Materi						
7	Kesesuaian model gambar pada video dengan materi yang dibahas					✓
8	Tulisan/teks pada video menggunakan bahasa yang mudah dipahami					✓
9	Materi selaras dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan					✓
Kepraktisan						
10	Video tutorial praktis dan mudah dibawa (portabilitas)					✓
11	Perawatan media video tutorial bersifat sederhana					✓
12	Format file video tutorial memudahkan dalam penyimpanan					✓
Kemudahan Penggunaan						
13	Video tutorial mudah diakses melalui perangkat yang tersedia					✓
14	Media memungkinkan untuk dipelajari secara mandiri kapan saja					✓

C. Saran Perbaikan

1. Indikator diberi penomoran. Sebaiknya indikator diganti Tujuan Pembelajaran
2. Teks nama gerakan diperbesar ukurannya
3. Pada bagian akhir teks simpulan ucapan terima kasih
4. Logo BEM FDK dibagian awal

D. KESIMPULAN

Lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan

1. Layak untuk digunakan
- ☒ 2. Layak untuk digunakan dengan revisi
3. Tidak layak untuk digunakan

Singaraja, 30 April 2026

Validator



Prof. Dr. I Made Teguh, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197108152001121001

Lampiran 1.12 Hasil Penilaian Uji Validasi Ahli Praktisi Lapangan

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI AHLI PRAKTISI LAPANGAN TERHADAP PENGEMBANGAN
MEDIA PEMBELAJARAN GERAK DASAR LANGKAH KAKI DENGAN
KOMBINASI GERAKAN TANGAN BERBASIS VIDEO TUTORIAL PADA
MATA KULIAH TP. PEMBELAJARAN SENAM IRAMA DAN
KEBUGARAN UNTUK MAHASISWA PRODI PENJASKESREK
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN UNIVERSITAS
PENDIDIKAN GANESHA



Identitas

Nama : Gede Rio Suta Pratama

NIM : 2216011040

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA

2026

A. Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan cermati kisi-kisi dan komponen penilaian/pernyataan instrumen.
- 2) Berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 1) Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala 5 keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1. = Sangat Kurang
 2. = Kurang
 3. = Cukup
 4. = Baik
 5. = Sangat Baik
- 2) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap produk yang dinilai
- 3) Berikan komentar dan saran perbaikan Bapak/Ibu terhadap masing-masing aspek penilaian.



B. Lembar Validasi Instrumen Ahli Praktisi Lapangan

NO	PERTANYAAN	SKOR				
		1	2	3	4	5
Bahasa dan Penyajian						
1	Bahasa yang digunakan jelas, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik belajar mahasiswa					✓
2	Penggunaan kaidah Bahasa Indonesia sudah baik, benar, dan tidak ambigu				✓	
3	Ketepatan istilah-istilah gerak senam irama yang digunakan dalam video				✓	
4	Petunjuk penggunaan video tutorial disajikan secara runtut dan mudah dipahami untuk penggunaan mandiri				✓	
Media dan Teknis						
5	Kualitas gambar, video, dan suara jernih serta relevan dengan materi					✓
6	Media mudah dioperasikan (navigasi) dan mendukung kelancaran pembelajaran				✓	
7	Visualisasi gambar mendorong mahasiswa memahami kombinasi gerak tangan dan langkah kaki					✓
8	Media bersifat fleksibel dan dapat digunakan secara berulang-ulang oleh mahasiswa					✓

Materi dan Pembelajaran						
9	Materi disajikan secara sistematis, runtut, dan mudah diterapkan di lapangan					✓
10	Kelengkapan materi sesuai dengan KD, Indikator, dan Tujuan Pembelajaran				✓	
11	Media video tutorial mampu mendorong minat dan motivasi belajar mahasiswa				✓	
12	Media meningkatkan keaktifan dan keterlibatan mahasiswa dalam praktik mandiri					✓



C. Saran Perbaikan

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

D. KESIMPULAN

Lingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan

1. Layak untuk digunakan
2. Layak untuk digunakan dengan revisi
3. Tidak layak untuk digunakan

Singaraja, 06 Mei 2026

Validator



Masyita Siregar, M.Pd

NIP. 200010242025062010

Lampiran 1.13 Hasil Penilaian Uji Coba Perorangan

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI COBA PERORANGAN ~~BERKELompok~~ TERHADAP
PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN GERAK DASAR
LANGKAH KAKI DENGAN KOMBINASI GERAKAN TANGAN
BERBASIS VIDEO TUTORIAL PADA MATA KULIAH TP.
PEMBELAJARAN SENAM IRAMA DAN KEBUGARAN PADA
MAHASISWA PRODI PENJASKESREK
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

A. Identitas

Nama Lengkap : Nur Dikran Ayi

Nomor Absen : 15

NIM : 291606133

Semester : 9

B. Petunjuk Pengisian :

- 1) Isilah identitas diri terlebih dahulu (Nama Lengkap, Nomor Absen, NIM, dan Semester) pada baris yang sudah disediakan.
- 2) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen
- 3) Berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom skala penilaian yang paling sesuai dengan penilaian anda terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 4) Rentang penilaian setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 5 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1 = Sangat Kurang
 2 = Kurang
 3 = Cukup
 4 = Baik
 5 = Sangat Baik
- 5) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap produk yang dinilai.

C. Lembar Validasi Instrumen Uji Coba Produk

No	Pernyataan	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
Visualisasi						
1	Kemenarikan cover media				✓	
2	Kemenarikan tampilan media secara keseluruhan					✓
Penyajian Materi						
3	Memudahkan mahasiswa dalam memahami materi					✓
4	Kejelasan uraian materi				✓	
5	Materi yang sesuai dengan kehidupan sehari-hari mahasiswa					✓
Teks						
6	Kualitas teks yang digunakan					✓
7	Kejelasan teks yang digunakan					✓
Ilustrasi						
8	Kemenarikan ilustrasi yang digunakan				✓	
9	Kesesuaian ilustrasi dengan materi				✓	
Motivasi						
10	Memberikan motivasi atau semangat kepada mahasiswa saat menggunakan media video tutorial					✓
Jumlah					4	6
Total					4	6

D. Komentar/Saran

Mohon menuliskan komentar/saran pada titik-titik berikut.

Penjelasan sangat mudah dipahami

Singaraja, 11-05-2026
Mahasiswa Prodi Penjaskesrek


Rizki Rahmawati Nji
NIM.

Lampiran 1.14 Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI COBA KELOMPOK KECIL BERBASIS VIDEO TUTORIAL TERHADAP
PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN GERAK DASAR
LANGKAH KAKI DENGAN KOMBINASI GERAKAN TANGAN
BERBASIS VIDEO TUTORIAL PADA MATA KULIAH TP.
PEMBELAJARAN SENAM IRAMA DAN KEBUGARAN PADA
MAHASISWA PRODI PENJASKESREK
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

A. Identitas

Nama Lengkap : Anastasia Laura Waciyanto
 Nomor Absen : 10
 NIM : 2416011113
 Semester : 4

B. Petunjuk Pengisian :

- 1) Isilah identitas diri terlebih dahulu (Nama Lengkap, Nomor Absen, NIM, dan Semester) pada baris yang sudah disediakan.
- 2) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 3) Berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom skala penilaian yang paling sesuai dengan penilaian anda terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 4) Rentang penilaian setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 5 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1 = Sangat Kurang
 2 = Kurang
 3 = Cukup
 4 = Baik
 5 = Sangat Baik
- 5) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap produk yang dinilai.

C. Lembar Validasi Instrumen Uji Coba Produk

No	Pernyataan	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
Visualisasi						
1	Kemenarikan cover media					✓
2	Kemenarikan tampilan media secara keseluruhan					✓
Penyajian Materi						
3	Memudahkan mahasiswa dalam memahami materi					✓
4	Kejelasan uraian materi					✓
5	Materi yang sesuai dengan kehidupan sehari-hari mahasiswa				✓	
Teks						
6	Kualitas teks yang digunakan					✓
7	Kejelasan teks yang digunakan					✓
Ilustrasi						
8	Kemenarikan ilustrasi yang digunakan					✓
9	Kesesuaian ilustrasi dengan materi					✓
Motivasi						
10	Memberikan motivasi atau semangat kepada mahasiswa saat menggunakan media video tutorial					✓
Jumlah					2	8
Total					4	8

D. Komentar/Saran

Mohon menuliskan komentar/saran pada titik-titik berikut.

Video yang ditampilkan sudah sangat baik dan jelas.

Singaraja, 11 Mei 2026
Mahasiswa Prodi Penjaskesrek



Anastasia Laura Haryanto
NIM. 2416011113

Lampiran 1.15 Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Besar

INSTRUMEN PENILAIAN PRODUK
UJI COBA KELOMPOK BESAR TERHADAP
PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN GERAK DASAR
LANGKAH KAKI DENGAN KOMBINASI GERAKAN TANGAN
BERBASIS VIDEO TUTORIAL PADA MATA KULIAH TP.
PEMBELAJARAN SENAM IRAMA DAN KEBUGARAN PADA
MAHASISWA PRODI PENJASKESREK
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

A. Identitas

Nama Lengkap : 1. Gusti Ayu Muak Pralita
 Nomor Absen : 16
 NIM : 2916011189
 Semester : A

B. Petunjuk Pengisian :

- 1) Isilah identitas diri terlebih dahulu (Nama Lengkap, Nomor Absen, NIM, dan Semester) pada baris yang sudah disediakan.
- 2) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 3) Berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom skala penilaian yang paling sesuai dengan penilaian anda terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 4) Rentang penilaian setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 5 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1 = Sangat Kurang
 2 = Kurang
 3 = Cukup
 4 = Baik
 5 = Sangat Baik
- 5) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap produk yang dinilai.

C. Lembar Validasi Instrumen Uji Coba Produk

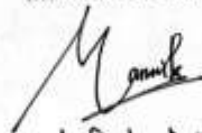
No	Pernyataan	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
Visualisasi						
1	Kemenarikan cover media					✓
2	Kemenarikan tampilan media secara keseluruhan					✓
Penyajian Materi						
3	Memudahkan mahasiswa dalam memahami materi					✓
4	Kejelasan uraian materi					✓
5	Materi yang sesuai dengan kehidupan sehari-hari mahasiswa					✓
Teks						
6	Kualitas teks yang digunakan					✓
7	Kejelasan teks yang digunakan					✓
Ilustrasi						
8	Kemenarikan ilustrasi yang digunakan					✓
9	Kesesuaian ilustrasi dengan materi				✓	
Motivasi						
10	Memberikan motivasi atau semangat kepada mahasiswa saat menggunakan media video tutorial				✓	
Jumlah				-	2	8
Total					4	8

D. Komentar/Saran

Mohon menuliskan komentar/saran pada titik-titik berikut.

Video sangat bagus dan jelas.

Singaraja, 11 Mei 2026
Mahasiswa Prodi Penjaskesrek



I Gusti Ayu Manik Pratista
NIM. 2416011189

Lampiran 1.16 Nama dan Hasil Mahasiswa selaku Responden

a. Uji Perorangan

No	Nama	Hasil (%)
1	Akmal Zafir	88
2	Nur Rikman Aji	92
3	Made Juan Oka Wijaya	92

b. Uji Kelompok Kecil

No	Nama	Hasil (%)
1	Anastasia Laura Hariyanto	96
2	Ketut sastrawan	92
3	Ahmad Fitrah Ubaidillah	90
4	Gede Adi Saputra Yasa	94
5	Ni Putu Netha Manika Wangi	94
6	Komang Adi Suarja Giri	96

c. Uji Kelompok Besar

No	Nama	Hasil (%)
1	I Gusti Ayu Manik Pratista	96
2	Nur Rikman Aji	96
3	I Putu Gede Krisna Cahyadi Putra	96
4	Ketut Sastrawan	96
5	Ni Putu Netha Manika Wangi	92
6	Kadek Juan Arta Negara	96
7	I Putu Agus Arwi Perdana	92
8	Gede Adi Saputra Yasa	96
9	I Putu Raditya Abdi Dharma	96
10	Komang Adi Suarja Giri	96
11	Made Juan Oka Wijaya	94
12	I Kadek Dwy Mulyarta	92
13	Akmal Zafir	86
14	I Gede Sawila Putra	98
15	Ahmad Fitrah Ubaidillah	88
16	Anastasia Laura Hariyanto	98

Lampiran 1.17 Dokumentasi Penelitian



RIWAYAT HIDUP



Gede Rio Suta Pratama, lahir di Singaraja pada tanggal 16 Maret 2003, penulis merupakan anak pertama dari pasangan suami istri, Bapak Ketut Arya Suta dan Ibu Nyoman Kristiani. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu. Penulis beralamat di JL. P. Bali Gg II Kelurahan Kampung Baru, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan Dasar di SD 4 Kampung Baru dan lulus pada tahun 2015. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 3 Singaraja dan lulus pada tahun 2018. Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 3 Singaraja dan lulus pada tahun 2021 lalu melanjutkan pendidikan sarjana di Progran Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha. Pada semester akhir di tahun 2026 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Pengembangan Media Pembelajaran Gerak Dasar Langkah Kaki Dengan Kombinasi Gerakan Tangan Berbasis Video Tutorial Pada Mata Kuliah Tp. Pembelajaran Senam Irama Dan Kebugaran Untuk Mahasiswa Prodi Penjaskesrek Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha”.

