

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas Penelitian



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: 108.04/UN48.12.5/PP/2025

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

- | | |
|---------|---|
| Nama | : Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd |
| NIP | : 198008112008121001 |
| Prodi | : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi |
| Sebagai | : Pembimbing Utama |
- | | |
|---------|---|
| Nama | : I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or. |
| NIP | : 198503082019031005 |
| Prodi | : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi |
| Sebagai | : Pembimbing Wakil |

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

Nama	: Kadek Darma Ananda
NIM	: 2216011001
Prodi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Judul	: Pengembangan Media Flashcard Gerak Dasar Roll Depan Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 29 April 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 BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 2. Surat Observasi Awal



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

Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (03620) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 25 Maret 2025

Nomor : 457/UN48.12.1/PP/2025
 Lampiran : -
 Perihal : Ijin melakukan observasi

Yth. Kepala SD NEGERI 1 SIDETAPA
 di

Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) diwajibkan untuk melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran di sekolah sebagai syarat pengajuan judul penelitian (skripsi). Kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengizinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama	: Kadek Darma Ananda
Nomor Induk Mahasiswa	: 2216011001
Tahun Akademik	: 2024/2025
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan UNDIKSHA

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
 Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa
 NIP.198501172008121001



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 tertandatangan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian



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

Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (0362) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 6 April 2026

Nomor : 569/UN48.12.1/PT.01.04/2026
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala SD Negeri 1 Sidetapa

di

Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan itu kami mohon Bapak/ibu untuk mengizinkan mahasiswa tersebut dibawah ini untuk berkenan melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama	: Kadek Darma Ananda
Nomor Induk Mahasiswa	: 2216011001
Prodi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan
Judul Skripsi	: PENGEMBANGAN MEDIA FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN SENAM LANTAI PADA PESERTA DIDIK KELAS RENDAH

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa,
NIP.198501172008121001



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 terdapat tanda tangan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *code* yang telah tersedia

Lampiran 4. Surat Tugas Validasi 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: 101/UN48.12.5/PP/2026

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

1. Nama : I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.
 NIP : 198503082019031005
 Prodi./Fak. : Penjaskesrek/FOK
 Sebagai : Ahli Isi/Materi
2. Nama : Dr. Dewa Gede Agus Putra Prabawa, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198908082024211004
 Prodi./Fak. : Teknologi Pendidikan (TP)/FIP
 Sebagai : Ahli Media
3. Nama : Gede Agus Mahardika S.Pd.
 NIP : -
 Sekolah : SD Negeri 1 Sidetapa
 Jabatan : Guru Pengajar
 Sebagai : Ahli Praktisi Lapangan

dal
am rangka melakukan uji validasi produk penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di
bawah ini :

Nama : Kadek Darma Ananda
 NIM : 2216011001
 Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
 Judul : Pengembangan Media *Flashcard* Gerak Dasar *Roll* Depan
 Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 02 Maret 2026
 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 BsrE.
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 5. Surat Tugas Validasi Produk



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: 101/UN48.12.5/PP/2026

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

1. Nama : I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.
 NIP : 198503082019031005
 Prodi./Fak. : Penjaskesrek/FOK
 Sebagai : Ahli Isi/Materi
2. Nama : Dr. Dewa Gede Agus Putra Prabawa, S.Pd., M.Pd.
 NIP : 198908082024211004
 Prodi./Fak. : Teknologi Pendidikan (TP)/FIP
 Sebagai : Ahli Media
3. Nama : Gede Agus Mahardika S.Pd.
 NIP : -
 Sekolah : SD Negeri 1 Sidetapa
 Jabatan : Guru Pengajar
 Sebagai : Ahli Praktisi Lapangan

dal
 am rangka melakukan uji validasi produk penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini :

Nama	: Kadek Darma Ananda
NIM	: 2216011001
Prodi.	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
Judul	: Pengembangan Media <i>Flashcard</i> Gerak Dasar <i>Roll Depan</i> Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



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

Singaraja, 02 Maret 2026
 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 BSRF
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian



ບັນດາສະໜາທຳກິດຈະກຳ
 PEMERINTAH KABUPATEN BULELENG
 ບົດບັນຍັດສະໜາທຳກິດຈະກຳ
 DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLARHAGA
 ສຶກສາວາບຸກຄະລາກິດກິດຈະກຳ
 SEKOLAH DASAR NEGERI 1 SIDETAPA
Alamat : Banjar Dinas Dlad Pura, Desa Sidetapa, Kec. Banjar, Kab. Buleleng Kode Pos 81132



SURAT PERNYATAAN
No : 823.4/043/SDN1SDP/V/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala SD Negeri 1 Sidetapa, Kec. Banjar, Kab. Buleleng :

Nama : Nyoman Karini, S.Pd.SD
 Nip : 197209301993032004
 Pangkat/Gol : Pembina Utama Muda, IV/c
 Jabatan : Kepala Sekolah
 Unit Kerja : SD Negeri 1 Sidetapa

Dengan ini menyatakan :

Nama : Kadek Dharma Ananda
 Nim : 2216011001
 Fakultas : Olahraga Dan Kesehatan
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
 Asal Universitas : Universitas Pendidikan GANESHA

Bahwa memang benar Mahasiswa diatas telah mengadakan penelitian yang berjudul "Pengembangan Media Flashcard Gerak Dasar Roll Depan Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah " guna melengkapi data proposal skripsi mahasiswa yang dilaksanakan di SD Negeri 1 Sidetapa

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sidetapa, 19 Mei 2026
 Kepala SD Negeri 1 Sidetapa

Nyoman Karini, S.Pd.SD
 Nip. 197209301993032004

Lampiran 7. *Storyboard Flashcard* Peserta Didik

No	Keterangan		Isi	
	Depan	Belakang	Depan	Belakang
	Cover Pembuka <i>Flashcard</i> materi <i>Roll</i> depan	Penjelasan manfaat <i>Roll</i> depan	Judul “Kenapa Kita Belajar <i>Roll</i> Depan?” dan ilustrasi anak latar biru	Manfaat <i>Roll</i> depan: tubuh kuat, berani, dan lentur
1	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan kepala toleh kiri kanan	Instruksi memutar kepala ke kiri dan kanan
2	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan tangan ke atas dan ke samping	Instruksi mengayunkan tangan ke atas dan samping
3	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan tangan ke depan dan belakang	Instruksi mengayunkan tangan ke depan dan belakang
4	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan tangan di putar ke kiri dan kanan	Instruksi memutar tangan ke kiri dan kanan
5	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan jongkok berdiri	Instruksi jongkok berdiri
6	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan pinggang di putar ke kiri dan kanan	Instruksi memutar pinggang ke kiri dan kanan
7	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan membungkuk dan tangan menyentuh ujung kaki peregangan bahu	Instruksi membungkuk dan tangan menyentuh ujung kaki
8	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan lompat di tempat	Instruksi lompat ringan di tempat
9	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan awal setengah jongkok, kaki jinjit tangan lurus ke depan	Instruksi Gerakan awal setengah jongkok, kaki jinjit tangan lurus ke depan
10	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke dua meletakan tangan di matras	Instruksi meletakan tangan di matras

No	Keterangan		Isi	
	Depan	Belakang	Depan	Belakang
11	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke tiga lutut sedikit di tekuk kepala ke dada bersiap untuk berguling	Instruksi lutut sedikit di tekuk kepala ke dada bersiap
12	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke empat Berguling menggunakan bahu	Instruksi berguling menggunakan bahu
13	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke lima kembali ke posisi awal setengah jongkok	Instruksi kembali ke posisi awal
14	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Kedua tangan terlalu dekat pada posisi tangan diletakan dimatras	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Kedua tangan terlalu dekat pada posisi tangan diletakan dimatras
15	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Menggunakan satu tangan sebagai tumpuan	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Menggunakan satu tangan sebagai tumpuan
16	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Menggunakan dahi pada saat akan berguling	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Menggunakan dahi pada saat akan berguling
17	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Tangan terlalu dekat atau rapat	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Tangan terlalu dekat atau rapat
18	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Kaki dan tangan terlalu lebar pada saat sikap awal setengah jongkok	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Kaki dan tangan terlalu lebar pada saat sikap awal setengah jongkok

No	Keterangan		Isi	
	Depan	Belakang	Depan	Belakang
19	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Menggunakan kepala pada saat berguling	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Menggunakan kepala pada saat berguling
20	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Kaki tidak dibuka selebar bahu pada saat posisi awal (jongkok)	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Kaki tidak dibuka selebar bahu pada saat posisi awal (jongkok)
21	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Pada saat akan berguling kepala tidak menempel ke dada	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan
22	Kuis benar/salah	Kuis benar/salah	Tulisan Benar	Tulisan Benar
23	Kuis benar/salah	Kuis benar/salah	Tulisan Salah	Tulisan Salah
24	Deskripsi media profil dan pengembang	Logo Universitas dan Fakultas dan tahun pembuatan	Deskripsi media <i>Flashcard</i> profil pengembang peneliti, pembimbing utama, pembimbing wakil	Logo Universitas pendidikan ganesha, logo fakultas olahraga dan kesehatan serta tahun pembuatan 2026

(Sumber: Peneliti 2026)

Lampiran 8. *Storyboard* Flashcard Guru

No	Keterangan		Isi	
	Depan	Belakang	Depan	Belakang
	Cover Pembuka <i>Flashcard</i> materi <i>Roll</i> depan	Penjelasan manfaat <i>Roll</i> depan	Judul “Kenapa Kita Belajar <i>Roll</i> Depan?” dan ilustrasi anak latar abu	Manfaat <i>Roll</i> depan: tubuh kuat, berani, dan lentur
1	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan kepala toleh kiri kanan	Instruksi memutar kepala ke kiri dan kanan
2	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan tangan ke atas dan ke samping	Instruksi mengayunkan tangan ke atas dan samping
3	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan tangan ke depan dan belakang	Instruksi mengayunkan tangan ke depan dan belakang
4	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan tangan di putar ke kiri dan kanan	Instruksi memutar tangan ke kiri dan kanan
5	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan jongkok berdiri	Instruksi jongkok berdiri
6	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan pinggang di putar ke kiri dan kanan	Instruksi memutar pinggang ke kiri dan kanan
7	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan membungkuk dan tangan menyentuh ujung kaki peregangan bahu	Instruksi membungkuk dan tangan menyentuh ujung kaki
8	Gerakan pemanasan sebelum <i>Roll</i> depan	Penjelasan gerakan pemanasan	Pemanasan lompat di tempat	Instruksi lompat ringan di tempat
9	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan awal setengah jongkok, kaki jinjit tangan lurus ke depan	Instruksi Gerakan awal setengah jongkok, kaki jinjit tangan lurus ke depan

No	Keterangan		Isi	
	Depan	Belakang	Depan	Belakang
	posisi jongkok		jinjit tangan lurus ke depan	
10	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke dua meletakkan tangan di matras	Instruksi meletakkan tangan di matras
11	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke tiga lutut sedikit di tekuk kepala ke dada bersiap untuk berguling	Instruksi lutut sedikit di tekuk kepala ke dada bersiap
12	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke empat Berguling menggunakan bahu	Instruksi berguling menggunakan bahu
13	Tahapan gerakan <i>Roll</i> depan dari posisi jongkok	Penjelasan gerakan <i>Roll</i> depan	Gerakan ke lima kembali ke posisi awal setengah jongkok	Instruksi kembali ke posisi awal
14	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Kedua tangan terlalu dekat pada tangan diletakan dimatras	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Kedua tangan terlalu dekat pada posisi tangan diletakan dimatras
15	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Menggunakan satu tangan sebagai tumpuan	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Menggunakan satu tangan sebagai tumpuan
16	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Menggunakan dahi pada saat akan berguling	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Menggunakan dahi pada saat akan berguling
17	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Tangan terlalu dekat atau rapat	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Tangan terlalu dekat atau rapat
18	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Kaki dan tangan terlalu lebar pada saat sikap awal	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Kaki dan tangan terlalu lebar

No	Keterangan		Isi	
	Depan	Belakang	Depan	Belakang
			setengah jongkok	pada saat sikap awal setengah jongkok
19	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Menggunakan kepala pada saat berguling	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Menggunakan kepala pada saat berguling
20	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Kaki tidak dibuka selebar bahu pada saat posisi awal (jongkok)	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan Kaki tidak dibuka selebar bahu pada saat posisi awal (jongkok)
21	Hal yang tidak boleh dilakukan	Penjelasan hal yang tidak boleh dilakukan	Pada saat akan berguling kepala tidak menempel ke dada	Instruksi hal yang tidak boleh dilakukan
22	Kuis benar/salah	Kuis benar/salah	Tulisan Benar	Tulisan Benar
23	Kuis benar/salah	Kuis benar/salah	Tulisan Salah	Tulisan Salah
24	Pernyataan terkait Roll depan/soal kuis	Pernyataan/soal	Arahan atau cara main kuis benar/salah	Pernyataan/soal kuis 1-7
25	Pernyataan terkait Roll depan/soal kuis	Pernyataan/soal	Pernyataan/soal kuis 8-14	Pernyataan/soal kuis 15-21
26	Pernyataan terkait Roll depan/soal kuis	Pernyataan/soal	Pernyataan/soal kuis 22-26	Pernyataan/soal kuis 27-32
27	Deskripsi media dan profil pengembang	Logo Universitas dan Fakultas dan tahun pembuatan	Deskripsi media <i>Flashcard</i> profil pengembang peneliti, pembimbing utama, pembimbing wakil	Logo Universitas pendidikan ganesha, logo fakultas olahraga dan kesehatan serta tahun pembuatan 2026

(Sumber: Peneliti 2026)

Lampiran 9. Kisi-Kisi Instrumen Pengumpulan Data

No.	Review/uji	Kriteria
1	Review ahli media/desain	Kejelasan dan kerapian tata letak gambar dan teks
		Keterbacaan jenis huruf (<i>font</i>)
		Kemenarikan warna
		Kejelasan gambar/ilustrasi
		Keseimbangan antara gambar dan teks
		Mendukung pencapaian tujuan pembelajaran (<i>Roll</i> depan)
		Membantu pemahaman materi
		Menarik minat dan perhatian siswa
		Mudah digunakan oleh siswa
		Isi dan tampilannya mudah dipahami
2	Review ahli materi/isi	Kesesuaian materi dengan Capaian Pembelajaran (CP) PJOK kelas III
		Kesesuaian dengan indikator pembelajaran
		Memuat konsep dasar gerak <i>Roll</i> depan
		Memuat langkah-langkah gerakan secara jelas dan sistematis
		Ketepatan gerakan <i>Roll</i> depan yang disajikan
		Ketepatan informasi pendukung (pemanasan, manfaat, hal penting)
		Penyajian runtut dan mudah dipahami
		Penyajian menarik dan mendukung pembelajaran
		Sesuai kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar
		Mudah dipahami oleh siswa kelas III SD
3	Respon guru	Mudah digunakan dalam pembelajaran
		Petunjuk penggunaan jelas
		Tidak membutuhkan waktu lama saat digunakan
		Membantu penyampaian materi <i>Roll</i> depan
		Mempermudah pemahaman siswa
		Membuat pembelajaran lebih terarah
		Menghemat waktu penyampaian materi
		Meningkatkan minat dan keaktifan siswa
		Membuat pembelajaran lebih menyenangkan
4	Kelompok kecil dan kelompok besar	Layak digunakan sebagai media pembelajaran PJOK materi <i>Roll</i> depan
		Senang belajar menggunakan <i>Flashcard</i>
		<i>Flashcard</i> terlihat menarik
		Gambar mudah dipahami
		Tulisan mudah dibaca
		Materi <i>Roll</i> depan mudah dipahami
		Membantu belajar lebih mudah

No.	Review/uji	Kriteria
		Lebih semangat belajar
		Pembelajaran menjadi lebih menyenangkan
		Tidak merasa kesulitan saat menggunakan <i>Flashcard</i>
		Ingin belajar lagi menggunakan <i>Flashcard</i>



Lampiran 10. Pembuatan *Flashcard* Peserta Didik

No Halaman	Gambar	Isi
		Cover depan berisi judul/pemantik tentang gerakan <i>Roll</i> depan. Cover belakang berisi manfaat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan bagi peserta didik berwarna biru.
1		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan pemanasan kepala dengan menoleh ke kiri dan kanan secara perlahan untuk membantu melemaskan otot leher sebelum melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
2		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan peregangan bahu dan tangan dengan menggerakkan tangan ke atas dan ke samping untuk membantu melemaskan otot bahu dan tangan sebelum melakukan <i>Roll</i> depan.
3		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan mengayunkan tangan ke depan dan ke belakang untuk membantu melatih kelenturan tubuh serta mempersiapkan tubuh sebelum melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
4		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan memutar pergelangan tangan agar tangan siap menopang tubuh dan membantu mengurangi kekakuan saat melakukan gerakan berguling.
5		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan jongkok berdiri sebagai latihan untuk membantu menguatkan kaki dan melatih keseimbangan tubuh sebelum melakukan <i>Roll</i> depan.
6		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan memutar pinggang ke kiri dan kanan untuk membantu melemaskan otot pinggang agar tubuh tidak kaku saat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.

No Halaman	Gambar	Isi
7		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan peregangan punggung dengan membungkukkan badan dan menyentuh ujung kaki untuk membantu melatih kelenturan tubuh agar lebih siap melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
8		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan lompat di tempat sebagai pemanasan untuk membantu meningkatkan suhu tubuh sehingga tubuh lebih siap dan semangat berolahraga.
9		<i>Flashcard</i> menampilkan tahap awal gerakan <i>Roll</i> depan dengan posisi setengah jongkok untuk membantu peserta didik mempersiapkan posisi tubuh sebelum berguling.
10		<i>Flashcard</i> menampilkan cara meletakkan kedua tangan di atas matras dengan kuat sebagai tumpuan agar tubuh tetap seimbang dan tidak mudah jatuh saat melakukan <i>Roll</i> depan.
11		<i>Flashcard</i> menampilkan posisi lutut sedikit ditekuk dan kepala menghadap ke dada agar tubuh dapat membulat dengan baik sehingga gerakan berguling menjadi lebih aman dan mudah dilakukan.
12		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan tubuh berguling ke depan melalui pundak dengan posisi badan membulat agar peserta didik dapat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan dengan benar dan aman.
13		<i>Flashcard</i> menampilkan sikap akhir setelah melakukan <i>Roll</i> depan yaitu kembali ke posisi jongkok lalu berdiri seimbang agar gerakan selesai dengan baik.

No Halaman	Gambar	Isi
14		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi kedua tangan yang terlalu rapat sehingga tubuh menjadi tidak seimbang dan dapat menyebabkan jatuh saat melakukan <i>Roll</i> depan.
15		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan menggunakan satu tangan sebagai tumpuan karena dapat membuat tubuh tidak seimbang dan meningkatkan risiko cedera.
16		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan menggunakan dahi saat berguling yang dapat menyebabkan rasa sakit atau cedera pada kepala sehingga perlu dihindari.
17		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi tangan yang terlalu lebar sehingga gerakan <i>Roll</i> depan menjadi kurang seimbang dan sulit dilakukan dengan benar.
18		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi kaki yang terlalu lebar saat jongkok sehingga tubuh menjadi tidak stabil ketika melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
19		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan bertumpu pada kepala saat berguling yang dapat menyebabkan cedera pada leher dan kepala sehingga tidak boleh dilakukan.
20		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi kaki yang terlalu rapat sehingga tubuh menjadi kurang seimbang saat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.

No Halaman	Gambar	Isi
21		<i>Flashcard</i> menampilkan posisi kepala yang benar yaitu dagu menempel ke dada saat berguling agar gerakan <i>Roll</i> depan lebih aman dan mudah dilakukan.
22		<i>Flashcard</i> menampilkan tanda “Benar” untuk peserta didik menjawab kuis benar atau salah
23		<i>Flashcard</i> menampilkan tanda “Salah” untuk peserta didik menjawab kuis benar atau salah.
24		<i>Flashcard</i> menampilkan deskripsi media <i>Flashcard</i> , profil pengembang dan logo universitas serta fakultas sebagai informasi tambahan mengenai media pembelajaran yang dibuat.

Lampiran 11. Pembuatan *Flashcard* Guru

No Halaman	Gambar	Isi
		Cover depan berisi judul/pemantik tentang gerakan <i>Roll</i> depan. Cover belakang berisi manfaat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan bagi peserta didik berwarna biru.
1		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan pemanasan kepala dengan menoleh ke kiri dan kanan secara perlahan untuk membantu melemaskan otot leher sebelum melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
2		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan peregangan bahu dan tangan dengan menggerakkan tangan ke atas dan ke samping untuk membantu melemaskan otot bahu dan tangan sebelum melakukan <i>Roll</i> depan.
3		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan mengayunkan tangan ke depan dan ke belakang untuk membantu melatih kelenturan tubuh serta mempersiapkan tubuh sebelum melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
4		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan memutar pergelangan tangan agar tangan siap menopang tubuh dan membantu mengurangi kekakuan saat melakukan gerakan berguling.
5		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan jongkok berdiri sebagai latihan untuk membantu menguatkan kaki dan melatih keseimbangan tubuh sebelum melakukan <i>Roll</i> depan.

No Halaman	Gambar	Isi
6		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan memutar pinggang ke kiri dan kanan untuk membantu meleaskan otot pinggang agar tubuh tidak kaku saat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
7		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan peregangan punggung dengan membungkukkan badan dan menyentuh ujung kaki untuk membantu melatih kelenturan tubuh agar lebih siap melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
8		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan lompat di tempat sebagai pemanasan untuk membantu meningkatkan suhu tubuh sehingga tubuh lebih siap dan semangat berolahraga.
9		<i>Flashcard</i> menampilkan tahap awal gerakan <i>Roll</i> depan dengan posisi setengah jongkok untuk membantu peserta didik mempersiapkan posisi tubuh sebelum berguling.
10		<i>Flashcard</i> menampilkan cara meletakkan kedua tangan di atas matras dengan kuat sebagai tumpuan agar tubuh tetap seimbang dan tidak mudah jatuh saat melakukan <i>Roll</i> depan.
11		<i>Flashcard</i> menampilkan posisi lutut sedikit ditekuk dan kepala menghadap ke dada agar tubuh dapat membulat dengan baik sehingga gerakan berguling menjadi lebih aman dan mudah dilakukan.
12		<i>Flashcard</i> menampilkan gerakan tubuh berguling ke depan melalui pundak dengan posisi badan membulat agar peserta didik dapat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan dengan benar dan aman.

No Halaman	Gambar	Isi
13		<i>Flashcard</i> menampilkan sikap akhir setelah melakukan <i>Roll</i> depan yaitu kembali ke posisi jongkok lalu berdiri seimbang agar gerakan selesai dengan baik.
14		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi kedua tangan yang terlalu rapat sehingga tubuh menjadi tidak seimbang dan dapat menyebabkan jatuh saat melakukan <i>Roll</i> depan.
15		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan menggunakan satu tangan sebagai tumpuan karena dapat membuat tubuh tidak seimbang dan meningkatkan risiko cedera.
16		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan menggunakan dahi saat berguling yang dapat menyebabkan rasa sakit atau cedera pada kepala sehingga perlu dihindari.
17		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi tangan yang terlalu lebar sehingga gerakan <i>Roll</i> depan menjadi kurang seimbang dan sulit dilakukan dengan benar.
18		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi kaki yang terlalu lebar saat jongkok sehingga tubuh menjadi tidak stabil ketika melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
19		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan bertumpu pada kepala saat berguling yang dapat menyebabkan cedera pada leher dan kepala sehingga tidak boleh dilakukan.

No Halaman	Gambar	Isi
20		<i>Flashcard</i> menampilkan kesalahan posisi kaki yang terlalu rapat sehingga tubuh menjadi kurang seimbang saat melakukan gerakan <i>Roll</i> depan.
21		<i>Flashcard</i> menampilkan posisi kepala yang benar yaitu dagu menempel ke dada saat berguling agar gerakan <i>Roll</i> depan lebih aman dan mudah dilakukan.
22		<i>Flashcard</i> menampilkan tanda “Benar” untuk peserta didik menjawab kuis benar atau salah
23		<i>Flashcard</i> menampilkan tanda “Salah” untuk peserta didik menjawab kuis benar atau salah.
24		<i>Flashcard</i> menampilkan arahan/cara main kuis benar/salah terkait <i>Roll</i> depan dan pernyataan dari nomor 1-7
25		<i>Flashcard</i> menampilkan pernyataan dari nomor 8-21
26		<i>Flashcard</i> menampilkan pernyataan dari nomor 22-32

No Halaman	Gambar	Isi
27		<i>Flashcard</i> menampilkan deskripsi media <i>Flashcard</i> , profil pengembang dan logo universitas serta fakultas sebagai informasi tambahan mengenai media pembelajaran yang dibuat.



Lampiran 12. Hasil Uji Ahli Isi

**VALIDASI AHLI MATERI/ISI TERHADAP MEDIA
PEMBELAJARAN *FLASHCARD* GERAK DASAR ROLL DEPAN SENAM
LANTAI PADA PESERTA DIDIK KELAS RENDAH**

Judul : Pengembangan Media *Flashcard* Gerak Dasar Roll Depan Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah

Sasaran : Peserta Didik Kelas III SD Negeri 1 Sidetapa

Peneliti : Kadek Darma Ananda

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Olahraga Dan Kesehatan

A. Petunjuk Pengisian

- Jawaban yang diberikan berupa skor dengan bobot penilaian adalah sebagai berikut:
1 = Kurang Relevan
2 = Cukup Relevan
3 = Relevan
4 = Sangat Relevan
- Pemberian jawaban pada instrumen penilaian yang dilakukan dengan memberikan tanda (✓) pada kolom skor penilaian yang disediakan.
- Komentar dan saran dilakukan pada kolom yang disediakan.

B. Instrumen Penilaian

No.	Indikator Penilaian	Skor			
		1	2	3	4
Kesesuaian Materi					
1	Materi gerak dasar roll depan pada <i>flashcard</i> sesuai dengan capaian pembelajaran (CP) PJOK kelas III.				✓
2	Materi pada <i>flashcard</i> sesuai dengan indikator pembelajaran yang telah ditetapkan.			✓	
Kelengkapan Materi					
3	Materi <i>flashcard</i> memuat konsep dasar gerak roll depan secara lengkap.				✓
4	Materi <i>flashcard</i> memuat langkah-langkah gerakan roll depan secara jelas dan sistematis.				✓
Keakuratan Materi					
5	Materi gerakan roll depan yang disajikan pada <i>flashcard</i> sudah tepat dan benar.				✓
6	Informasi pendukung seperti pemanasan, manfaat, dan hal yang perlu diperhatikan dalam roll depan disajikan dengan tepat.				✓
Teknik Penyajian					
7	Penyajian materi pada <i>flashcard</i> disusun secara runtut sehingga mudah dipahami.				✓
8	Penyajian materi pada <i>flashcard</i> menarik dan mendukung proses pembelajaran.				✓
Bahasa					
9	Penggunaan bahasa pada <i>flashcard</i> sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar.				✓
10	Bahasa yang digunakan mudah dipahami oleh siswa kelas III sekolah dasar.				✓

C. Komentar

Sangat bagus, gambar menarik, tulisan dan foto mudah dibaca oleh siswa, terima kasih banyak.

D. Kesimpulan

Media Pembelajaran *Flashcard* Gerak Dasar Roll Depan Senam Lantai*):

1	Layak diproduksi tanpa revisi	
2	Layak diproduksi dengan revisi sesuai saran	✓
3	Tidak layak diproduksi	

*)= Lingkari salah satu

Singaraja,
Dosen/Pakar



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

Lampiran 13. Hasil Uji Ahli Media/Desain

**VALIDASI AHLI MEDIA/DESAIN TERHADAP MEDIA
PEMBELAJARAN *FLASHCARD* GERAK DASAR ROLL DEPAN SENAM
LANTAI PADA PESERTA DIDIK KELAS RENDAH**

Judul : Pengembangan Media *Flashcard* Gerak Dasar *Roll* Depan Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah

Sasaran : Peserta Didik Kelas III SD Negeri 1 Sidetapa

Peneliti : Kadek Darma Ananda

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Olahraga Dan Kesehatan

A. Petunjuk Pengisian

- Jawaban yang diberikan berupa skor dengan bobot penilaian adalah sebagai berikut:
1 = Kurang Relevan
2 = Cukup Relevan
3 = Relevan
4 = Kurang Relevan
- Pemberian jawaban pada instrumen penilaian yang dilakukan dengan memberikan tanda (✓) pada kolom skor penilaian yang disediakan.
- Komentar dan saran dilakukan pada kolom yang disediakan.

B. Instrumen Penilaian

No	Indikator Penilaian	Skor			
		1	2	3	4
Aspek Keprafikan					
1	Tata letak gambar dan teks pada <i>flashcard</i> disusun secara jelas dan rapi sehingga mudah dipahami oleh siswa.				✓
2	Jenis huruf (<i>font</i>) yang digunakan pada <i>flashcard</i> mudah dibaca oleh siswa kelas III.				✓
3	Pemilihan warna pada <i>flashcard</i> menarik perhatian siswa dan sesuai dengan karakteristik pembelajaran.				✓
4	Gambar atau ilustrasi yang ditampilkan pada <i>flashcard</i> terlihat jelas dan mendukung pemahaman materi.				✓
5	Keseimbangan antara gambar dan teks pada <i>flashcard</i> sudah proporsional dan tidak berlebihan.				✓
Aspek Pembelajaran					
6	Penggunaan <i>flashcard</i> dapat mendukung pencapaian tujuan pembelajaran gerak dasar <i>roll</i> depan.				✓
7	<i>Flashcard</i> membantu siswa dalam memahami materi gerak dasar <i>roll</i> depan dengan lebih mudah.				✓
8	<i>Flashcard</i> mampu menarik minat dan perhatian siswa dalam proses pembelajaran.				✓
Aspek Kemudahan Penggunaan					
9	<i>Flashcard</i> mudah digunakan oleh siswa dalam proses pembelajaran.				✓
10	Isi dan tampilan <i>flashcard</i> mudah dipahami oleh siswa kelas III tanpa mengalami kesulitan.				✓

C. Komentar

- Tambahkan Saran
- Tambahkan petunjuk dan bahan
- Tambahkan foto pembuat

D. Kesimpulan

Media Pembelajaran *Flashcard* Gerak Dasar *Roll* Depan Senam Lantai*):

1	Layak diproduksi tanpa revisi
2	Layak diproduksi dengan revisi sesuai saran
3	Tidak layak diproduksi

*)- Lingkari salah satu

Singaraja,
Dosen/Pakar


Dr. Dewa Gede Agus Putra Prabawa, S.Pd., M.Pd.
NIP 198908082024211064

Lampiran 14. Hasil Uji Praktisi Lapangan

LEMBAR RESPON GURU
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Guru
 Nama : Gede Agus Mahardika S.Pd.
 NIP :

A. Petunjuk Pengisian

- Lembar evaluasi ini diisi oleh guru
- Sebelum mengisi instrumen di bawah ini, isilah identitas Anda pada kolom yang telah disediakan.
- Jawaban dapat diberikan pada kolom jawaban dengan memberikan tanda (✓) pada kolom yang sesuai dengan *point* penilaian Anda.
- Rentan skala setiap komponen penilaian menggunakan skala 4, dengan ketentuan sebagai berikut:
 1 = Kurang Relevan
 2 = Cukup Relevan
 3 = Relevan
 4 = Sangat Relevan
- Komentar dan saran Guru terhadap masing-masing komponen mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan
- Pernyataan di bawah ini adalah instrumen yang berkaitan dengan uji coba produk yaitu mengevaluasi media pembelajaran *flashcard* gerak dasar roll depan senam lantai yang di kembangkan.

B. Instrumen Penilaian

No	Indikator Penilaian	Skor			
		1	2	3	4
Aspek Kemudahan & Penggunaan					
1	Media <i>flashcard</i> mudah digunakan dalam proses pembelajaran PJOK.			✓	
2	Petunjuk penggunaan media <i>flashcard</i> jelas dan mudah dipahami.				✓
3	Media <i>flashcard</i> tidak memerlukan waktu yang lama dalam penggunaannya saat pembelajaran.				✓
Aspek Efektivitas					
4	Media <i>flashcard</i> membantu dalam penyampaian materi gerak dasar roll depan secara efektif.				✓
5	Media <i>flashcard</i> mempermudah siswa dalam memahami materi yang diajarkan.				✓
Aspek Efisien					
6	Penggunaan media <i>flashcard</i> membuat proses pembelajaran menjadi lebih terarah.				✓
7	Media <i>flashcard</i> membantu menghemat waktu dalam penyampaian materi.				✓
Aspek Daya Tarik & Ketertarikan					
8	Media <i>flashcard</i> mampu meningkatkan minat dan keaktifan siswa dalam pembelajaran.				✓
9	Media <i>flashcard</i> membuat suasana pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan.				✓
Aspek Kelengkapan					
10	Media <i>flashcard</i> layak digunakan sebagai media pembelajaran PJOK pada materi gerak dasar roll depan.				✓

C. Komentar

Gambar menarik. Penggunaan gambar gerakan senam
 (gerak roll depan - gerak SP). Penjelasan jadi menarik

Singaraja,
 Guru


 Gede Agus Mahardika S.Pd.
 NIP

Lampiran 15. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

LEMBAR UJI KELOMPOK KECIL
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Peserta Didik
Nama : Wahyuni Lina Sumera
No Absen : 5
Kelas : 3

A. Petunjuk Pengisian
1. Bacalah setiap kalimat.
2. Beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapatmu.
3. Jawab dengan jujur ya.
Pilihan jawaban
1 = Tidak Setuju
2 = Kurang Setuju
3 = Setuju
4 = Sangat Setuju

B. Pernyataan

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Saya senang belajar menggunakan flashcard.				✓
2	Flashcard yang digunakan terlihat menarik.			✓	
3	Gambar pada flashcard mudah saya pahami.			✓	
4	Tulisan pada flashcard mudah saya baca.		✓		
5	Materi gerakan roll depan mudah saya pahami melalui flashcard.		✓		
6	Flashcard membantu saya belajar gerakan roll depan dengan lebih mudah.		✓		
7	Saya menjadi lebih semangat belajar menggunakan flashcard.		✓		
8	Flashcard membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.		✓		
9	Saya tidak merasa kesulitan saat menggunakan flashcard.		✓		
10	Saya ingin belajar lagi menggunakan flashcard.		✓		

C. Komentar
halus, bagus, sekali.
3. Sumbahnya bagus
ya, menyenangkan
sihlagunya bikin kita semangat

Singaper, 29 April 2020
Peserta Didik Kelas III
Wahyuni Lina Sumera

LEMBAR UJI KELOMPOK KECIL
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Peserta Didik
Nama : Ky aza Dya Firda
No Absen : 9
Kelas : 3

A. Petunjuk Pengisian
1. Bacalah setiap kalimat.
2. Beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapatmu.
3. Jawab dengan jujur ya.
Pilihan jawaban
1 = Tidak Setuju
2 = Kurang Setuju
3 = Setuju
4 = Sangat Setuju

B. Pernyataan

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Saya senang belajar menggunakan flashcard.				✓
2	Flashcard yang digunakan terlihat menarik.			✓	
3	Gambar pada flashcard mudah saya pahami.			✓	
4	Tulisan pada flashcard mudah saya baca.		✓		
5	Materi gerakan roll depan mudah saya pahami melalui flashcard.		✓		
6	Flashcard membantu saya belajar gerakan roll depan dengan lebih mudah.		✓		
7	Saya menjadi lebih semangat belajar menggunakan flashcard.		✓		
8	Flashcard membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.		✓		
9	Saya tidak merasa kesulitan saat menggunakan flashcard.		✓		
10	Saya ingin belajar lagi menggunakan flashcard.		✓		

C. Komentar
tolisan sangat bagus
Dafta sangat bagus

Singaper, 29 April 2020
Peserta Didik Kelas III
Wahyuni Lina Sumera

LEMBAR UJI KELOMPOK KECIL
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Peserta Didik
Nama : Komang Dila
No Absen : 14
Kelas : 3

A. Petunjuk Pengisian
1. Bacalah setiap kalimat.
2. Beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapatmu.
3. Jawab dengan jujur ya.
Pilihan jawaban
1 = Tidak Setuju
2 = Kurang Setuju
3 = Setuju
4 = Sangat Setuju

B. Pernyataan

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Saya senang belajar menggunakan flashcard.				✓
2	Flashcard yang digunakan terlihat menarik.			✓	
3	Gambar pada flashcard mudah saya pahami.			✓	
4	Tulisan pada flashcard mudah saya baca.		✓		
5	Materi gerakan roll depan mudah saya pahami melalui flashcard.		✓		
6	Flashcard membantu saya belajar gerakan roll depan dengan lebih mudah.		✓		
7	Saya menjadi lebih semangat belajar menggunakan flashcard.		✓		
8	Flashcard membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.		✓		
9	Saya tidak merasa kesulitan saat menggunakan flashcard.		✓		
10	Saya ingin belajar lagi menggunakan flashcard.		✓		

C. Komentar
Flashcard sangat bagus

Singaper, 29 April 2020
Peserta Didik Kelas III
Komang Dila

LEMBAR UJI KELOMPOK KECIL
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Peserta Didik
Nama : Korwin Selvi
No. Absen : 18
Kelas : 3

A. Petunjuk Pengisian
1. Bacalah setiap kalimat.
2. Beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapatmu.
3. Jawab dengan jujur ya.
Pilihan jawaban
1 = Tidak Setuju
2 = Kurang Setuju
3 = Setuju
4 = Sangat Setuju

B. Pernyataan

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Saya senang belajar menggunakan flashcard				✓
2	Flashcard yang digunakan terlihat menarik			✓	
3	Gambar pada flashcard mudah saya pahami			✓	
4	Tulisan pada flashcard mudah saya baca			✓	
5	Materi gerakan roll depan mudah saya pahami melalui flashcard			✓	
6	Flashcard membantu saya belajar gerakan roll depan dengan lebih mudah			✓	
7	Saya menjadi lebih semangat belajar menggunakan flashcard			✓	
8	Flashcard membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan			✓	
9	Saya tidak merasa kesulitan saat menggunakan flashcard			✓	
10	Saya ingin belajar lagi menggunakan flashcard			✓	

C. Komentar
Tanpa Sangat Bagus
Gerakan Sangat Bagus
Ini benar benar latihan
Ohh saya ini Sangat Peningkatkan Kaya

Singaperba, 15 April 2020
Peserta Didik Kelas III
Korwin Selvi

LEMBAR UJI KELOMPOK KECIL
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Peserta Didik
Nama : Alvin Eka Pratiyana Dewa
No. Absen : 23
Kelas : 3

A. Petunjuk Pengisian
1. Bacalah setiap kalimat.
2. Beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapatmu.
3. Jawab dengan jujur ya.
Pilihan jawaban
1 = Tidak Setuju
2 = Kurang Setuju
3 = Setuju
4 = Sangat Setuju

B. Pernyataan

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Saya senang belajar menggunakan flashcard				✓
2	Flashcard yang digunakan terlihat menarik			✓	
3	Gambar pada flashcard mudah saya pahami			✓	
4	Tulisan pada flashcard mudah saya baca			✓	
5	Materi gerakan roll depan mudah saya pahami melalui flashcard			✓	
6	Flashcard membantu saya belajar gerakan roll depan dengan lebih mudah			✓	
7	Saya menjadi lebih semangat belajar menggunakan flashcard			✓	
8	Flashcard membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan			✓	
9	Saya tidak merasa kesulitan saat menggunakan flashcard			✓	
10	Saya ingin belajar lagi menggunakan flashcard			✓	

C. Komentar
Alvin Eka Sang Bagus
Gerakan Bagus
Ohh saya sang hebatnya
Saya sang senang ya Alvin olah raga

Singaperba, 15 April 2020
Peserta Didik Kelas III
Alvin

LEMBAR UJI KELOMPOK KECIL
MEDIA PEMBELAJARAN FLASHCARD GERAK DASAR ROLL DEPAN
SENAM LANTAI

Identitas Peserta Didik
Nama : Putri Lestari
No. Absen : 27
Kelas : 3

A. Petunjuk Pengisian
1. Bacalah setiap kalimat.
2. Beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapatmu.
3. Jawab dengan jujur ya.
Pilihan jawaban
1 = Tidak Setuju
2 = Kurang Setuju
3 = Setuju
4 = Sangat Setuju

B. Pernyataan

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Saya senang belajar menggunakan flashcard				✓
2	Flashcard yang digunakan terlihat menarik			✓	
3	Gambar pada flashcard mudah saya pahami			✓	
4	Tulisan pada flashcard mudah saya baca			✓	
5	Materi gerakan roll depan mudah saya pahami melalui flashcard			✓	
6	Flashcard membantu saya belajar gerakan roll depan dengan lebih mudah			✓	
7	Saya menjadi lebih semangat belajar menggunakan flashcard			✓	
8	Flashcard membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan			✓	
9	Saya tidak merasa kesulitan saat menggunakan flashcard			✓	
10	Saya ingin belajar lagi menggunakan flashcard			✓	

C. Komentar
Putri Lestari Sangat Bagus
Gerakan Sangat Bagus
Ini benar benar latihan
Saya sangat senang ya

Singaperba, 15 April 2020
Peserta Didik Kelas III
Putri Lestari

Lampiran 16. Hasil Analisis Uji Ahli Isi

No	Kriteria	Skor
1	Materi gerak dasar <i>Roll</i> depan pada <i>Flashcard</i> sesuai dengan capaian pembelajaran (CP) PJOK kelas III.	4
2	Materi pada <i>Flashcard</i> sesuai dengan indikator pembelajaran yang telah ditetapkan.	3
3	Materi <i>Flashcard</i> memuat konsep dasar gerak <i>Roll</i> depan secara lengkap.	4
4	Materi <i>Flashcard</i> memuat langkah-langkah gerakan <i>Roll</i> depan secara jelas dan sistematis.	4
5	Materi gerakan <i>Roll</i> depan yang disajikan pada <i>Flashcard</i> sudah tepat dan benar.	4
6	Informasi pendukung seperti pemanasan, manfaat, dan hal yang perlu diperhatikan dalam <i>Roll</i> depan disajikan dengan tepat.	4
7	Penyajian materi pada <i>Flashcard</i> disusun secara runtut sehingga mudah dipahami.	4
8	Penyajian materi pada <i>Flashcard</i> menarik dan mendukung proses pembelajaran.	4
9	Penggunaan bahasa pada <i>Flashcard</i> sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar.	4
10	Bahasa yang digunakan mudah dipahami oleh siswa kelas III sekolah dasar.	4
Total Skor		39
Skor Maksimal Ideal		40

Lampiran 17. Hasil Analisis Uji Ahli Media/Desain

No	Kriteria	Skor
1	Tata letak gambar dan teks pada <i>Flashcard</i> disusun secara jelas dan rapi sehingga mudah dipahami oleh siswa.	4
2	Jenis huruf (<i>font</i>) yang digunakan pada <i>Flashcard</i> mudah dibaca oleh siswa kelas III.	4
3	Pemilihan warna pada <i>Flashcard</i> menarik perhatian siswa dan sesuai dengan karakteristik pembelajaran.	4
4	Gambar atau ilustrasi yang ditampilkan pada <i>Flashcard</i> terlihat jelas dan mendukung pemahaman materi.	4
5	Keseimbangan antara gambar dan teks pada <i>Flashcard</i> sudah proporsional dan tidak berlebihan.	3
6	Penggunaan <i>Flashcard</i> dapat mendukung pencapaian tujuan pembelajaran gerak dasar <i>Roll</i> depan.	4
7	<i>Flashcard</i> membantu siswa dalam memahami materi gerak dasar <i>Roll</i> depan dengan lebih mudah.	4
8	<i>Flashcard</i> mampu menarik minat dan perhatian siswa dalam proses pembelajaran.	3
9	<i>Flashcard</i> mudah digunakan oleh siswa dalam proses pembelajaran.	4
10	Isi dan tampilan <i>Flashcard</i> mudah dipahami oleh siswa kelas III tanpa mengalami kesulitan.	4
Total Skor		38
Skor Maksimal Ideal		40

Lampiran 18. Hasil Analisis Uji Ahli Praktisi Lapangan

No	Kriteria	Skor
1	Media <i>Flashcard</i> mudah digunakan dalam proses pembelajaran PJOK.	3
2	Petunjuk penggunaan media <i>Flashcard</i> jelas dan mudah dipahami.	4
3	Media <i>Flashcard</i> tidak memerlukan waktu yang lama dalam penggunaannya saat pembelajaran.	4
4	Media <i>Flashcard</i> membantu dalam penyampaian materi gerak dasar <i>Roll</i> depan secara efektif.	4
5	Media <i>Flashcard</i> mempermudah siswa dalam memahami materi yang diajarkan.	4
6	Penggunaan media <i>Flashcard</i> membuat proses pembelajaran menjadi lebih terarah.	4
7	Media <i>Flashcard</i> membantu menghemat waktu dalam penyampaian materi.	4
8	Media <i>Flashcard</i> mampu meningkatkan minat dan keaktifan siswa dalam pembelajaran.	4
9	Media <i>Flashcard</i> membuat suasana pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan.	4
10	Media <i>Flashcard</i> layak digunakan sebagai media pembelajaran PJOK pada materi gerak dasar <i>Roll</i> depan.	5
Total Skor		39
Skor Maksimal Ideal		40

Lampiran 19. Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Kecil

No	Kriteria	Responden						Skor
		R1	R2	R3	R4	R5	R6	
1	K1	4	4	4	4	4	4	24
2	K2	3	4	3	3	3	4	20
3	K3	4	4	4	4	4	4	24
4	K4	3	3	3	4	4	3	20
5	K5	3	3	3	3	4	4	20
6	K6	3	4	3	4	3	4	21
7	K7	4	3	4	3	4	4	22
8	K8	3	3	3	4	3	4	20
9	K9	3	3	3	3	4	4	20
10	K10	3	4	3	3	4	4	21
J		33	35	33	35	37	39	
P		82,5%	87,5%	82,5%	87,5%	92,5%	97,5%	
F		530%						



Lampiran 20. Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar

No	R	Komponen Penilaian													
		K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10	J	SMI	P	F
1	R1	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	34	40	85%	1.972,5%
2	R2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	38	40	95%	
3	R3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	35	40	87,5%	
4	R4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	38	40	95%	
5	R5	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	35	40	87,5%	
6	R6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
7	R7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
8	R8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
9	R9	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	35	40	87,5%	
10	R10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
11	R11	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	38	40	95%	
12	R12	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39	40	97,5%	
13	R13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
14	R14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
15	R15	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32	40	80%	
16	R16	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	37	40	92,5%	
17	R17	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	39	40	97,5%	
18	R18	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	39	40	97,5%	
19	R19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
20	R20	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32	40	80%	
21	R21	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	38	40	95%	



Lampiran 21. Hasil Analisis Uji Kepraktisan Produk

No	R	Komponen Penilaian										J	SMI	P	F
		K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10				
1	R1	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	34	40	85%	12502,5%
2	R2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	38	40	95%	
3	R3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	35	40	87,5%	
4	R4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	38	40	95%	
5	R5	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	35	40	87,5%	
6	R6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
7	R7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
8	R8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
9	R9	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	35	40	87,5%	
10	R10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
11	R11	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	38	40	95%	
12	R12	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39	40	97,5%	
13	R13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
14	R14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
15	R15	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32	40	80%	
16	R16	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	37	40	92,5%	
17	R17	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	39	40	97,5%	
18	R18	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	39	40	97,5%	
19	R19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	40	100%	
20	R20	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32	40	80%	
21	R21	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	38	40	95%	
22	R22	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	33	40	82,5%	
23	R23	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	35	40	87,5%	
24	R24	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	33	40	82,5%	
25	R25	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	35	40	87,5%	
26	R26	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	37	40	92,5%	
27	R27	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	39	40	97,5%	

Lampiran 22. Dokumentasi Uji Para Ahli

a. Ahli Materi/Isi



b. Ahli Media/Desain



c. Praktisi Lapangan



Lampiran 23. Dokumentasi Uji Coba Produk

a. Uji Kelompok Kecil



b. Uji Kelompok Besar



c. Pemenang Kuis Benar/Salah



Lampiran 24. Dokumentasi Uji Kepraktisan Produk



RIWAYAT HIDUP



Kadek Darma Ananda lahir di Sidetapa 25 Juni 2003. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Komang Gedung dan Ibu Putu Demiani. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu. Kini penulis beralamat di Banjar Dinas Lakah, Desa Sidetapa, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di SD Negeri 1 Sidetapa dan lulus pada tahun 2016. Kemudian penulis melanjutkan di SMP Negeri 1 Banjar dan lulus pada tahun 2019. Pada tahun 2022, penulis lulus dari SMA Negeri 2 Banjar jurusan Ilmu Pengetahuan Sosial, kemudian pada tahun 2022 penulis melanjutkan pendidikan ke Jurusan Pendidikan Olahraga di Universitas Pendidikan Ganesha. Pada semester akhir tahun 2026 penulis telah menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Pengembangan Media *Flashcard* Gerak Dasar *Roll* Depan Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas Rendah”. Selanjutnya, mulai tahun 2022 sampai dengan penulisan skripsi ini, penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa Program S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Pendidikan Ganesha.