



## Media Pembelajaran Senam Lantai Berorientasi ICT TPACK untuk Peserta Didik Kelas VII SMP

I Nengah Dedy Setiawan<sup>1\*</sup>, Made Agus Wijaya<sup>2</sup>, Ni Luh Putu Snyanawati<sup>3</sup> 

<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Olahraga, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

\*Corresponding author: [dedisetiawan660@gmail.com](mailto:dedisetiawan660@gmail.com)

### Abstrak

Dalam pembelajaran PJOK saat ini sangat dibutuhkan penggunaan media audio visual berorientasi ICT TPACK. Hal tersebut sejalan dengan perkembangan abad-21. Namun faktanya guru masih belum bisa memanfaatkan kemajuan teknologi karena ketidakmampuan dalam penggunaan teknologi sehingga peserta didik sehingga berakibat pada pemahaman peserta didik mengenai materi yang diberikan. Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan media video tugas gerak meroda dan kayang untuk peserta didik kelas VII SMP. Media pembelajaran memberikan sebuah peran yang sangat dominan dalam menyampaikan sebuah materi sesuai dengan bahan ajar. Penelitian pengembangan (*research and development*) menggunakan rancangan model pengembangan ADDIE yang terdiri dari analisis, perancangan, pengembangan, implementasi dan evaluasi. Pada penelitian ini hanya terfokus pada tahap analisis dan perancangan. Populasi dalam penelitian ini, yaitu 8 SMP Negeri di Kecamatan Buleleng berjumlah 2.985 siswa dengan sampel berjumlah 852 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar validitas. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif-kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa 93,3% (795 orang) peserta didik membutuhkan video tugas gerak dan diperoleh skor ahli isi yaitu 59 dari skor maksimal 75. Hasil penelitian ini adalah video tugas gerak sangat dibutuhkan oleh peserta didik SMP kelas VII dan dinyatakan valid oleh pakar isi dan layak untuk diimplementasikan.

**Kata kunci:** Pengembangan, ICT TPACK, Video Audio Visual, Meroda, Kayang

### Abstract

*PJOK learning, it is urgently needed to use ICT TPACK-oriented audio-visual media. This is in line with the development of the 21st century. However, the fact is that teachers are still unable to take advantage of technological advances because of their inability to use technology so that students have an impact on students' understanding of the material provided. This study aims to produce a cartwheel and kayaking task video for class VII students of junior high school. Research and development uses the ADDIE development model design which consists of analysis, design, development, implementation and evaluation. In this study only focused on the analysis and design stages. The population in this study, namely 8 State Junior High Schools in Buleleng District, totaled 2,985 students with a sample of 852 people. The research instrument used is the validity sheet. The data analysis technique uses a quantitative-qualitative descriptive analysis. Based on the results of the study, it was found that 93.3% (795 people) of students needed video motion assignments and obtained a content expert score of 59 out of a maximum score of 75. The results of this study were motion video assignments were needed by Grade VII junior high school students and declared valid by content experts and feasible to implement.*

**Keywords:** Development, ICT TPACK, Audio-Visual Video, Cartwheel (Meroda), Bridge Position (Kayang)

## 1. PENDAHULUAN

Setiap anak memiliki perkembangan motorik yang berbeda-beda yang memiliki perkembangan raga, keterampilan motorik agresif, & keahlian motorik halus. (Kiranida, 2019; Aguss, 2021). Perkembangan motorik peserta didik berkembang dengan baik apabila memiliki kesempatan yang cukup karena tahapan perkembangan dan pola setiap anak sama namun pencapaian dari masing-masing aspek perkembangan berbeda (Pahrunisa &

#### History:

Received : June 25, 2022

Revised : June 30, 2022

Accepted : October 23, 2022

Published : December 25, 2022

**Publisher:** Undiksha Press

**Licensed:** This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 License



Nurjaman, 2019; Taznidaturrohmah et al., 2020). Perkembangan motorik anak bisa terjadi dengan baik apabila anak memperoleh kesempatan cukup besar untuk melakukan aktivitas fisik dalam bentuk gerakan-gerakan yang melibatkan keseluruhan bagian anggota-anggota tubuhnya, hal tersebut dapat didapatkan di sekolah jenjang SMP karena keterampilan motorik anak tidak dapat berkembang dengan baik tanpa kontrol motorik yang matang (Midona, 2022; Rezki, 2016). Untuk meningkatkan perkembangan motorik pada jenjang SMP sudah sepatutnya guru mampu menciptakan pembelajaran khususnya mata pelajaran PJOK untuk meningkatkan perkembangan motorik peserta didik. Salah satu cara yang dapat digunakan adalah dengan memberikan penugasan yang sesuai dan mampu meningkatkan perkembangan motorik peserta didik (Kiranida, 2019; Sugihartono et al., 2020 ; Suseni et al., 2013).

Salah satu materi dalam PJOK yang dapat meningkatkan perkembangan motorik peserta didik adalah materi senam (Tauhidman & Ramadan, 2018; Zulfahri & Astuti, 2020; Prayoga et al., 2022). PJOK merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam bentuk fisik, mental, serta emosional. (Raibowo et al., 2019; Titting et al., 2016). Senam merupakan olahraga yang baik untuk meningkatkan meningkatkan fisik peserta didik (Ulfah et al., 2021; Siregar & Batubara, 2022; Arwih, 2018). Senam adalah olahraga yang dilakukan dengan musik dan alat olahraga, dan senam juga dapat membantu menjaga tubuh anda tetap bugar (Wahyuni & Firmansyah, 2022; Herlambang, 2017). Dalam senam ada materi yang disebut senam lantai. Senam lantai adalah aktivitas gerak yang dilakukan dilantai dan masih menggunakan alat bantu berupa matras sebagai alasnya serta ada juga tanpa menggunakan alat bantu (Sholekhah, 2019; Hadjarati & Haryanto, 2020; Reza et al., 2021). Dalam mengajar materi PJOK guru harus dapat menggunakan media yang tepat sehingga tercipta lingkungan belajar yang kondusif di mana penerimanya dapat melakukan proses belajar secara efisien dan efektif. Media pembelajaran secara umum adalah alat bantu proses belajar mengajar (Ekayani, 2017; Tafonao, 2018; Reza et al., 2021).

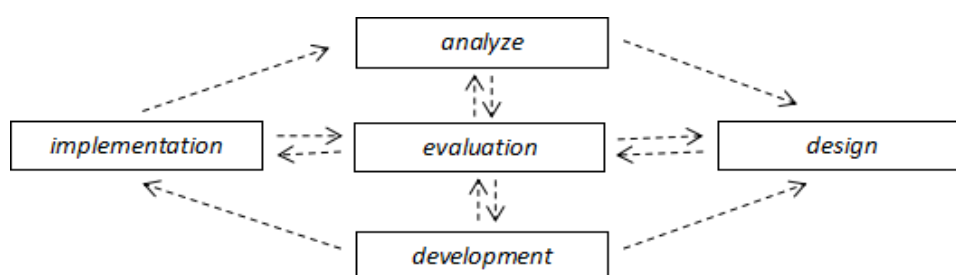
Kegunaan dan peran media pembelajaran dalam pembelajaran adalah memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistis, mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera (Rejeki et al., 2020; E. S. Wahyuni & Yokhebed, 2019; Isnaeni & Hildayah, 2020). Sejalan dengan hal tersebut diketahui bahwa sekarang ini perkembangan teknologi menyebabkan perubahan yang cukup drastis salah satunya perubahan media pembelajaran (Hamdani & Sumbawati, 2019; Heryani et al., 2022; Hardiansyah et al., 2021).

Namun berdasarkan observasi yang telah dilakukan khususnya di kelas VII, senam lantai sudah dilaksanakan sebelumnya, dengan materi roll depan dan roll belakang namun guru masih belum bisa memanfaatkan kemajuan teknologi karena ketidak kemampuan dalam penggunaan teknologi sehingga peserta didik belum memahami materi yang diberikan. Proses pembelajaran di era abad 21 ini tentunya, pembelajaran PJOK tidak dapat lepas dari peran *ICT* (*Information and Communication Technology*). Dengan memasukan peran *ICT* ke dalam rancangan pembelajaran tentunya akan menambah gairah dunia pendidikan terutama di pembelajaran PJOK. Maka dari itu akan perlu dikembangkan media yang tepat dalam materi senam. Sejalan dengan penelitian terdahulu, yaitu mengembangkan media berbasis teknologi, penelitian tersebut adalah yaitu (Wijaya & Kanca, 2019; Rahmatullah, 2019). Kebaharuan dalam penelitian ini adalah materi yang digunakan berbeda pada jenjang pendidikan yang berbeda dan jenis media yang digunakan dalam penelitian ini adalah *ICT* *TPACK* yang berbeda dengan penelitian terdahulu. Materi yang digunakan adalah meroda dan kayang. Meroda atau *radschlag* adalah salah satu gerakan dalam senam lantai (Iyakrus et al., 2022; Murtaqi et al., 2018). Sedangkan kayang adalah suatu bentuk atau sikap badan terlentang yang membusur bertumpu pada kedua tangan dan kedua kaki dengan lutut (Widowati & Rasyono, 2018; Jamilah & Nugraheni, 2017).

TPACK merupakan sebuah kerangka kerja untuk peneliti dan praktisi pendidikan, dalam upaya untuk mengemas dan mengembangkan model pembelajaran agar tercapai tujuan pembelajaran melalui proses yang lebih baik (Ambaryanti et al., 2020; Restiana, 2018).

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pengembangan (*research and development*). *research and development* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu. (E. S. Wahyuni & Yokhebed, 2019; Mahardhika, 2015). Dalam penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE. Model ini terdiri atas lima langkah, yaitu : (1) analisis (*analyze*), (2) perancangan (*design*), (3) pengembangan (*development*), (4) implementasi (*implementation*), (5) evaluasi (*evaluation*) (Pribadi, 2016; Sari, 2017; Kurnia, et al., 2019). Secara visual tahapan ADDIE Model dapat dilihat pada Gambar 1. Tahapan Model ADDIE.



Gambar 1. Tahapan Model ADDIE

Penelitian ini menggunakan pengumpulan data berupa lembar validasi tugas gerak. Lembar validasi diisi oleh ahli isi materi, ahli desain/media dan praktisi PJOK. Teknik analisis data menggunakan Teknik deskriptif kuantitatif-kualitatif. Dalam penelitian kualitatif ini, peneliti menggunakan teknik non tes berupa interview (wawancara). Strategi dalam wawancara ini digunakan dalam melakukan pengambilan data agar penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Teknik analisis ini digunakan untuk mengolah data yang diperoleh melalui angket dalam bentuk deskriptif persentase. Untuk dapat menindaklanjuti dalam memberikan makna dan pengambilan keputusan, dapat digunakan ketetapan pada Tabel 1.

Tabel 1. Konversi PAP Tingkat Pencapaian dengan Skala Lima

Tingkat Pencapaian (%)	Klasifikasi/Predikat
90-100	Sangat baik
75-89	Baik
65-74	Cukup
55-64	Tidak baik
0-54	Sangat tidak baik

(Tegeh & Kirna, 2013; Puspasari & Suryaningsih, 2019)

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Tahap Analisis (*Analyze*)

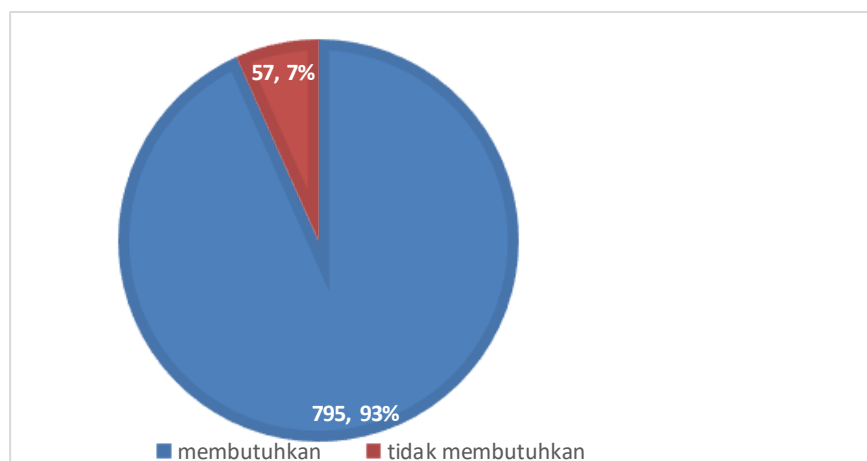
Pada tahap awal, dilaksanakan analisis kebutuhan terkait dengan mata pelajaran PJOK bagi peserta didik kelas VII dan guru PJOK. Analisa kebutuhan mencakup 2 (dua) hal yaitu: 1) analisa kurikulum dan 2) analisa kebutuhan media pembelajaran. Analisa kurikulum menggunakan teknik wawancara, observasi dan juga angket untuk guru PJOK. Berdasarkan

hasil wawancara dengan guru PJOK. Analisa kebutuhan media pembelajaran ditujukan kepada peserta didik dan guru PJOK dari 8 (delapan) SMP Negeri di Kecamatan Buleleng. Pada **Tabel 2** merupakan data jumlah responden kuisisioner analisa kebutuhan media pembelajaran.

**Tabel 2.** Jumlah Responden Kuisisioner Analisa Kebutuhan Media Pembelajaran

Nama Sekolah	Jumlah Responden
SMP Negeri 1 Singaraja	175 orang
SMP Negeri 2 Singaraja	194 orang
SMP Negeri 3 Singaraja	186 orang
SMP Negeri 4 Singaraja	31 orang
SMP Negeri 5 Singaraja	21 orang
SMP Negeri 6 Singaraja	5 orang
SMP Negeri 7 Singaraja	63 orang
SMP Negeri 8 Singaraja	177 orang
<b>Jumlah</b>	<b>852 orang</b>

Merujuk **Tabel 1**, responden analisa kebutuhan media pembelajaran PJOK berjumlah sebanyak 852 orang dari 8 SMP Negeri se Kecamatan Buleleng. Berikut ini disajikan gambar jumlah responden yang menyatakan membutuhkan media pembelajaran PJOK berbasis tugas gerak berorientasi ICT TPACK.



**Gambar 2.** Kebutuhan Responden terhadap Video Tugas Gerak Berorientasi ICT TPACK

Berdasarkan **Gambar 2** terlihat bahwa sebanyak 795 orang (93%) peserta didik Kelas VII SMP Negeri se-Kecamatan Buleleng membutuhkan video tugas gerak berorientasi ICT TPACK, sedangkan 57 orang (57,7%) peserta didik lainnya berpendapat tidak membutuhkan media pembelajaran tersebut.

### Tahap Desain (*Design*)

Dalam tahapan mendesain media pembelajaran terdapat 3 tahapan. Pertama, menyusun tujuan pembelajaran yang sesuai dengan KI dan KD. Kedua, merancang tugas gerak yang sesuai dengan tujuan pembelajaran dan ketiga yaitu mendesain video tutorial dan tugas gerak hasil validasi pakar isi berupa *story board* dan *flowchart*.

### **Tahap Pengembangan (*Development*)**

Pada tahap ini dilakukan pada Selasa, 3 Mei 2022. Dalam tahap pengembangan pada penelitian dilaksanakan pembuatan video pembelajaran yang bertempat di GOR Tenis Indoor Kampus Undiksha Jineng Dalem. Setelah melaksanakan proses pembuatan video, dilanjutkan dengan tahap, a) perekaman video, b) perekaman audio narasi, c) proses editing.

### **Tahap Penerapan (*Implementation*)**

Kegiatan yang mencakup tahap ini adalah uji coba kelompok kecil. Dalam uji coba kelompok kecil melibatkan 15 orang peserta didik SMP kelas VII diantaranya 10 orang laki – laki dan 5 orang perempuan. Fokus dari pengembangan ini yaitu memotivasi peserta didik agar dapat memahami terkait bagaimana tahapan – tahapan tugas gerak untuk belajar gerakan.

### **Pembahasan**

Media pembelajaran senam lantai berorientasi ICT TPACK telah melalui proses uji coba perbaikan. Model pengembangan yang digunakan untuk produk, yaitu model ADDIE, yang terdiri dari 5 (lima) langkah, yaitu *analyze* (analisis), *design* (desain), *development* (pengembangan), *implementation* (implementasi), dan *evaluation* (evaluasi) (Rohaeni, 2020; Asmayanti et al., 2020; (Dwiqi et al., 2020; Sholeh, 2019). Dalam pengembangan ADDIE berhasil menghasilkan 2 desain, yaitu *storyboard* dan *flowchart* (Pramuaji, 2017; Karim & Savitri, 2020). ADDIE merupakan inti perancangan intruksional dan menjadi dasar sistem perancangan instruksional (*Instructional System Design-ISD*). Proses pengembangan produk bahan ajar dalam penelitian ini mengikuti model pengembangan ADDIE. Model pengembangan ADDIE digunakan karena model ini memiliki tahapan kegiatan yang sistematis dalam upaya pemecahan masalah belajar yang berkaitan dengan sumber belajar yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik. Model ADDIE ini tersusun dengan tahapan kegiatan yang sistematis dan mudah untuk dipahami (Masturah, et al., 2018; Pratiwi, 2017). Model pengembangan ADDIE memungkinkan terjadinya kegiatan evaluasi pada tiap tahapnya karena model ini berisi tahap evaluasi (Hendi et al., 2020; Juniari & Putra, 2021). Model ADDIE juga memungkinkan setiap tahap pengembangan mengacu pada langkah-langkah sebelumnya, sehingga produk yang dihasilkan adalah produk yang efektif dan berkualitas (Bancin et al., 2019; Suryaningtyas et al., 2020). Model ADDIE ini terdiri dari lima tahapan yang berkaitan antara satu dengan yang lainnya yakni dari tahap analisis, tahap desain, tahap pengembangan, tahap implementasi hingga tahap evaluasi (Dwiqi et al., 2020; Sholeh, 2019; Andi Rustandi & Rismayanti, 2021).

Pada tahap pertama pengembangan terdapat 2 tahap dalam melakukan analisis, yaitu yang pertama analisis kebutuhan, yang kedua analisis kurikulum. Selanjutnya pada tahap perencanaan, pemilihan dan penetapan software sangatlah berperan penting, serta naskah video pembelajaran/*storyboard* yang dikembangkan. Di tahap pengembangan, yaitu melakukan pengembangan terhadap media video pembelajaran.

Tahap pengembangan diperlukan untuk menyusun materi pelajaran yang disiapkan untuk dilakukannya pengumpulan materi pokok pelajaran SMP yang digunakan, dan bahan untuk pembuatan media. Selanjutnya, setelah melewati tahap pengembangan, dilanjutkan ke tahap implementasi. Langkah nyata pada tahap implementasi yaitu dengan menerapkan media video pembelajaran yang telah dibuat, dengan menfungsikan perannya agar bisa diimplementasikan. Dan terakhir, yaitu tahap evaluasi, dengan tujuan melihat sejauh mana produk yang dibuat mencapai sasaran yang sudah diterapkan sebelumnya. Penilaian yang dilakukan pada tahap evaluasi terhadap media yang dihasilkan dari validitas oleh tiga ahli, yaitu ahli isi pembelajaran, ahli desain/media pembelajaran, dan praktisi PJOK. Sedangkan tahap uji coba yang dilaksanakan yaitu ahli isi pembelajaran, ahli desain/media pembelajaran,

praktisi PJOK serta uji coba kelompok kecil yang dilakukan oleh peserta didik SMP kelas VII. Hal tersebut untuk menyempurnakan media video pembelajaran senam lantai materi meroda dan kayang. Untuk mendapatkan nilai terhadap produk media video pembelajaran, tidak lepas dari bantuan oleh satu orang ahli isi pembelajaran, satu orang ahli desain atau media pembelajaran, satu orang praktisi PJOK, dan 15 peserta didik dari uji coba kelompok kecil.

Untuk penilaian yang diberikan oleh ahli isi pembelajaran dan praktisi PJOK berada di kategori Sangat Baik dan memperoleh persentase 100% dan 93% dengan rata-rata 96%. Penilaian validitas diperoleh sesuai dengan kesesuaian materi pembelajaran dengan kurikulum, kecukupan belajar gerak, karakter yang diinternalisasikan serta keamanan dan keselamatan peserta didik. Sedangkan penilaian yang diberikan oleh ahli desain/media pembelajaran berada di Sangat Baik dan memperoleh persentase 84% dan 95% dengan rata-rata 90%. Penilaian validitas diperoleh sesuai dengan Kejelasan dan kerapian media pembelajaran, kemenarikan media pembelajaran, kualitas media pembelajaran, kesesuaian media dengan sasaran serta penggunaan media pembelajaran.

Pada tahap uji coba terhadap peserta didik, terdapat 2 uji coba didalamnya yaitu uji coba perorangan dan uji coba kelompok kecil. Pada penelitian kali ini, peneliti hanya menggunakan uji coba kelompok kecil, dikarenakan keterbatasan waktu yang menyebabkan tidak bisanya terlaksana uji coba kelompok besar. Untuk uji coba kelompok kecil, mendapatkan hasil penelitian dengan 3,00 dengan Sangat Baik. Dengan demikian media video pembelajaran senam lantai materi meroda dan kayang dapat membantu proses pembelajaran, dan peserta didik lebih mudah memahami materi yang terdapat pada video pembelajaran tersebut. Dan membuat proses belajar mengajar lebih menarik dan tidak cepat bosan, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, mendapatkan hasil yaitu sebuah media video pembelajaran yang sudah teruji validitasnya berdasarkan oleh 3 pakar ahli yaitu ahli isi pembelajaran, ahli desain atau media pembelajaran dan praktisi PJOK, serta uji coba kelompok kecil. Video pembelajaran ini tidak perlu direvisi dan sudah layak dipergunakan untuk penelitian lebih lanjut.

#### **4. SIMPULAN**

Simpulan Penelitian pengembangan ini yaitu, sebagai berikut: (1) Rancang bangun pengembangan media pembelajaran senam lantai berorientasi ICT TPACK pada materi meroda dan kayang, menggunakan model ADDIE menghasilkan storyboard dan flowchart sebagai dasar pengembangan media pembelajaran senam lantai berorientasi ICT TPACK pada materi meroda dan kayang. (2) Tanggapan ahli isi materi, ahli media pembelajaran, dan ahli desain terhadap dan praktisi PJOK pengembangan media pembelajaran senam lantai berorientasi ICT TPACK pada materi meroda dan kayang yaitu menurut ahli isi materi berada pada kategori sangat baik, menurut ahli desain pembelajaran/ahli media pembelajaran berada pada kategori sangat baik, dan menurut praktisi PJOK berada pada kategori sangat baik, sehingga produk layak dan dilanjutkan dengan uji coba produk. (3) Tanggapan peserta didik dalam uji coba kelompok kecil terhadap pengembangan media pembelajaran senam lantai berorientasi ICT TPACK pada materi meroda dan kayang yaitu uji coba kelompok kecil pada kategori sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan media yang dikembangkan ini

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pembimbing I dan pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti guna menyelesaikan penelitian ini. Peneliti juga

mengucapkan terimakasih kepada sekolah, guru dan siswa yang sudah berpartisipasi aktif dalam penelitian ini.

## 6. DAFTAR RUJUKAN

- Ambaryanti, A., Retnaningdyastuti, R., & Roshayanti, F. (2020). Pengaruh Keterampilan Dalam ICT Dan Etos Kerja Terhadap TPACK Guru SD di Kecamatan Tenganan Kabupaten Semarang. *Jurnal Manajemen Pendidikan (JMP)*, 9(1).
- Andi Rustandi, & Rismayanti. (2021). Penerapan Model ADDIE dalam Pengembangan Media Pembelajaran di SMPN 22 Kota Samarinda. *Jurnal Fasilkom*, 11(2), 57–60. <https://doi.org/10.37859/jf.v11i2.2546>.
- Bancin, I. K., Mudjiran, M., & Rusdinal, R. (2019). Development of guidance and counseling module on self-regulation of students in social relations. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 2(1), 6. <https://doi.org/10.32698/0341>.
- Dwiqi, G. C. S., Sudatha, I. G. W., & Sukmana, A. I. W. I. Y. (2020). Pengembangan Multimedia Pembelajaran Interaktif Mata Pelajaran IPA Untuk Siswa SD Kelas V. *Jurnal Edutech Undiksha*, 8(2), 33. <https://doi.org/10.23887/jeu.v8i2.28934>.
- Ekayani, P. (2017). Pentingnya Penggunaan Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja*, 2(1), 1–11.
- Hamdani, R., & Sumbawati, M. S. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Augmented Reality Pada Mata Kuliah Sistem Digital Di Jurusan Teknik Informatika Unesa. *IT-Edu: Jurnal Information Technology and Education*, 4(02).
- Hendi, A., Caswita, C., & Haenilah, E. Y. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Strategi Metakognitif untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis siswa. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 823–834. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v4i2.310>.
- Iyakrus, I., Indriani, S., Kumbara, H., & Bayu, W. I. (2022). Peningkatan Gerak Dasar Meroda dala Pembelajaran Senam Lantai Melalui Metode Bagian. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1), 87–92.
- Juniari, I. G. A. O., & Putra, M. (2021). Upaya Meningkatkan Semangat Belajar Siswa Melalui Media Pembelajaran Multimedia Interaktif pada Pelajaran IPA Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Edutech Undiksha*, 8(1), 140–148.
- Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318–328.
- Kurnia, T. D., Lati, C., Fauziah, H., & Trihanton, A. (2019). Model ADDIE Untuk Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Kemampuan Pemecahan Masalah Berbantuan 3D. *Seminar Nasional Pendidikan Matematika*, 1(1), 516–525.
- Masturah, E. D., Mahadewi, L. P. P., & Simamora, A. H. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Pop-up Book pada Mata Pelajaran IPA kelas III Sekolah Dasar. *Jurnal EDUTECH Undiksha*, 6(2), 212–221.
- Midona, R. R. (2022). Pengaruh Renang Gaya Dada terhadap Kemampuan Motorik Kasar Siswa SMP Kelas VII. *Jurnal Edu Research*, 11(1), 24–27.
- Pahrnisa, T., & Nurjaman, I. (2019). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Outbond Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Friends School, Kecamatan Pinang, Tangerang. *Ceria: Jurnal Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 12–20.
- Pramuaji, A. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif pada Materi Pengenalan Corel Draw sebagai Sarana Pembelajaran Desain Grafis di SMK Muhammadiyah 2

- Klaten Utara. *Elinvo (Electronics, Informatics, and Vocational Education)*, 2(2), 183–189.
- Pribadi, B. A. (2016). *Desain dan Pengembangan Program Pelatihan Berbasis Kompetensi Implementasi Model ADDIE*. Kencana.
- Puspasari, R., & Suryaningsih, T. (2019). *Pengembangan Buku Ajar Kompilasi Teori Graf dengan Model Addie Aplikasinya penulis Kiki Ariyanti*. 3(1), 137–152.
- Raibowo, S., Nopiyanto, Y. E., & Muna, M. K. (2019). Pemahaman Guru PJOK tentang Standar Kompetensi Profesional. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 2(1), 10–15.
- Rejeki, R., Adnan, M. F., & Siregar, P. S. (2020). Pemanfaatan Media Pembelajaran pada Pembelajaran Tematik Terpadu di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(2), 337–343.
- Reza, E. A., Syafei, M. M., & Achmad, I. Z. (2021). Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa pada Pembelajaran Senam Lantai. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 4(2), 142–149. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i2.1832>.
- Rohaeni, S. (2020). Pengembangan Sistem Pembelajaran Dalam Implementasi Kurikulum 2013 Menggunakan Model ADDIE Pada Anak Usia Dini. *Instruksional*, 1(2), 122–130.
- Sholeh, M. (2019). Pengembangan Media Pop-Up Book Berbasis Budaya Lokal Keberagaman Budaya Bangsa Suku Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, 4(1), 138–150. <https://doi.org/10.22437/gentala.v4i1.6979>.
- Sholekhah, A. D. Z. (2019). *Peningkatan Keterampilan Senam Lantai Roll Forward Melalui Metode Bermain Mata Pelajaran Penjasorkes Kelas III-C Di Minu Wedoro Sidoarjo*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Suryaningtyas, A., Kimianti, F., & Prasetyo, Z. K. (2020). Developing Science Electronic Module Based on Problem-Based Learning and Guided Discovery Learning to Increase Critical Thinking and Problem-Solving Skills. *International Conference on Educational Research and Innovation (ICERI 2019)*, 65–70.
- Suseni, P., Koyan, I. W., & Sudatha, I. G. W. (2013). Penerapan metode penugasan melalui kegiatan melipat kertas untuk meningkatkan keterampilan motorik halus anak di tk satya ananda banjarasem. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 1(1), 1–10. <http://dx.doi.org/10.23887/paud.v1i1.1088>.
- Tauhidman, H., & Ramadan, G. (2018). Pengembangan Model Latihan Keseimbangan untuk Sekolah Dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(1), 133–144.
- Tegeh, I. M., & Kirna, I. M. (2013). Pengembangan Bahan ajar Metode Penelitian Pendidikan dengan ADDIE Model. *Jurnal Ika*, 11(1).
- Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852.
- Wahyuni, E. S., & Yokhebed, Y. (2019). Deskripsi Media Pembelajaran yang digunakan Guru Biologi SMA Negeri di Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 8(1), 32–40.
- Wahyuni, S., & Firmansyah, R. (2022). Penatalaksanaan Senam Lansia terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Rt/01 Rw/02 Desa Jatimulya Kabupaten Majalengka. *Medisina*, 8(1), 8–17.
- Widowati, A., & Rasyono, R. (2018). Pengembangan Bahan Ajar Senam Lantai untuk Pembelajaran Senam Dasar pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi. *Jurnal Segar*, 7(1), 11–20.
- Wijaya, M. A., & Kanca, I. N. (2019). Media Pembelajaran Aktivitas Pengembangan PJOK untuk Pendidikan Dasar dan Menengah. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 4(1), 1–6.