



**PENGEMBANGAN SENAM KREASI DANCHA PADA PEMBELAJARAN SENAM IRAMA MAHASISWA ANGKATAN 2021 PRODI PENJASKESREK UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

**<sup>1</sup>Sartika, <sup>2</sup>Hariadi Said <sup>3</sup>Asry Syam**

<sup>1\*2\*3\*</sup> Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo

Kontak Penulis: <sup>1</sup> [sartikamaatjala05@gmail.com](mailto:sartikamaatjala05@gmail.com), <sup>2</sup> [hariadisaid16@gmail.com](mailto:hariadisaid16@gmail.com) <sup>3</sup> [sepaktkw@gmail.com](mailto:sepaktkw@gmail.com)

**ABSTRAK**

Pengembangan senam kreasi Dancha pada pembelajaran senam irama mahasiswa angkatan 2021 prodi penjaskesrek universitas negeri gorontalo. Program studi S1 pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi, jurusan pendidikan keolahragaan. Penelitian ini bertujuan untuk membuat dan mengembangkan senam kreasi Dancha (Dana-dana chacha) pada pembelajaran senam irama mahasiswa prodi penjaskesrek yang dapat digunakan untuk mendukung pembelajaran sehingga membuat para pengajar dapat lebih mudah menyampaikan materi yang di ajarkan. Senam kreasi dancha ini juga memberikan wawasan kepada peserta didik dengan budaya yang ada di provinsi gorontalo. Penelitian ini merupakan jenis penelitian (R&D) penelitian ini dikembangkan dengan menggunakan lima langka model pengembangan ADDIE, yaitu 1.) *analize* 2.) *design* 3.) *development* 4.) *implemption* 5.) *evaluasi*. Teknik pengambilan data yang digunakan dengan wawancara, obsesvasi dan kuesioner. Penelitian ini menghasilkan senam kreasi dancha pada pembelajaran senam irama mahasiswa prodi penjaskesrek dalam bentuk media pembelajaran berupa video yang dimana mengandung musik, tulisan dan gambar. Berdasarkan validasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada 3 ahli yaitu: ahli senam, ahli pembelajaran, dan ahli multy-media menghasilkan nilai interval >4 dengan kategori sangat layak, hasil validasi menunjukkan produk pengembangan senam kreasi dancha pada pembelajaran senam irama mahasiswa prodi penjaskesrek yang dibuat oleh peneliti layak untuk digunakan dalam proses pembelajaran senam irama pada prodi penjaskesrek universitas negeri gorontalo.

**Kata Kunci:** Senam Kreasi, Senam Kreasi Dancha

**ABSTRACT**

*Development of Dancha creation gymnastics in learning rhythmic gymnastics for 2021 batch students of penjaskesrek program, gorontalo state university. S1 study program in physical education health and recreation, major in sports education. This study aims to create and develop dancha creation gymnastics (dana-dana chacha) in rhythmic gymnastics learning for students of penjaskesrek study program which can be used to support learning so that teachers can more easily convey the material being taught. This dancha creation gymnastics also provides insight to students with the culture that exists in the province of Gorontalo. This research is a type of research (R&D) this research was developed using the five rare ADDIE development model, namely 1.) analyze 2.) design 3.) development 4.) implementation 5.) evaluation. Data collection techniques used by interviews, observations and questionnaires. This study produces dancha creation gymnastics in rhythmic gymnastics learning for penjaskesrek study program students in the form of learning media in the form of videos that contain music, writing and images. Based on the validation that has been carried out by researchers on 3 experts, namely: gymnastics experts, learning experts and multimedia experts produce interval values >4 with a very feasible category, the validation results show*

*that the product development of dancha creation gymnastics in rhythmic gymnastics learning for penjaskesrek study program students made by researchers is feasible to be used in the rhythmic gymnastics learning process in the penjaskesrek study program at Gorontalo State University.*

**Keywords:** *Creation Gymnastics, Dancha Creation Gymnastics*

## PENDAHULUAN

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga. Lebih penting lagi senam lebih dapat meningkatkan kesegaran secara efektif bagi siapapun yang melakukannya. Ada beberapa macam jenis senam seperti, senam aerobic, senam pembentukan, dan senam lantai.

Senam kreasi merupakan gerakan yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni atau rasa keindahan yang dilakukan dengan diiringi irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.. Senam kreasi sebagai senam rutin yang diselenggarakan setiap hari jum'at pagi. Senam ini biasanya di iringi oleh lagu yang di aransmen ulang dan memiliki gerakan-gerakan yang dibakukan. Seiring berjalannya waktu agar tidak terjadi kejenuhan maka senam kreasi terus mengalami pembaharuan baik dari musik penggiring maupun gerakannya. Gerakan-gerakan dibuat lebih bervariasi, musik penggiring juga dibuat lebih menarik.

Senam kreasi dancha (dana-dana chacha) merupakan tarian khas dari daerah gorontalo yang dipadukan dengan tarian chacha dan dimana iringan musiknya di aransemen kembali agar lebih modern dan di sukai semua kalangan khususnya di kalangan remaja, senam kreasi danca( dana-dana chacha ini di buat agar semua kalangan remaja khususnya mahasiswa di jurusan pendidikan olahraga universitas negeri gorontalo lebih melestarikan tarian daerah khususnya tarian dari daerah gorontalo. Arti dari lagu dana dana chaca ini adalah kegembiraan dan kebahagiaan mengajak semua masyarakat untuk menari dan berbahagia.

Adapun pembelajaran senam kreasi ini yang ajarkan kepada mahasiswa jurusan pendidikan keolahragaan khususnya pada mahaisiwa angkatan 2021, yaitu pembelajaran senam di kampus menggunakan pola gerak dasar serta pengembangannya dengan tugas gerak yang sesuai dengan kemampuan mahasiswa. Belajar senam bagi mahasiswa merupakan alat untuk mencapai perkembangan menyeluruh, meliputi fisik, mental, sosial, emosional, dan moral. Tentunya dengan hasil observasi yang didapatkan pada mahasiswa jurusan pendidikan keolahragaan prodi penjasokesrek universitas negeri gorontalo yaitu belum efektifnya pembelajaran senam, materi pembelajaran senam dalam materi senam irama belum mampu untuk membuat mahasiswa bergerak secara efektif karena beberapa alasan seperti tidak percaya diri, belum adanya pemahaman mahasiswa terhadap senam kreasi daerah, tentunya lewat beberapa masalah diatas maka peneliti mengambil media pembelajaran sesuai dengan zaman sekarang yang bisa dikatakan bahwa mahasiswa sudah menggunakan handphon yang dimana akan membantu tenaga pendidik untuk memberikan pembelajaran.

Menurut Boy Indrayana, Sri Murniati (2021:43) Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur. Namun ketika di lingkungan luas, banyak orang melakukan senam aerobik, ataupun senam lain termasuk meditasi untuk menenangkan diri. Dalam mencapai kesehatan secara utuh dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu mengatur pola hidup, pola makan, waktu istirahat dan olahraga. Senam merupakan stimulasi konkrit yang dapat mendukung kesehatan. Disisi lain senam merupakan dasar utama dalam menjaga kebugaran tubuh, hal ini dikarenakan senam didalamnya terdapat gerakan-gerakan yang melibatkan keseluruhan fungsi tubuh.

Menurut Imam Hidayat dalam Nancy Trisari Schiff dan Dicky Raditya Hermawijayawan (2018:75) menyatakan, "Senam ialah latihan tubuh yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis, dan dilakukan secara sadar dengan tujuan membentuk dan

mengembangkan pribadi secara harmonis”. Gerakan yang disusun secara sistematis akan membawa dampak yang baik sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian R&D (*Research and Development*) dengan menggunakan model ADDIE. Model ADDIE adalah pemilihan model pengembangan yang baik menjadi salah satu faktor penentu untuk menghasilkan model yang dapat diaplikasikan dengan mudah, baik dan bermanfaat bagi pengguna. Model ADDIE terdiri dari lima tahapan pengembangan, yaitu (1) Analisis (*Analyze*), (2) Perancangan (*Design*), (3) Pengembangan (*Develop*), (4) Implementasi (*Implement*), dan (5) Evaluasi (*Evaluate*).<sup>47</sup> Metode penelitian *research and development* (R&D) adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Untuk menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi dimasyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut. Dalam penelitian ini menggunakan metode R&D sehingga menghasilkan produk yang baru. R&D adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan rancangan produk, mengembangkan dan menciptakan produk baru serta menguji keefektifan suatu produk. Analisis data ini diperoleh dari hasil diskusi, observasi, dan saran-saran dari para ahli, sebagai pertimbangan dalam merivisi dan mengembangkan model gerakan senam kreasi *dana-dana chaca* melalui media *video pembelajaran*.

### **Analisis kebutuhan**

Analisis kebutuhan dilakukan untuk mengenali permasalahan-permasalahan yang dihadapi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, khususnya dapat dilakukan dengan cara mengobservasi kegiatan pembelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan dilanjutkan dengan studi pustaka/kajian literature.

Observasi telah dilakukan pada mahasiswa jurusan pendidikan keolahragaan prodi penjas kesrek, secara empiris hasil pengamatan diketahui bahwa media pembelajaran khususnya pembelajaran senam terdapat beberapa kelemahan terhadap beberapa proses pembelajaran antara lain : (1) rendahnya tingkat kepercayaan diri dengan keterampilan gerak senam kreasi. (2) rendahnya minat mahasiswa angkatan 2021 terhadap senam kreasi. (3) belum adanya pemahaman mahasiswa terhadap senam kreasi kedaerahan.

Berdasarkan uraian di atas, maka akan dikembangkan gerakan senam yang di kreasikan dengan gerakan tari tradisional gorontalo untuk mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan prodi penjas kesrek universitas negeri gorontalo. Diharapkan produk yang dihasilkan nanti dapat : (1) memotivasi masiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan prodi penjas kesrek universitas negeri gorontalo. (2) mengembangkan senam kreasi dancha Pada Pembelajaran Senam Irama Mahasiswa Angkatan 2021 Prodi Penjas kesrek Universitas Negeri Gorontalo. (3) meningkatkan minat mahasiswa terhadap senam kreasi.

### **Desain produk**

Senam kreasi dancha (*dana-dana chacha*) merupakan tarian khas dari daerah gorontalo yang dipadukan dengan tarian *chacha*, senam kreasi danca (*dana-dana chacha*) ini di buat agar semua kalangan remaja khususnya mahasiswa di jurusan pendidikan olahraga universitas negeri gorontalo lebih melestarikan tarian daerah khususnya tarian dari daerah gorontalo. Arti dari lagu *dana dana chaca* ini adalah kegembiraan dan kebahagiaan mengajak semua masyarakat untuk menari dan berbahagia.

TARIAN DANA-DANA	TARIAN CHA-CHA	SENAM KREASI DANCHA ( Dana-Dana Chacha)
Tarian dana-dana merupakan salah satu tarian tradisional yang ada di provinsi gorontalo dan masih bertahan sampai dengan saat ini. Tari ini juga disebut dengan tari rakyat karena keberadaannya berasal dari masyarakat gorontalo sendiri yang tumbuh dan berkembang di dalam masyarakat.	Tari cha-cha adalah salah satu tarian dari manca negara yaitu dari eropa, tarian ini terdiri dari delapan gerakan ada gerakan peralihan,gerakan satu,dua,tiga dan seterusnya gerakannya sederhana, tarian ini diiringi dengan musik cha-cha tarian ini tarian yang enerjik,ceria dan penuh semangat,ada penelitian bahwa dengan menari cha-cha dapat membuat tubuh langsing.	Senam kreasi dancha (dana-dana chacha) merupakan tarian khas dari daerah gorontalo yang dipadukan dengan tarian chacha, senam kreasi danca ( dana-dana chacha) ini di buat agar semua kalangan remaja khususnya mahasiswa di jurusan pendidikan olahraga universitas negeri gorontalo lebih melestarikan tarian daerah khususnya tarian dari daerah gorontalo. Arti dari lagu dana dana chaca ini adalah kegembiraan dan kebahagiaan mengajak semua masyarakat untuk menari dan berbahagia.

## **HASIL**

Data diperoleh dari pengisian kuesioner oleh ahli merupakan pedoman yang menyatakan apakah produk media pembelajaran senam kreasi dancha pada pembelajaran senam irama sesuai untuk mahasiswa angkatan 2021 prodi penjaskesrek. Penilaian dilakukan terhadap produk media pembelajaran senam kreasi dancha yang dikembangkan.

### **hasil pengisian kuesioner ahli pembelajaran,ahli senam,ahli multy-media Lembar produk awal**

Berdasarkan hasil kuesioner yang telah di isi oleh ahli pembelajaran, ahli senam, dan ahli multy-media di peroleh nilai rata-rata 99,99 dengan kategori sangat layak. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa video senam kreasi dancha dapat digunakan menjadi model pembelajaran senam irama di prodi penjaskesrek.

### **hasil pengisian kuesioner ahli pembelajaran,ahli senam,ahli multy-media Lembar produk akhir**

Berdasarkan hasil kuesioner yang telah di isi oleh ahli pembelajaran, ahli senam, dan ahli multy-media di peroleh nilai rata-rata 99,99 dengan kategori sangat layak. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa video senam kreasi dancha dapat digunakan menjadi model pembelajaran senam irama di prodi penjaskesre

## **Hasil Penelitian *Pre Test Dan Post Test (Kognitif,Psikomotor Dan Afektif)***

### **1. Kognitif**

Hasil penelitian dengan penerapan media pembelajaran dalam video senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo dengan jumlah sampel 17 orang, nilai pre test rata-rata 53,33, varians

72,22, dan standar deviasi 8,49. Sedangkan untuk hasil post test terhadap penerapan media pembelajaran dalam video senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo dengan jumlah sampel 17 orang diperoleh nilai rata-rata 77,64, varians post test 16,33, dan standar deviasi 4,04.

## 2. Psikomotor

Hasil penelitian dengan penerapan media pembelajaran dalam video senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo dengan jumlah sampel 17 orang, nilai pre test rata-rata 68,88, varians 20,36, dan standar deviasi 4,51. Sedangkan untuk hasil post test terhadap penerapan media pembelajaran dalam video senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo dengan jumlah sampel 17 orang diperoleh nilai rata-rata 81,76, varians post test 13,69, dan standar deviasi 3,70.

## 3. Afektif

Hasil penelitian dengan penerapan media pembelajaran dalam video senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo dengan jumlah sampel 17 orang, nilai pre test rata-rata 61,17, varians 17,27, dan standar deviasi 4,15. Sedangkan untuk hasil post test terhadap penerapan media pembelajaran dalam video senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo dengan jumlah sampel 17 orang diperoleh nilai rata-rata 78,52, varians post test 18,01, dan standar deviasi 4,24.

### 1. Uji normalitas data *pre test* dan *post tes kognitif*

#### a. Pre test

Pengujian normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data atau dengan kata lain untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh normal atau tidak . di ketahui  $n=17$  dan  $\alpha=0,05=0,205$ . Pengujian normalitas data, dilakukan dengan menggunakan uji liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

##### a. Langkah pertama

Menentukan hipotesis pengujian

$H_0: \mu \leq 0$  (data berdistribusi normal)

$H_a: \mu > 0$  (data tidak berdistribusi normal)

##### b. Langkah kedua

Menentukan kriteria pengujian

TERIMA  $H_0$  jika  $L \leq$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  TOLAK  $H_0$  jika  $L >$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$ ;  $n=17$

Dari perhitungan pada lampiran 15 diperoleh nilai selisih terbesar dari  $(f(z_i) - (s(z_i)))$  atau  $L_{hitung}$  (Lh) sebesar 0,0594 dan  $L_{tabel}$  ( $L_t$ ) =  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  di temukan nilai 0,205. Jadi Lh lebih kecil dari Lt atau ( $L_{hitung} = 0,0594 \leq L_{tabel} = 0,205$ )

Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika  $L_{hitung} \leq L_{tabel}$  pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$ , maka  $H_0$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pre test untuk media pembelajaran berdistribusi Normal.

#### b. Post test

Pengujian normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data atau dengan kata lain untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh normal atau tidak . di ketahui  $n=17$  dan  $\alpha=0,05=0,205$ . Pengujian normalitas data, dilakukan dengan menggunakan uji liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Langkah pertama  
Menentukan hipotesis pengujian  
H<sub>0</sub>:  $\mu_1 \leq 0$  (data berdistribusi normal)  
H<sub>a</sub>:  $\mu > 0$  (data tidak berdistribusi normal)
- b. Langkah kedua  
Menentukan kriteria pengujian  
TERIMA Ho jika  $L \leq$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  TOLAK Ho jika  $L >$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$ ;  $n=17$   
Dari perhitungan pada lampiran diperoleh nilai selisih terbesar dari  $(f(z_i) - (s(z_i))$  atau L.hitung (Lh) sebesar 0,0386 dan L.tabel (Lt) =  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  di temukan nilai 0,205.  
Jadi Lh lebih kecil dari Lt atau ( $L_{hitung} = 0,0386 \leq L_{tabel} = 0,205$ )  
Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika  $L_{hitung} \leq L_{tabel}$  pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$ , maka H<sub>0</sub> diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pre test untuk media pembelajaran berdistribusi Normal.

#### A. Uji normalitas data pre test dan post tes psikomotor

##### a. Pre test

Pengujian normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data atau dengan kata lain untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh normal atau tidak . di ketahui  $n=17$  dan  $\alpha=0,05=0,205$ . Pengujian normalitas data, dilakukan dengan menggunakan uji liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Langkah pertama  
Menentukan hipotesis pengujian  
H<sub>0</sub> :  $\mu_1 \leq 0$  (data berdistribusi normal)  
H<sub>a</sub> :  $\mu > 0$  (data tidak berdistribusi normal)
- b . Langkah kedua  
Menentukan kriteria pengujian  
TERIMA Ho jika  $L \leq$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  TOLAK Ho jika  $L >$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$ ;  $n=17$   
Dari perhitungan pada lampiran 15 diperoleh nilai selisih terbesar dari  $(f(z_i) - (s(z_i))$  atau L.hitung (Lh) sebesar 0,0902 dan L.tabel (Lt) =  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  di temukan nilai 0,205.  
Jadi Lh lebih kecil dari Lt atau ( $L_{hitung} = 0,0902 \leq L_{tabel} = 0,205$ )  
Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika  $L_{hitung} \leq L_{tabel}$  pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$ , maka H<sub>0</sub> diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pre test untuk media pembelajaran berdistribusi Normal.

##### b. Post test

Pengujian normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data atau dengan kata lain untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh normal atau tidak . di ketahui  $n=17$  dan  $\alpha=0,05=0,205$ . Pengujian normalitas data, dilakukan dengan menggunakan uji liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Langkah pertama  
Menentukan hipotesis pengujian  
H<sub>0</sub> :  $\mu_1 \leq 0$  (data berdistribusi normal)  
H<sub>a</sub> :  $\mu > 0$  (data tidak berdistribusi normal)
- b. Langkah kedua  
Menentukan kriteria pengujian  
TERIMA Ho jika  $L \leq$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$  ;  $n=17$  TOLAK Ho jika  $L >$  Hitung tabel pada  $\alpha 0,05$ ;  $n=17$

Dari perhitungan pada lampiran 15 diperoleh nilai selisih terbesar dari  $(f(z_i) - s(z_i))$  atau L.hitung (Lh) sebesar 0,0446 dan L.tabel (Lt) =  $\alpha$  0,05 ; n=17 di temukan nilai 0,205. Jadi Lh lebih kecil dari Lt atau (L.hitung = 0,0446  $\leq$  L.tabel = 0,205) Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika L.hitung  $\leq$  L.tabel pada  $\alpha$  0,05 ; n=17, maka Ho diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pre test untuk media pembelajaran berdistribusi Normal.

## **B. Uji normalitas data pre test dan post tes afektif**

### **a. Pre test**

Pengujian normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data atau dengan kata lain untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh normal atau tidak . di ketahui n=17 dan  $\alpha=0,05=0,205$ . Pengujian normalitas data, dilakukan dengan menggunakan uji liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

#### **a. Langkah pertama**

Menentukan hipotesis pengujian

H0 :  $\mu \leq 0$  (data berdistribusi normal)

Ha :  $\mu > 0$  (data tidak berdistribusi normal)

#### **b . Langkah kedua**

Menentukan kriteria pengujian

TERIMA Ho jika  $L \leq$  Hitung tabel pada  $\alpha$  0,05 ; n=17 TOLAK Ho jika  $L >$  Hitung tabel pada  $\alpha$  0,05; n=17

Dari perhitungan pada lampiran 15 diperoleh nilai selisih terbesar dari  $(f(z_i) - s(z_i))$  atau L.hitung (Lh) sebesar 0,0522 dan L.tabel (Lt) =  $\alpha$  0,05 ; n=17 di temukan nilai 0,205.

Jadi Lh lebih kecil dari Lt atau (L.hitung = 0,0522  $\leq$  L.tabel = 0,205)

Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika L.hitung  $\leq$  L.tabel pada  $\alpha$  0,05 ; n=17, maka Ho diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pre test untuk media pembelajaran berdistribusi Normal.

### **b. Post test**

Pengujian normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data atau dengan kata lain untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh normal atau tidak . di ketahui n=17 dan  $\alpha=0,05=0,205$ . Pengujian normalitas data, dilakukan dengan menggunakan uji liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

#### **a. Langkah pertama**

Menentukan hipotesis pengujian

H0 :  $\mu \leq 0$  (data berdistribusi normal)

Ha :  $\mu > 0$  (data tidak berdistribusi normal)

#### **b. Langkah kedua**

Menentukan kriteria pengujian

TERIMA Ho jika  $L \leq$  Hitung tabel pada  $\alpha$  0,05 ; n=17 TOLAK Ho jika  $L >$  Hitung tabel pada  $\alpha$  0,05; n=17

Dari perhitungan pada lampiran 15 diperoleh nilai selisih terbesar dari  $(f(z_i) - s(z_i))$  atau L.hitung (Lh) sebesar 0,0909 dan L.tabel (Lt) =  $\alpha$  0,05 ; n=17 di temukan nilai 0,205.

Jadi Lh lebih kecil dari Lt atau (L.hitung = 0,0909  $\leq$  L.tabel = 0,205)

Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika L.hitung  $\leq$  L.tabel pada  $\alpha$  0,05 ; n=17, maka Ho diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pre test untuk media pembelajaran berdistribusi Normal.

### C. Uji hipotesis

#### a. Kognitif

uji hipotesis adalah metode pengambilan keputusan yang didasarkan dari analisis data, baik dari percobaan yang terkontrol, maupun dari observasi ( tidak terkontrol ). Berdasarkan data uji coba media pembelajaran senam kreasi dancha, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Hasil pengujian diperoleh T.hitung 17,45 nilai T.tabel pada  $\alpha=0,05$ ; dk = n-1 (17-1=16) diperoleh harga sebesar 1,74 dengan demikian T.hitung lebih besar dari T tabel ( Thitung = 17,45 >T.tabel 1,74).
- b. Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak Ho ; jika T.hitung > T.tabel pada  $\alpha=0,05$  ; n-1, oleh karena itu hipotesis alternatif atau Ha dapat diterima karena harga T hitung telah berada diluar daerah penerimaan Ho (Hipotesis Nol.)
- c. Dengan demikian dinyatakan bahwa penggunaan media pembelajaran senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo pada aspek kognitif dapat diterima dan digunakan pada proses pembelajaran senam khususnya senam irama.

#### b. Psikomotor

uji hipotesis adalah metode pengambilan keputusan yang didasarkan dari analisis data, baik dari percobaan yang terkontrol, maupun dari observasi ( tidak terkontrol ). Berdasarkan data uji coba media pembelajaran senam kreasi dancha, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Hasil pengujian diperoleh T.hitung 12,63 nilai T.tabel pada  $\alpha=0,05$ ; dk = n-1 (17-1=16) diperoleh harga sebesar 1,74 dengan demikian T.hitung lebih besar dari T tabel ( Thitung = 12,63 >T.tabel 1,74).
- b. Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak Ho ; jika T.hitung > T.tabel pada  $\alpha=0,05$  ; n-1, oleh karena itu hipotesis alternatif atau Ha dapat diterima karena harga T hitung telah berada diluar daerah penerimaan Ho (Hipotesis Nol.)
- c. Dengan demikian dinyatakan bahwa penggunaan media pembelajaran senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo pada aspek kognitif dapat diterima dan digunakan pada proses pembelajaran senam khususnya senam irama.

#### c. Afektif

uji hipotesis adalah metode pengambilan keputusan yang didasarkan dari analisis data, baik dari percobaan yang terkontrol, maupun dari observasi ( tidak terkontrol ). Berdasarkan data uji coba media pembelajaran senam kreasi dancha, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Hasil pengujian diperoleh T.hitung 13,40 nilai T.tabel pada  $\alpha=0,05$ ; dk = n-1 (17-1=16) diperoleh harga sebesar 1,74 dengan demikian T.hitung lebih besar dari T tabel ( Thitung = 13,40 >T.tabel 1,74).
- b. Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak Ho ; jika T.hitung > T.tabel pada  $\alpha=0,05$  ; n-1, oleh karena itu hipotesis alternatif atau Ha dapat diterima karena harga T hitung telah berada diluar daerah penerimaan Ho (Hipotesis Nol.)
- c. Dengan demikian dinyatakan bahwa penggunaan media pembelajaran senam kreasi dancha pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan pendidikan keolahragaan universitas negeri gorontalo pada aspek kognitif dapat diterima dan digunakan pada proses pembelajaran senam khususnya senam irama.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan langkah-langkah penelitian pengembangan untuk menghasilkan produk yang telah dilakukan, maka di dapatkan produk akhir berupa senam kreasi dancha indikator keberhasilan produk ini adalah skor total responden mahasiswa terhadap media pembelajaran senam kreasi dancha yang datanya diperoleh dari kuesioner yang disebar pada mahasiswa. Skor total tersebut patut di perhatikan, karena terkait dengan kompetensi dasar dan CPL ( capaian pembelajaran lulusan ) pada materi pembelajaran senam yang ingin dicapai melalui proses pembelajaran adalah siswa dapat mempraktekkan senam kreasi dancha, serta nilai dan kerjasama, kejujuran, menghargai disiplin, toleransi dan sportivitas. Dengan skor total tersebut dapat diperoleh gambaran ketercapaian kompetensi pembelajaran pada aspek kognitif, psikomotor, dan afektif mahasiswa.

Selanjutnya berdasarkan respon terhadap hasil gambaran skor total dari penyebaran kuesioner dan gambaran skor total dari respon mahasiswa. Maka dapat disimpulkan bahwa produk pengembangan senam kreasi dancha pada pembelajaran senam irama mahasiswa angkatan 2021 prodi penjas kesrek universitas negeri gorontalo layak untuk digunakan.

## REFERENSI

- Pasaribu, Ahmad Muchlisin Natas dan Hendra Mashuri. 2019. *Peranan Senam Irama Terhadap Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran. Volume 5 Nomor 1 Tahun 2019. p-ISSN: 2548-7833 e-ISSN: 2477-3379
- Yuniarni, Desni, Reni Puspita Sari, dan Ahmad Atiq. 2020. *Pengembangan Multimedia Interaktif Video Senam Animasi Berbasis Budaya Khas Kalimantan Barat*. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini ISSN: 2549-8959 (Online) 2356-1327 (Print). Volume 4 Issue 1 (2020) Pages 280-394
- Istiqomah, Yuliansi. 2021. *Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Senam Kreasi Pada Kelompok B Taman Kanak-Kanak Darul Ulum Desa Mandiangin Tuo Kecamatan Mandiangin Kabupaten Sarolangun*. Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islamnegeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi
- Prasetya, Ary Budhi. 2016. *Pengembangan Media Alat Bantu Kayang Pembelajaran Senam Lantai*. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. ISSN 2252-6773 (online) ISSN 2460-724X (cetak)
- Irawan, Hendra, Martiani, dan Supriyanto. 2020. *Penerapan Media Pembelajaran Audio-Visual Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Senam Guinness World Records (GWR) Pada Mahasiswa Penjas Universitas Dehasen Bengkulu*. e-SPORT: Jurnal Kesehatan Jasmani, Kesehatan Rekreasi Volume 1, Nomor 1, Juli-Desember 2020 p-ISSN 2747-1594 e-ISSN 2747-1608
- Dewi, Luh Putu Mina Kusuma, Desak Putu Parmiti, dan I Nyoman Jampel. *Pengembangan Video Berbasis Masalah Pada Mata Pelajaran PJOK Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas V*. e-Journal Edutech Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Teknologi Pendidikan (Vol: 5 No: 2 Tahun 2016)
- Puspitorini, Wahyuningtyas. 2020. *Pelatihan Pembuatan Model Senam Kreasi Bagi Instruktur Pemula*. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian kepada Masyarakat 2020 (SNPPM-2020) ISBN 978-602-99618-9-8
- Damanik, Irfah Aulaini dan Nurmaniah. 2017. *Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA. Fastabiqul Khairat PTPN II Kabupaten Langkat TA. 2016-2017*. Jurnal Usia Dini Volume 3 No.1 Juni 2017 P-ISSN: 2301-914X E-ISSN: : 2502 7239
- Schiff, Nancy Trisari dan Dicky Raditya Hermawijayawan. 2018. *Pengaruh Olahraga Senam Dan Zumba Dance Terhadap Peningkatan Kemampuan Aerobik*. (Jurnal Kepeleatihan Olahraga, Volume 10, No. 1 Juni 2018) ISSN 2086-339X
- Agustini, Ketut dan Jero Gede Ngarti. 2020. *Pengembangan Video Pembelajaran Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Menggunakan Model R&D*. Jurnal Imiah Pendidikan dan Pembelajaran. Volume 4 Nomor 1 April 2020. p-ISSN : 1858-4543 e-ISSN : 2615-6091
- Indrayana, Boy dan Sri Murniati. 2021. *Pelatihan Senam Kreasi Pada Guru Olahraga Kota Jambi*. JURNAL CERDAS SIFA PENDIDIKAN ISSN 2252-8245 Volume 10 Nomor 1, Tahun 2021, Halaman 42