

## ABSTRAK

Imam Aulia Fansyuri Hutagalung, Nim : 6163311024 “Pengembangan Alat Bantu Mini Parallel Bar Pada Latihan *Handstand Press* Untuk Atlet Senam Junior Kota Medan” (Pembimbing Skripsi : Ade Ros Riza)  
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2020

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan Alat Bantu Mini Parallel Bar pada latihan *handstand press*. Populasi dalam penelitian ini adalah 10 orang atlet senam junior kota medan . Pengembangan Alat Bantu yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 3 orang ahli, 1 ahli materi dan 2 ahli media/alat, dimana persentase validitasnya adalah 86.66%-92.5%. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*).

Hasil uji coba skala kecil melibatkan 3 orang atlet senam junior Kota Medan menunjukkan bahwa Alat Bantu Mini Parallel Bar memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji coba skala besar karena persentase skor dari setiap aspek antara 80%-87.5%.

Hasil Uji coba skala besar terhadap 7 orang atlet senam junior Kota Medan bahwa Alat Bantu Mini Parallel Bar sudah memenuhi kriteria untuk melanjutkan dalam pembuatan produk massal karena persentase dari setiap aspek antara 90%-93.5%

Dapat disimpulkan bahwa Alat Bantu Mini Parallel Bar ini sangat dibutuhkan untuk menjadikan latihan *handstand press* lebih efektif dan efisien, karena hal tersebut sangat penting dalam menunjang prestasi atlet, selain itu agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan kepada para pelatih senam di seluruh Indonesia.

**Kata Kunci :** Pengembangan, Alat Bantu Mini Parallel Bar, Pada Latihan *Handstand Press*, Untuk Atlet Senam Junior Kota Medan