

ABSTRAK

Prawira Yudi. “RANCANGAN ANIMASI TUTORIAL DALAM MENGGUNAKAN ALAT LATIHAN BEBAN *SMITH MACHINE*”.

(Pembimbing: Zulaini, S.KM.,M.kes., AIFO)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2019.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan suatu produk animasi tutorial yang telah di rancang pada member ONE-R GYM dengan konsep ergonomi yang menghasilkan animasi tutorial dalam menggunakan alat latihan beban *smith machine* yang nyaman dan mudah digunakan pada saat latihan.

Penelitian ini dilakukan di tempat member ONE-R GYM Jalan Perhubungan Laut dendang. Pengambilan data dimulai dari mulai Juni – Juli 2019. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 15 orang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian pengembangan mengacu pada model pengembangan Borg & Gall, yang dibatasi pada beberapa tahap saja. Tahap-tahap tersebut meliputi : (1) , tahap pengumpulan data informasi; (2) tahap perencanaan; (3) tahap pengembangan produk. (4) tahap validasi dan uji coba

Dari hasil validasi ahli pada rancangan animasi tutorial dalam menggunakan alat latihan beban *smith machine* dinyatakan bahwa rancangan animasi tutorial dalam menggunakan alat latihan beban *smith machine* dengan skor 90 dan 93, kategori baik sekali. Oeh karena itu maka rancangan yang sudah dirancang layak digunakan.

Kata kunci :Animasi Tutorial, Borg & Gall, ONE-R GYM, *Smith Machine*.

