

ABSTRAK

Nurdiansyah, Nim: 6173111048 “Pengembangan Alat Bantu *Mini Horizontal Bar* Pada Latihan *Swing Handstand* Untuk Atlet Senam Junior Kota Medan” (Pembimbing Skripsi: Sabaruddin Yunis Bangun) Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2021

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan Alat Bantu *Mini Horizontal Bar* Pada Latihan *Swing Handstand*. Populasi dalam penelitian uji coba kelompok kecil 10 orang dan uji coba kelompok besar 20 orang di tempat latihan senam junior kota medan. Pengembangan Alat Bantu yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 2 orang ahli, 1 ahli materi dan 1 ahli media alat. Jadi nilai rata-rata analisis kebutuhan yang dilakukan peneliti pada ahli materi dan ahli media alat memiliki persentase 46%. Berdasarkan keterangan dalam gambar penilaian persentase validasi ahli Sudjana (2005 : 46-47) maka nilai rata-rata validasi berada pada rentang nilai 29% - 46% maka dapat disimpulkan analisis kebutuhan pengembangan alat bantu *mini horizontal bar* pada latihan *swing handstand* yang dilakukan pada ahli materi senam dan ahli media alat dikategorikan kurang baik dan tidak valid untuk digunakan pada tahap uji coba setelah perbaikan. Jadi nilai rata-rata persentase validasi desain produk oleh ahli pada uji kelompok kecil adalah sebesar 63%. Berdasarkan keterangan dalam gambar penilaian persentase validasi ahli Sudjana (2005 : 46-47) maka nilai rata-rata validasi berada pada rentang nilai 47% - 64% maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan alat bantu *mini horizontal bar* pada latihan *swing handstand* yang dilakukan pada ahli materi senam dan ahli media alat dikategorikan cukup baik dan kurang valid untuk digunakan pada tahap uji coba setelah perbaikan. Jadi nilai rata-rata persentase validasi desain produk oleh ahli pada uji kelompok besar adalah sebesar 91%. Berdasarkan keterangan dalam gambar penilaian persentase validasi ahli Sudjana (2005 : 46-47) maka nilai rata-rata validasi berada pada rentang nilai 83% - 100% maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan alat bantu *mini horizontal bar* pada latihan *swing handstand* yang dilakukan pada ahli materi senam dan ahli media alat dikategorikan sangat baik dan valid untuk digunakan pada tahap uji coba tanpa perbaikan. Dalam hasil penelitian pada atlet maka peneliti mendapatkan persentase pada uji coba kelompok kecil 68% dengan kategori baik pada sampel 10 atlet dan uji coba kelompok besar 90% dengan kategori sangat baik pada sampel 20 atlet. Dapat disimpulkan bahwa Alat Bantu *Mini Horizontal* ini sangat dibutuhkan untuk menjadikan latihan *Swing Handstand* 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 : alat bantu, *mini horizontal bar*, *swing* dan *handstand*

ABSTRACT

Nurdiansyah, Nim: 6173111048 "Development of Mini Horizontal Bar Aids in Swing Handstand Exercises for Medan City Junior Gymnastics Athletes" (Thesis Supervisor: Sabaruddin Yunis Bangun) Thesis: Faculty of Sports Science, State University of Medan 2021

This study aims to develop a Mini Horizontal Bar Tool in Swing Handstand Exercises. The population in this study was a small group trial of 10 people and a large group trial of 20 people at the Medan City Junior Gymnastics Training Center. The development of tools that have been made beforehand is validated by 2 experts, 1 material expert and 1 tool media expert. So the average value of the needs analysis carried out by researchers on material experts and media tools experts has a percentage of 46%. Based on the information in the picture of the expert validation percentage assessment, Sudjana (2005: 46-47), the average value of the validation is in the range of 29% - 46%, so it can be concluded that the analysis of the need for the development of mini horizontal bar aids in swing handstand exercises carried out by experts gymnastic materials and media experts are categorized as poor and invalid for use at the trial stage after repair. So the average value of the percentage of product design validation by experts in the small group test is 63%. Based on the information in the figure for the assessment of the percentage of expert validation, Sudjana (2005: 46-47), the average value of validation is in the range of 47% - 64%, it can be concluded that the development of mini horizontal bar aids in swing handstand exercises carried out by material experts gymnastics and media experts are categorized as good enough and less valid to be used at the trial stage after repair. So the average value of the percentage of product design validation by experts in the large group test is 91%. Based on the information in the image of the expert validation percentage assessment, Sudjana (2005: 46-47), the average validation value is in the range of 83% - 100%, it can be concluded that the development of mini horizontal bar aids in swing handstand exercises carried out by material experts gymnastics and media experts categorized as very good and valid for use at the trial stage without improvement. In the results of research on athletes, the researchers got a percentage in the small group trial of 68% with a good category on a sample of 10 athletes and a large group trial of 90% with a very good category on a sample of 20 athletes. It can be concluded that this Mini Horizontal Aid is needed to make the Swing Handstand exercise more effective and efficient, because it is very important in supporting the athlete's achievement, besides that the exercise is not boring and becomes input for gymnastics coaches throughout Indonesia.

Keywords: assistive devices, mini horizontal bar, swing and handstand