

ABSTRAK

Unggul Saragih, 6182210009, “Variasi Latihan Keseimbangan Dengan Alat Bantu Tongkat Keseimbangan Untuk Anak Usia Dini”

(Pembimbing: Nurhayati Simatupang)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED, 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan produk alat tongkat keseimbangan dan juga menghasilkan modifikasi gerakan latihan keseimbangan yang sesuai dengan anak usia dini. Jenis penelitian ini adalah Penelitian dan Pengembangan. Penelitian ini dilakukan dengan beberapa langkah, yakni: identifikasi potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, validasi produk, uji coba produk, revisi produk, dan uji coba lapangan. Instrumen yang digunakan adalah angket berupa lembar validasi media dan materi oleh seorang validator. Uji coba produk dilakukan pada anak usia dini atlet senam ritmik berjumlah 7 orang yang dibagi menjadi dua kelompok uji coba, yaitu uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar.

Hasil penelitian produk pengembangan tongkat keseimbangan menunjukkan bahwa kelayakan melalui ahli materi dengan rata-rata nilai 82,29% termasuk dalam kategori “Layak”, oleh pelatih dengan rata-rata nilai 83,3% dalam kategori “Layak”. Berkaitan dengan kelayakan produk bagi para atlet senam ritmik anak usia dini yang didapatkan melalui uji coba produk menunjukkan bahwa hasil uji coba produk kelompok kecil mencapai 95% yang termasuk ke dalam tingkat capaian “Layak” sedangkan hasil uji coba produk kelompok besar mendapatkan nilai 95% dalam katagori “Layak”.

Dari hasil penelitian, disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan merupakan alat bantu latihan keseimbangan yang layak untuk digunakan sebagai media latihan keseimbangan untuk anak usia dini khususnya pada anak usia dini atlet senam ritmik Club Star Violet PERSANI Medan.

Kata Kunci: Tongkat, Keseimbangan, Anak usia dini, Atlet senam ritmik



ABSTRACT

Unggul Saragih. "Variations of Balance Exercises with Balance Sticks for Early Childhood".

(Supervisor: Nurhayati Simatupang)

Thesis: Faculty of Sport Science UNIMED 2022.

This study aims to develop a balance stick device product and also produce modifications of balance exercise movements that are suitable for early childhood. This type of research is Research and Development. This research was conducted in several steps, namely: identification of potentials and problems, information gathering, product design, product validation, product trials, product revisions, and field trials. The instrument used is a questionnaire in the form of a media and material validation sheet by a validator. The product trial was carried out on early childhood rhythmic gymnastics athletes totaling 7 people who were divided into two test groups, namely small group trials and large group trials.

The results of the research on the development of the balance stick showed that the feasibility through a material expert with an average score of 82.29% was included in the "Eligible" category, by the trainer with an average score of 83.3% in the "Eligible" category. In relation to the feasibility of the product for early childhood rhythmic gymnastics athletes obtained through product trials, it shows that the results of small group product trials reach 95% which are included in the "Decent" achievement level while the results of large group product trials get a value of 95% in "Eligible" category.

From the results of the study, it was concluded that the product developed was a proper balance training aid to be used as a medium for balance training for early childhood, especially for early childhood athletes in Club Star Violet PERSANI Medan rhythmic gymnastics.

Keywords: Balance Stick, Early Childhood, Rhythmic Gymnastics Athlete

