

## ABSTRAK

**THASYA SELIVYA VALENTINE** Pengembangan Strategi Pelatihan Senam Ritmik Berbasis *Alak Na Sonang*. Tesis. Medan: Program Pascasarjana Universitas Negeri Medan, juli 2024.

Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan strategi pelatihan senam ritmik, membantu pelatih dalam memberikan latihan yang ramah anak dengan penerapan strategi pelatihan senam ritmik berbasis *alak na sonang* ini, untuk anak usia 6-12 tahun pada klub star violet. Dalam penelitian ini menggunakan Metode *R and D* dengan model (ADDIE). Metode penelitian ini adalah pengembangan, teknik pengumpulan data dengan lembar angket instrument penelitian, teknik analisis data dengan persentase. Populasi dari penelitian adalah anak usia 6-12 tahun pada klub star violet. Produk telah didesain kemudian divalidasi oleh 3 ahli. Ahli materi, ahli media dan ahli bahasa. Uji coba awal lapangan berjumlah 4 anak, uji coba lapangan utama berjumlah 8 anak. Desain strategi pelatihan ini telah divalidasi terdahulu oleh 1 ahli materi 1 ahli pelatih spesialisasi senam ritmik. Hasil validasi penilaian angket ahli dinyatakan valid dan dapat digunakan dengan jumlah persentase 92 % ahli materi, persentase 93 % ahli media dan persentase 88 % ahli bahasa. Hasil lembar penilaian instrumen angket subjek anak dengan persentase 98 % menyatakan latihannya menyenangkan, menarik, dan tidak membosankan sehingga dinyatakan kategori layak atau valid. Melalui tahap penelitian dan penilaian validasi para ahli bahwa produk sudah sesuai dan layak untuk digunakan oleh anak, sehingga dapat disimpulkan bahwa strategi pelatihan senam ritmik berbasis *alak na sonang* sudah valid atau sudah layak dan dapat digunakan untuk proses melatih anak usia 6-12 tahun pada cabang olahraga nomor senam ritmik.

**Kata Kunci:** Desain, Strategi Pelatihan, Senam Ritmik, Anak

