

ABSTRAK

Deo Bregy Sitepu 6203121060 “Pengembangan Media *Pommel Mushroom* Untuk Stimulasi Kemampuan Teknik *Circle* Pada Atlet Putra *Junior* Persani Kota Medan”, Pembimbing Skripsi: Rafika Ardilla, S.Pd., M.Pd.

Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED, 2025.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media *Pommel Mushroom* sebagai alat bantu untuk meningkatkan kemampuan teknik *circle* pada atlet putra *junior* di PERSANI Kota Medan. Melalui pendekatan penelitian dan pengembangan (R&D), dilakukan analisis kebutuhan, perancangan, validasi, uji coba, dan implementasi produk. Hasil observasi menunjukkan bahwa atlet *junior* mengalami kesulitan dalam menguasai teknik *circle*, terutama dalam menjaga keseimbangan dan rotasi tubuh. Media yang ada saat ini kurang sesuai untuk atlet pemula. Dengan menggunakan *Pommel Mushroom* yang dimodifikasi, penelitian ini berupaya menciptakan alat yang lebih aman, nyaman, dan efektif untuk latihan. Hasil uji coba menunjukkan bahwa 93% atlet merasa media ini menarik, 92% merasa lebih nyaman, dan 89% merasa teknik *circle* menjadi lebih mudah. Rata-rata penilaian dari ahli mencapai 94,29%, menunjukkan bahwa alat ini layak digunakan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif pada pelaksanaan program latihan senam artistik dan meningkatkan prestasi atlet *junior*. Media *pommel mushroom* yang dimodifikasi ini membantu atlet menguasai teknik *circle* secara aman dan bertahap. Setelah gerakan *circle* dapat dilakukan dengan lancar dan stabil pada media ini, atlet memiliki kesiapan teknik serta kepercayaan diri yang cukup untuk melanjutkan latihan ke *pommel horse* standar. Dengan demikian, media ini berfungsi sebagai tahap transisi yang efektif sebelum atlet berlatih pada alat kompetisi sebenarnya.

Kata Kunci: Pengembangan media, *Pommel Mushroom*, Teknik *circle*, Atlet *junior*, Senam artistik.

ABSTRACT

Deo Bregy 6203121060 "Development of Pommel Mushroom Media for Stimulating Circle Technique Skills in Junior Male Athletes of Persani Medan City", Thesis Supervisor: Rafika Ardilla, S.Pd., M.Pd.

Thesis: Faculty of Sports Science UNIMED, 2025.

This research aims to develop Pommel Mushroom media as a tool to enhance the circle technique skills of junior male athletes in PERSANI, Medan City. Through a research and development (R&D) approach, needs analysis, design, validation, trials, and implementation of the product are conducted. The results of the observations show that junior athletes have difficulty mastering the circle technique, especially in maintaining balance and body rotation. The existing media is less suitable for beginner athletes. By using a modified Pommel Mushroom, this research aims to create a safer, more comfortable, and effective training tool. The trial results show that 93% of athletes find this medium engaging, 92% feel more comfortable, and 89% find the circle technique easier. The average rating from the experts reached 94.29%, indicating that this tool is worthy of use. This research is expected to contribute positively to the implementation of the artistic gymnastics training program and improve the performance of junior athletes. The modified pommel mushroom helps athletes master the circle technique safely and progressively. Once they can perform the circle smoothly and with stable control on this media, they gain sufficient technical readiness and confidence to advance to training on the standard pommel horse. Thus, this media serves as an effective transitional stage before practicing on the actual competition apparatus.

Keywords: Media development, Pommel Mushroom, Circle technique, Junior athletes, Artistic gymnastics.