

PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN VIDEO TUTORIAL RENANG GAYA DADA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS

Meisakh Nur Anugrah¹, Indri Astuti², Eny Enawaty³
¹²³Magister Teknologi Pendidikan FKIP Universitas Tanjungpura
meisak.anugrah@gmail.com

ABSTRACT

The use of learning media must be carried out in learning, this is important so that students become learning resources and can help students in learning. Skill-based learning is very dependent on the teacher when learning because there are still many teachers who demonstrate it face to face. So it is necessary to have media that can help in overcoming these problems. The purpose of this study was to see, know, and study how effective video tutorials are in improving students' learning skills. This study uses Research and Development (R&D) with the ADDIE model. Based on the evaluation analysis of material experts, a score of 4.76 was obtained with a very valid category, a media expert with a score of 4.79, and a design expert with a score of 4.54. At the implementation stage in teaching it was found that there was an increase in learning outcomes with swimming skill tests where the pretest average increased from 57 to 78. So it can be concluded that video tutorial learning media can improve movement skills in breaststroke swimming material.

Keywords: Learning Media, Video tutorials, Breaststroke Swimming

ABSTRAK

Penggunaan media pembelajaran wajib dilakukan dalam pembelajaran hal ini penting agar siswa menjadi sumber belajar dan dapat membantu siswa dalam belajar. Pembelajaran berbasis keterampilan sangat bergantung pada guru ketika pembelajaran karena masih banyak guru yang mendemonstrasikannya secara tatap muka. Sehingga perlu adanya media yang dapat membantu dalam mengatasi permasalahan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat, mengetahui, dan mempelajari seberapa efektif media video tutorial dalam meningkatkan keterampilan belajar siswa. Penelitian ini menggunakan Research and Development (R&D) dengan model ADDIE. Berdasarkan hasil analisis evaluasi ahli materi diperoleh skor 4,76 dengan kategori sangat valid, ahli media dengan skor 4,79, dan ahli desain dengan skor 4,54. Pada tahap pelaksanaan dalam pengajaran ditemukan adanya peningkatan hasil belajar dengan tes keterampilan renang dimana rata-rata pretest meningkat dari 57 menjadi 78. Jadi dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran video tutorial dapat meningkatkan keterampilan gerak pada materi renang gaya dada.

Keywords: Media Pembelajaran, Video tutorial, Renang Gaya Dada

A. Pendahuluan

Sekolah merupakan sarana penting untuk memperoleh ilmu

pengetahuan. Melalui pembelajaran di sekolah, siswa dapat menemukan banyak hal bermanfaat. Setiap

sekolah berupaya memberikan pengajaran yang maksimal kepada siswanya agar dapat mencapai hasil belajar yang maksimal. (Dewi, 2022). PJOK (Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan) merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. (Ashari dkk., 2022). Hal ini penting untuk menjaga kesehatan jasmani siswa dan dapat menunjang keberhasilan dalam belajar. Oleh karena itu, sangat penting bagi pelajar untuk memperhatikan kesehatan jasmaninya. (Hendri & Aziz, 2020).

Dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK banyak materi yang diajarkan kepada siswa seperti bola besar, bola kecil, atletik, senam ritmik, dan renang. Materi-materi tersebut akan diajarkan lebih mendalam pada tingkat sekolah menengah. Dalam pembelajaran PJOK siswa dituntut untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan menjadi dasar untuk mencapai tahap selanjutnya. (Sari & Nurrochmah, 2021) . Dengan menguasai teori dan praktik, siswa akan lebih mudah untuk belajar di tingkat selanjutnya.

Materi renang menjadi salah satu fokus dalam pengajaran pada

jenjang pendidikan dasar dan menengah. Siswa diharapkan menguasai keterampilan dasar renang, meliputi empat pukulan utama: bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu. Menguasai renang akan memberi Anda keterampilan seumur hidup. (Akbar dkk., 2022)

Inovasi dalam pembelajaran memang penting untuk dilakukan agar siswa mendapatkan proses belajar yang menyenangkan dan memberikan pengalaman belajar sehingga dapat memberikan motivasi dalam belajar (Nurrita, 2018). Inovasi dalam pembelajaran juga harus memperhatikan fasilitas yang ada agar dapat memberikan dampak yang baik bagi siswa. Perlu adanya peningkatan pembelajaran dengan penerapan model yang baru dan lebih maju dari sebelumnya. (Syifa & Julia, 2023)

Berdasarkan hasil survey media yang sering digunakan dalam pembelajaran pada 100 Alat Belajar 2022 diketahui bahwa media berbasis Youtube sangat sering digunakan dan lebih menarik karena terdapat video yang dilengkapi dengan audio sehingga membantu siswa tidak hanya dari segi pengetahuan tetapi juga keterampilan, artinya video

merupakan salah satu mediana. yang sangat menarik dan disukai hampir semua orang (Setiyana et al., 2022). Berdasarkan hasil survei yang sama ditemukan bahwa media video merupakan media yang paling populer digunakan sebagai media yang membantu siswa dalam belajar.

(<https://www.toptools4learning.com/>)

Keterampilan belajar memang akan lebih maksimal bila menerapkan pembelajaran berbasis video. Karena dengan menonton video siswa dapat melihat secara detail proses keterampilan gerak secara sistematis sehingga dapat membantu memahami keterampilan gerak (Rusyadi et al., 2022) . Pemanfaatan teknologi berupa video dalam pembelajaran renang berfungsi sebagai metode pengajaran yang memadai dan efektif untuk meningkatkan performa renang (Kretschmann, 2017). Video juga memberikan hasil keseluruhan yang paling positif, dengan peningkatan yang signifikan secara statistik dalam penerapan pembelajaran keterampilan, teknik, dan pengetahuan, serta tingkat praktik tertinggi (Palao et al., 2015). Melihat permasalahan tersebut maka penulis ingin mengembangkan media

pembelajaran video tutorial renang gaya dada yang dimana video tersebut memberikan gambaran secara detail mengenai teknik dasar renang gaya dada yang sangat sistematis dan mudah untuk didemonstrasikan sehingga membantu siswa dalam memahami dan meningkatkan keterampilan renang gaya dada.

Ide yang mendasari penerapan ADDIE adalah pembelajaran intensional berfokus pada siswa, menginspirasi, dan inovatif (Dewi, 2022) . Pemanfaatan proses ADDIE dalam pembuatan produk merupakan salah satu metode yang paling efektif saat ini. Karena ADDIE adalah proses yang bertindak sebagai kerangka panduan untuk situasi yang kompleks, maka ADDIE cocok untuk mengembangkan produk pendidikan dan sumber belajar. (Gong, 2023)

Tahapan pengembangan model ADDIE (Branch, 2009) yaitu:

1) Analisis

Tahap analisis merupakan langkah pertama dan penting yang harus dilakukan. Dalam analisis model ADDIE menjadi langkah awal dalam pengembangan. Pada tahap analisis, penting untuk memvalidasi kesenjangan kinerja nyata antara

kondisi lapangan dan kondisi yang diharapkan atau ideal. Hal ini melibatkan siswa dalam penelitian, lokasi subjek penelitian, data sebaran kemampuan siswa atau subjek penelitian, pemahaman isi materi dalam kurikulum, mengetahui teknologi yang tersedia, serta fasilitas yang ada di sekolah dan yang dimiliki siswa. Selain itu, melakukan studi literatur juga diperlukan untuk memahami permasalahan yang dihadapi dan perkembangan produk yang dikembangkan.

2) Desain

Pada tahap desain terdapat dua tahap yaitu perencanaan dan desain produk. Kegiatan perencanaan meliputi penyusunan rencana penelitian dan perumusan tujuan pembelajaran. Pada tahap desain dilakukan penyusunan konsep awal produk. Pada perancangan konsep awal media pembelajaran berupa video tutorial, langkah awal yang dilakukan meliputi penyusunan storyboard, antarmuka produk, dan perancangannya menjadi prototipe visual atau produk konseptual. Rancangan konsep produk awal ini kemudian siap diolah ke tahap pengembangan produk awal yang akan divalidasi oleh para ahli.

3) Mengembangkan (Pengembangan)

Tahap pengembangan berisi tentang pemilihan dan pengembangan media (select and development media). Memilih media yang sesuai dengan tahapan analisis yang telah ditemukan sebelumnya. Tahapan pengembangan dalam penelitian ini adalah mewujudkan atau menyajikan suatu produk berupa media pembelajaran video tutorial. Setelah itu, buatlah panduan penggunaan untuk siswa (mengembangkan panduan untuk siswa). Apabila pengembangan produk awal telah selesai dilakukan validasi ahli media, desain, dan materi serta dilakukan revisi untuk menghasilkan produk awal. Setelah validasi, dilakukan uji coba individu (one to one) dan revisi produk. Tahap selanjutnya adalah uji coba kelompok kecil dan revisi. Setelah itu melakukan uji coba lapangan dan revisi hingga menghasilkan produk akhir yang siap diimplementasikan.

4) Implementasi (Implementasi)

Tujuan tahap pelaksanaan adalah mempersiapkan lingkungan belajar dan melibatkan siswa secara aktif. Salah satu prosedur utama dalam tahap pelaksanaan adalah mempersiapkan siswa agar siap

mengikuti proses pembelajaran. Hasil yang diharapkan dari tahap implementasi ini adalah strategi implementasi yang efektif. Artinya, penjelasan tentang cara penggunaan media pembelajaran video tutorial diberikan kepada siswa untuk memastikan mereka dapat memutar dan mengakses materi.

5) Evaluasi (Evaluasi)

Penilaian kualitas produk dilakukan setelah implementasi. Pada tahap ini perlu dilakukan penentuan kriteria evaluasi, memilih alat evaluasi, dan melakukan evaluasi yang telah disusun.

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data di lapangan antara lain lembar validasi dan angket respon siswa (tes empiris). Kriteria validitas media, desain, dan bahan serta respon siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Penilaian

No	Kriteria Penilaian	Per (+)	Per (-)
1	Sangat setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Ragu-ragu	3	3
4	Tidak setuju	2	4
5	Sangat tidak setuju	1	5

Untuk menghitung skor rata-rata menggunakan rumus:

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

X = Nilai rata-rata

$\sum X$ = Nilai total

N = Jumlah Penilai

Untuk mendapatkan interval antar kategori menggunakan prosedur (Mering, 2020):

$$i = \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{\text{jumlah kelas}}$$

Informasi:

Skor tertinggi = 5

Skor terendah = 1

Jumlah kelas = 4 (kriteria)

Rentang intervalnya adalah $i = (5-1)/4 = 4/4 = 1$, sehingga kategorinya adalah: 1.0 – 2.0 = “Tidak Valid”, 2.1 – 3.0 = “Tidak Valid”, 3.1 – 4.0 = “Valid”, dan 4.1 – 5.0 = “Sangat Valid”. Untuk memudahkan dalam menggunakan kriteria validitas dapat dilihat pada Tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2 Kriteria Validitas Media

Angka	Kriteria Nilai	Skor
1	Sangat Valid	4,1 – 5,0
2	Valid	3,1 – 4,0
3	Kurang Valid	2,1 – 3,0
4	Tidak valid	1,0 – 2,0

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan Desain Media Video Tutorial

Penelitian yang telah dilakukan pada setiap tahapan perancangan media pembelajaran video tutorial renang gaya dada di SMA menggunakan model ADDIE

(Analyze, Design, Develop, Implement, dan Evaluate). Berikut hasil penelitian dari masing-masing tahapan desain pengembangan:

1. Analisis

Tujuan dari tahap analisis perancangan media pembelajaran video pembelajaran renang gaya dada SMA adalah untuk mengumpulkan informasi yang diperlukan untuk mengembangkan media pembelajaran video pembelajaran renang gaya dada. Tahapan awal yang dilakukan adalah review dokumen (tinjauan literatur, review kurikulum, dan penelitian relevan), analisis pembelajaran, dan analisis profil siswa.

2. Desain

Kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan dan perancangan produk adalah pembelajaran merencanakan dan merancang materi renang gaya dada pada produk, dan menetapkan tujuan pengajaran dengan menggunakan media video pembelajaran untuk membuat video tutorial renang gaya dada. Tujuan pembelajaran pembelajaran gaya dada adalah:

1) Siswa dapat melakukan teknik gerakan meluncur dengan baik dan benar.

2) Siswa dapat melakukan teknik gerak kaki dengan baik dan benar.

3) Siswa dapat melakukan teknik gerakan tangan dengan baik dan benar.

4) Siswa dapat melakukan teknik gerakan pernafasan dengan baik dan benar.

5) Siswa dapat melakukan teknik gerakan kombinasi dengan baik dan benar.

Pada tahap perancangan bahan ajar renang gaya dada, terdapat beberapa tahapan antara lain pemilihan bahan ajar, penetapan strategi pembelajaran, dan penentuan kriteria rubrik penilaian keterampilan yang digunakan.

3. Pengembangan

Tahap pengembangan diawali dengan pembuatan produk awal, dilanjutkan dengan validasi ahli (expert review) dan penggunaan masukan sebagai bahan revisi, serta tahap uji coba dengan revisi (melakukan uji coba) untuk menghasilkan produk akhir.

a. Hasil Produk Awal

Pada tahap pengembangan yang dilakukan adalah merealisasikan desain produk media pembelajaran video tutorial renang gaya dada yang telah dirancang pada tahap sebelumnya sehingga pada tahap ini menghasilkan produk awal. Hasil desain produk awal adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Produk Awal

b. Hasil Validasi dan Revisi Ahli

Setelah dilakukan pengembangan produk awal media pembelajaran video tutorial renang gaya dada, tahap pengembangan selanjutnya yang harus dilalui adalah tahap validasi produk oleh ahli. Tujuan validasi produk adalah untuk mengetahui kelayakan produk awal dari segi materi, media, dan desain pembelajaran sebelum diujicobakan di lapangan.

Pada tahap ini terdapat 9 orang ahli yang terlibat dalam validasi produk media pembelajaran yaitu video tutorial renang gaya dada dengan detail pada setiap aspek baik

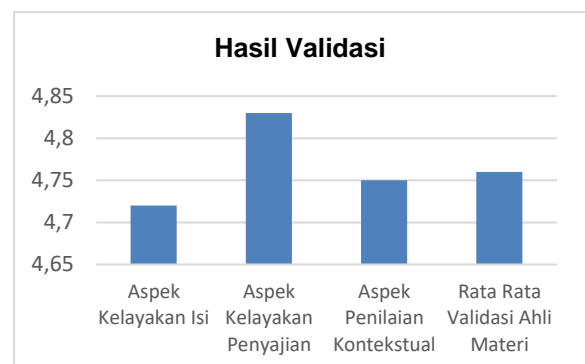
aspek materi, media, maupun desain pembelajaran yang divalidasi oleh 3 orang ahli yang memiliki kompetensi. untuk mengevaluasi suatu produk.

Validasi media pembelajaran video tutorial renang gaya dada oleh ahli ini mengacu pada skala likert dengan kategori penilaian skor skor tertinggi 5, 4, 3, 2, dan 1 untuk setiap indikator yang diberikan. Hasil validasi dirinci pada aspek materi, media, dan desain pembelajaran.

1) Hasil Validasi Materi, Media, Desain dan revisi

Validasi materi pada media pembelajaran video tutorial renang gaya dada di SMA bertujuan untuk melihat kelayakan materi renang gaya dada pada kelas XI. Penilaian ahli meliputi 3 (tiga) aspek kelayakan materi yaitu aspek isi, aspek penyajian, dan aspek kontekstual yang disajikan pada diagram berikut:

Diagram 1 Hasil Validasi Materi



Dari diagram 1 yang telah disajikan terlihat rata-rata skor validasi ahli materi sebesar 4,76 sehingga dapat disimpulkan bahwa validasi aspek materi media pembelajaran video tutorial renang gaya dada di SMA yang dikembangkan adalah termasuk dalam kategori sangat valid untuk digunakan dalam uji empiris.

Setelah memberikan expert judgement, mereka juga memberikan beberapa masukan yang perlu diperbaiki, antara lain sebagai berikut.

Tabel 3. Saran dari Validator Materi

No	Saran Ahli
1	Sebaiknya gerakan kaki ditampilkan terlebih dahulu setelah meluncur gerak untuk memudahkan siswa mengapung di air karena dorongan kaki akan membantu siswa yang kurang mampu berenang.
2	Gerakan perlu diperlambat agar siswa dapat melihatnya secara rinci prosesnya.

Berdasarkan hasil masukan tersebut maka dilakukan perbaikan terhadap media yang dikembangkan sesuai dengan permintaan validator. Setelah perbaikan dilakukan validasi terhadap media.

Validasi media pada pembelajaran video tutorial renang gaya dada di SMA bertujuan untuk melihat kelayakan media untuk digunakan dalam pembelajaran renang gaya dada di kelas XI.

Penilaian yang dilakukan oleh para ahli meliputi 2 (dua) aspek kelayakan media yaitu aspek kegunaan dan aspek komunikasi visual disajikan pada diagram berikut:

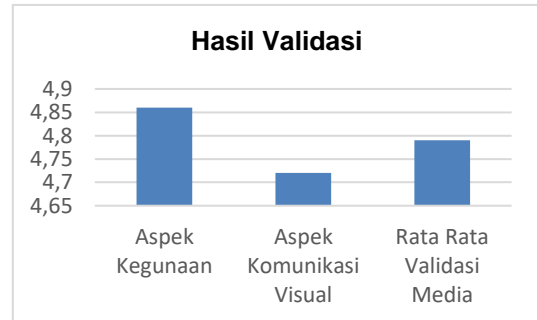


Diagram 2 Hasil Validasi Materi

Dari diagram 2 terlihat rata-rata hasil skor validasi media oleh ahli sebesar 4,79 sehingga dapat disimpulkan bahwa validasi aspek media pada media pembelajaran video tutorial renang gaya dada SMA yang telah dibuat adalah termasuk dalam kategori sangat valid untuk digunakan dalam uji empiris.

Setelah memberikan expert judgement, mereka juga memberikan beberapa masukan yang perlu diperbaiki, antara lain sebagai berikut:

Tabel 4. Saran dari Validator Media

Ahli	Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1	Tidak ada judul materi pelajaran 	Bahan dasarnya sudah ada
	Tidak ada teks 	Sudah ada teks
2	Durasi Teks terlalu cepat 	Memperlambat
	Konsistensi Penomoran 	disini sudah penomoran

Berdasarkan hasil masukan tersebut maka dilakukan perbaikan terhadap media yang dikembangkan sesuai dengan permintaan validator. Setelah diperbaiki dilakukan validasi terhadap desain.

Validasi desain pembelajaran pada media video tutorial renang gaya dada di SMA bertujuan untuk melihat kelayakan desain untuk digunakan dalam pembelajaran renang gaya dada di kelas XI. Penilaian ahli ini meliputi 5 (lima) aspek kelayakan desain, yaitu aspek karakteristik, aspek desain kegiatan pembelajaran, aspek tahapan multimedia pembelajaran, aspek asumsi pelaksanaan desain, dan aspek strategi penilaian disajikan pada diagram berikut:

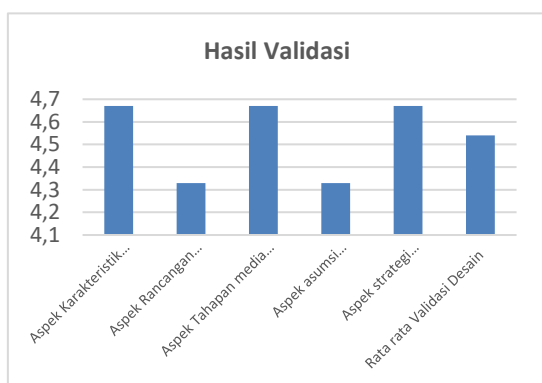


Diagram 3 Hasil Validasi Desain

Dari diagram 3 yang telah disajikan terlihat rata-rata hasil skor validasi desain oleh ahli sebesar 4,54 sehingga dapat disimpulkan bahwa validasi aspek desain media

pembelajaran video tutorial renang gaya dada di SMA yang yang telah dibuat berada pada kategori sangat valid. untuk digunakan dalam uji empiris (lapangan).

2). Ujicoba Empiris (One to One, Kelompok Kecil dan Uji lapangan)

Tahap uji coba individu (uji coba *one to one*) dilakukan setelah dilakukan validasi ahli dan revisi media pembelajaran video tutorial renang gaya dada dilaksanakan. Uji coba individu dilakukan pada 3 (tiga) orang siswa berkemampuan rendah, sedang, dan tinggi. Tujuan dari uji coba individu ini (*one to one*) adalah untuk memperoleh reaksi awal dari penggunaan produk yang telah direvisi dari ahli validasi. Hasil uji *one to one* disajikan dalam diagram berikut:

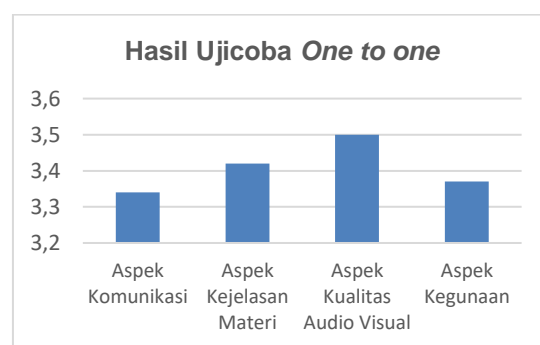


Diagram 4 Hasil Uji One to one

Setelah dikoreksi dilanjutkan dengan uji coba *one to one*. Berdasarkan diagram 4 yang telah disajikan di atas, diketahui rata-rata skor respon siswa pada uji coba *one*

to one adalah 3,40 dari total skor 4,00. Artinya respon siswa pada tahap uji one to one sangat senang. Siswa juga memberikan saran untuk perbaikan media yang dikembangkan. Adapun masukan dan data dari siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Saran uji one to one

Ahli	Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1	Ukuran teks kecil	Ukuran teks besar
		

Setelah selesai di revisi maka dilanjutkan dengan Uji Empiris (Kelompok Kecil). Pada Tahap uji coba kelompok kecil ini dilakukan terhadap 9 (sembilan) orang siswa yang berkemampuan rendah, sedang, dan tinggi. Setelah melaksanakan tes kelompok kecil dimana siswa memberikan penilaian terhadap media yang sedang dibuat dikembangkan, agar lebih jelas hasilnya ditunjukkan pada diagram berikut:

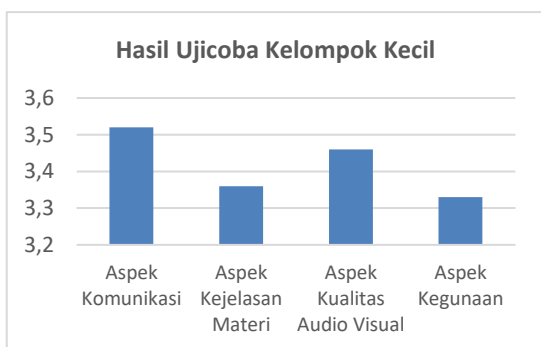


Diagram 5 Hasil Uji Kelompok Kecil

Berdasarkan diagram 5 yang telah disajikan diatas, diketahui total skor dari rata-rata respon siswa pada

uji coba kelompok kecil adalah 3,42 dari total skor 4,00. Itu skor rata-rata sebesar 3,42 yang berarti sikap siswa pada uji coba kelompok kecil panggung sangat senang dengan penggunaan media pembelajaran video tutorial renang gaya dada disekolah menengah.

Selanjutnya Uji lapangan, Tahap uji coba lapangan/kelas besar (field try) dilakukan terhadap 30 siswa kelas XI. Itu Hasil tahap uji coba lapangan/kelas besar (field try) disajikan pada diagram berikut:

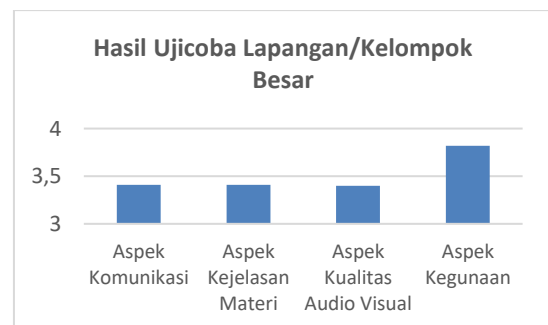


Diagram 6 Hasil Uji Kelompok Besar

Siswa juga memberikan saran untuk perbaikan media yang dikembangkan. Adapun masukan dan data dari siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Saran uji Kelompok Besar

Ahli	Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1	Pencahayaan kurang	Pencahayaan terang
		

Saran perbaikan pada petunjuk penutupan dimana gambar video kurang terang juga harus diperbaiki

agar tampilan lebih cerah dan menarik sehingga gambar juga dapat terlihat jelas. Setelah dilakukan revisi uji coba lapangan maka produk yang dikembangkan adalah produk akhir berupa media pembelajaran video tutorial renang gaya dada.

3) Produk Akhir

Hasil validasi ahli dan tiga kali uji coba serta revisinya menjadikan produk akhir berupa media pembelajaran video tutorial renang gaya dada di SMA.



Gambar 2. Produk Akhir

Implementasi

Pada tahap ini produk akhir yang telah melalui validasi ahli, uji coba individu, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar dapat diimplementasikan.

Dalam implementasinya, mempersiapkan guru dan siswa menjadi hal utama dalam penggunaan produk media pembelajaran video tutorial renang gaya dada.

e. Evaluasi

Pada tahap evaluasi, setiap tahapan analisis, desain, pengembangan, dan implementasi model ADDIE selalu memiliki tahap evaluasi secara simultan. Hasil

evaluasi yang dilakukan pada setiap tahap akan meningkatkan kualitas pembangunan ke tahap berikutnya.

Media Pembelajaran Video Tutorial Sebagai Sumber Belajar

Video tutorial yang dikembangkan digunakan sebagai sumber belajar yang bertujuan untuk membantu siswa memahami dan mempraktikkan gerakan renang gaya dada. Konten yang terdapat dalam video merupakan gerakan yang dapat ditiru agar siswa mampu melakukan gerakan berenang. Video membantu dalam membimbing dan membimbing siswa dalam melakukan tahapan-tahapan gerakan renang yang harus dilakukan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa media video merupakan sumber belajar yang dapat memberikan dampak terhadap peningkatan hasil belajar keterampilan renang. (Rusyadi et al., 2022) Media pembelajaran berupa video tutorial renang merupakan alat yang sangat efektif untuk meningkatkan keterampilan renang gaya dada. Melalui video tutorial, peserta dapat dengan jelas mempelajari teknik visual yang benar. (Pratiwi, 2019). Mereka dapat mengamati secara detail gerakan renang yang benar, antara lain postur tubuh yang optimal, sinkronisasi gerakan lengan dan kaki, serta teknik pernapasan yang benar. Dengan peragaan visual yang detail, peserta dapat memahami dan meniru gerakan-gerakan tersebut secara akurat, sehingga pada akhirnya akan membantu mereka meningkatkan keterampilan renang gaya dada.

Selain itu, media pembelajaran video tutorial renang juga memberikan keleluasaan bagi peserta untuk belajar sesuai kebutuhan masing-masing. Mereka dapat mengakses video tutorial kapanpun dan dimanapun, sehingga tidak terikat dengan jadwal pelatihan yang ketat atau batasan geografis. (Sari & Nurrochmah, 2021) Fleksibilitas ini memungkinkan peserta meluangkan waktu untuk berlatih secara mandiri dan mengulangi gerakan-gerakan yang diajarkan dalam video tutorial sesuai dengan kebutuhannya. Hal ini memungkinkan mereka untuk memperkuat keterampilan renang gaya dada dengan lebih efektif.

Video Tutorial Meningkatkan keterampilan Berenang.

Setelah penggunaan media pembelajaran video tutorial renang gaya dada diperoleh adanya peningkatan yang cukup baik pada hasil penguasaan keterampilan siswa dimana terdapat peningkatan hasil belajar dilihat dari tes keterampilan siswa pada saat siswa telah dibimbing dan belajar sendiri. tentang materi renang gaya dada di rumah. (Fernandes et al., 2021) Sebelum menggunakan video tutorial renang, siswa diberikan pretest tentang keterampilan berenang, kemudian diberikan waktu untuk dibimbing menggunakan video tutorial, dan setelah dibimbing, siswa diberikan tes keterampilan berenang untuk melihat apakah ada kemajuan dalam penguasaan keterampilan renang. (Nurlaela & Surabaya, 2022). Dari hasil yang diperoleh terdapat peningkatan hasil belajar melalui tes penguasaan keterampilan motorik.

Artinya media video tutorial membantu siswa menguasai keterampilan gerak.

Berikut hasil yang diperoleh ketika melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan media pembelajaran video tutorial renang gaya dada.

Tabel 7. Hasil Belajar Menggunakan Media Video Tutorial Renang Gaya Dada

Number	Student	Result	
		x_1 Pre	x_2 Post
1	C1	65	84
2	C2	60	84
3	C3	60	72
4	C4	64	84
5	C5	69	94
6	C6	66	84
7	C7	54	74
8	C8	44	65
9	C9	69	88
10	C10	60	91
11	C11	51	64
12	C12	61	84
13	C13	69	84
14	C14	69	74
15	C15	53	84
16	C16	74	88
17	C17	68	88
18	C18	60	88
19	C19	54	69
20	C20	80	96
21	C21	46	60
22	C22	44	60
23	C23	54	80
24	C24	40	44
25	C25	56	88
26	C26	44	74
27	C27	40	80
28	C28	40	62
29	C29	54	81
30	C30	54	84
Average Score		57	78

D. Kesimpulan

Pengembangan media pembelajaran video tutorial renang gaya dada menggunakan model ADDIE memperoleh hasil dari video tutorial renang gaya dada. Video telah divalidasi ahli dengan kategori sangat valid dengan rata-rata materi 4,76, media 4,79, dan desain 4,54. Pada pelaksanaan di lapangan juga

diperoleh hasil peningkatan penguasaan keterampilan gerak yang terlihat dari hasil tes keterampilan. Media video tutorial renang gaya dada membantu siswa menguasai keterampilan gerak dimana pada saat pretest rata-ratanya adalah 57 dan setelah dibimbing dengan bantuan video tutorial terjadi peningkatan dengan rata-rata datanya sebesar 78.

Pada Siswa Sma. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(4), 2774–2784.

<https://doi.org/10.58258/jime.v8i4.3978>

Fernandes, G. D., Donie, Midarman, & Denay, N. (2021). Analisis Keterampilan Gerak Teknik Renang Gaya Dada. *Jurnal Patriot*, 3(1), 95–106. <https://doi.org/10.24036/patriot.v>

Gong, W. (2023). Application of the ADDIE Model in the Teaching Practice of Basketball Skills. *Applied Mathematics and Nonlinear Sciences*, 3(2), 571–582. <https://doi.org/10.2478/amns.2023.1.00303>

Hendri, G., & Aziz, I. (2020). Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Di SMAN 1 Padang Sago Padang Pariaman. *Jurnal Patriot*, 2, 171–181. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/533>

Kretschmann, R. (2017). Employing tablet technology for video feedback in physical education swimming class. *Journal of E-Learning and Knowledge Society*, 13(2), 103–115. <https://doi.org/10.20368/1971-8829/1322>

Nurlaela, L., & Surabaya, U. N. (2022). *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti* EFEKTIVITAS

DAFTAR PUSTAKA

Akbar, C. fatimah, Lubay, L. H., & Wibowo, R. (2022). Methods of teaching physical education in elementary school. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal*, 12(5), 758–763. <https://doi.org/10.5958/2249-7137.2022.00487.6>

Ashari, A. H., Muhammad, H. N., & Prakoso, B. B. (2022). Identifikasi Sarana dan Prasarana Olahraga dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 10(2), 137. <https://doi.org/10.32682/bravos.v10i2.2506>

Branch, R. M. (2009). *Instructional Design: The ADDIE Approach*. New York: Springer.

Dewi, N. R. (2022). Penerapan Desain Pembelajaran Addie E-Learning Materi Bahasa Inggris

- PENGGUNAAN VIDEO
TUTORIAL. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 9, 117–128. <https://doi.org/10.17977/um062v3i72021p440-450>
- Nurrita. (2018). Kata Kunci: Media Pembelajaran dan Hasil Belajar Siswa. *Misykat*, 03, 171–187.
- Palao, J. M., Hastie, P. A., Cruz, P. G., & Ortega, E. (2015). The impact of video technology on student performance in physical education. *Technology, Pedagogy and Education*, 24(1), 51–63. <https://doi.org/10.1080/1475939X.2013.813404>
- Pratiwi, W. (2019). Efektivitas Penggunaan Media Audio Visual Dengan Media Gambar Terhadap Hasil Belajar Ips Siswa SDN Segugus Cakra Kota Semarang.
- Rusyadi, K. I., Sukendro, & Sulistiyo, U. (2022). Pengembangan Video Tutorial Pembelajaran Renang Gaya Kupu-Kupu Pada Atlet Junior Oscar Swimming Club Jambi. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(2), 906–915. [https://repository.unja.ac.id/34313/%0Ahttps://repository.unja.ac.id/34313/4/BAB 1-5 %28SIDANG%29.pdf](https://repository.unja.ac.id/34313/%0Ahttps://repository.unja.ac.id/34313/4/BAB%201-5%28SIDANG%29.pdf)
- Sari, M. D., & Nurrochmah, S. (2021). Survei Keterampilan Gerak Dasar pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Sport Science and Health*, 3(7), 440–450.
- Setiyana, A. A., Sayekti, I. C., & Khanifah, S. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Murid dengan Media Video. *Educatif: Journal of Education Research*, 4(3), 305–311. <http://pub.mykreatif.com/index.php/educatif>
- Syifa, N., & Julia, J. (2023). Persepsi Guru Sekolah Dasar Terhadap Inovasi Pembelajaran Berbasis Informasi Teknologi Sebagai Alat Bantu Pencapaian Pembelajaran. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 7(1), 271. <https://doi.org/10.35931/am.v7i1.1707>