



PENGEMBANGAN MULTIMEDIA MODEL LATIHAN DAYUNG NOMOR KANO UNTUK ATLET PEMULA PODSI PROVINSI JAMBI

Ariyanto Ariyanto^{1*}, Muhammad Ali², Ugi Nugraha³

¹⁾ Universitas Jambi, Jambi, Indonesia, Email: ariyantojambi20@gmail.com

²⁾ Universitas Jambi, Jambi, Indonesia, Email: muhammad.ali@unja.ac.id

³⁾ Universitas Jambi, Jambi, Indonesia, Email: ugi.nugraha@unja.ac.id

*Korespondensi Penulis: Ariyanto¹

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan multimedia model latihan dayung nomor kano untuk atlet pemula PODSI Provinsi Jambi dan mengetahui penilaian validator dan serta respon atlet terhadap produk yang dikembangkan. Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang mengadaptasi kerangka pengembangan ADDIE yang terdiri dari tahap analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar wawancara dan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penilaian validator yaitu ahli media dengan persentase 79% dan ahli materi dengan persentase 80% serta respon atlet terhadap produk multimedia model latihan dayung nomor kano diperoleh persentase 89 % dengan kategori klasifikasi “Sangat Baik”. Berdasarkan proses pengembangan secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa multimedia model latihan dayung nomor kano ini dikembangkan dengan menggunakan kerangka pengembangan ADDIE dan penilaian validator terhadap kelayakan multimedia model latihan yang dikembangkan dinyatakan sudah baik serta berdasarkan respon atlet sangat baik dan dapat digunakan.

Kata Kunci: Konsep Pengembangan, Latihan, Olahraga Dayung (Kano), dan Multimedia

PENDAHULUAN

Membentuk jasmani dan rohani yang sehat banyak cara yang dilakukan salah satu dengan cara aktivitas yaitu berolahraga, namun di samping itu setiap orang dalam berolahraga pasti berbeda beda tujuannya, dan juga sebagian orang sering salah menggunakan olahraga untuk ajang uji coba keberanian bahkan sampai ada yang menggunakan sebagai media perjudian.

Pada dasarnya olahraga tidak selalu bermuara pada jenis permainan, akan tetapi mencakup pada keseluruhan gerak yang mempunyai makna, artinya yang merupakan komponen absolut dari olahraga yaitu mempertahankan unsur ketegangan sebai titik tengah antara kondisi yang membosankan dan tuntunan yang berlebihan. Setiap aktivitas olahraga dapat disimpulkan bahwa selalu ada persaingan didalam kompetisi yang dilakukan atau yang disebut bersifat kompetitif. Olahraga dayung adalah olahraga yang memiliki karakteristik yang menegangkan serta menyenangkan dan olahraga dayung banyak digemari oleh

masyarakat luas dikarenakan salah yang bisa membangkitkan perasaan dan penuh dengan perjuangan, selain itu bisa mempersembahkan drama-drama yang menakjubkan.

Dayung merupakan olahraga yang menggunakan alat berupa perahu dan dayungan. Teknik dasar mendayung sangat berpengaruh dalam mencapai sebuah prestasi karena seorang pendayung harus mampu mendayung sambil mempertahankan keseimbangan supaya laju perahu cepat dan tidak terjatuh. Pembinaan olahraga Dayung saat ini khusus pada atlet pemula yang ada di Indonesia khususnya kini berhadapan dengan berbagai tantangan, salah satu sosiologis pada proses hidup yang semakin canggih dan modern berdampak pada perkembangan atlet untuk menjadi atlet yang baik, profesional dan berkualitas. Selain sosiologis yang menantang, Pembina atlet olahraga dayung khusus pemula dibayangi oleh structural yang membebani dengan tekanan-tekanan

Pada kondisi perkembangan dayung yang modern bersamaan tantangan dan rintangan yang menghampiri atlet khususnya yang pemula, segenap pengcab ataupun klub-klub yang ada, perlu ikut berperan lebih. karena, di Indonesia pada kondisi saat ini sulit rasanya berharap kepada atlet pemula untuk secepat mungkin menguasai teknik dasar dayung. Selain sarana dan prasarana yang kurang memadai mengakibatkan latihan kurang efektif. Waktu latihan menggunakan perahupun sangat sedikit dengan jumlah atlet yang cukup banyak. Sehingga tujuan dari latihan tidak tercapai. Di Provinsi Jambi banyak lembaga yang mewadahi untuk melakukan pengembangan atlet cabang olahraga dayung yaitu terdiri dari sebelas pengcab olahraga dayung dan klub-klub tersebar di sebelas kabupaten/kota, akan tetapi sayang belum dapat memberikan hasil yang sesuai dengan harapan, oleh karena itu masih banyak ditemukan kekurangan-kekurangan khususnya pada kemampuan teknik pada no event kano. Salah satu cara meningkat keterampilan teknik nomor kano seorang pembina memerlukan model latihan yang inovatif dan variatif selain itu pada latihan teknik cano pelatih harus menekankan teknik dan prinsip latihan kano yang harus dikuasai dan tahapan evaluasi adalah salah satu penunjang untuk mengetahui sejauh mana keterampilan atlet dalam berlatih.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Pengembangan

Penelitian merupakan bagian yang tidak dapat terpisahkan dalam kajian ilmiah dan khasanah keilmuan untuk menjawab dan menyelesaikan suatu permasalahan secara logis dan ilmiah. Seperti menurut Hamid Darmadi (2011:24) “penelitian adalah usaha seseorang yang dilakukan secara sistematis mengikuti aturan-aturan metodologi seperti observasi terkontrol, mendasarkan pada teori yang ada dan diperkuat dengan fakta dan gejala yang ada. penelitian pengembangan, penelitian yang digunakan untuk menghasilkan rancangan produk baru, menguji keefektifan produk yang telah ada, serta mengembangkan dan menciptakan produk baru. Penelitian pengembangan tidak digunakan untuk menguji teori, akan tetapi apa yang dihasilkan di uji dilapangan kemudian direvisi sampai hasilnya memuaskan. Pengembangan menurut Setyosari (2015:277), “suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan, dapat berupa proses, produk dan rancangan”.

Penelitian pengembangan diarahkan pada pembuatan suatu produk yang efektif, melalui tahap analisis kebutuhan, kemudian pengembangan produk dan uji coba produk. Pada proses pengembangan, peneliti melakukan observasi terlebih dahulu, dilanjutkan dengan pembuatan produk sampai kepada uji coba produk dan menghasilkan produk baru. Dengan demikian, penelitian pengembangan mencakup evaluasi, sumatif, dan konfirmatif.

Latihan

Membuat sebuah prestasi tidak semudah membalik telapak tangan, tapi melalui tahapan-tahapan proses yang membutuhkan waktu dan tenaga yang ekstra. Mulai dari

pembentukan manajemen serta pemilihan pelatih berkualitas dan atlet yang sudah melalui tahapan seleksi yang ketat, agar atlet siap melahap sesuai model-model program latihan yang akan dijalani. Bompaa dan Haff (2009: 6). mengatakan “*methodically arranged set of ideas, theories, or speculation*”. Bompaa dan Haff menyatakan didalam bukunya bahwa metode itu berawal dari aturan-aturan sebuah ide, teori atau spekulasi yang akan merancang sebuah sistem metode latihan. model latihan tersebut merupakan cara untuk mempercepat peningkatan prestasi atlet pada keterampilan dalam berolahraga.

Menurut Risky Nurulfa (2017) Model latihan adalah merupakan proses jangka panjang secara kontinu dan berubah secara terus menerus, karena pengembangan model latihan berkaitan dengan pengembangan atletnya, James Tangkudung (2012:7) menambahkan, bahwa latihan merupakan proses yang berulang dan meningkat guna meningkatkan potensi dalam rangka mencapai prestasi yang maksimal. Model tersebut harus dievaluasi dan dimodifikasi secara kontinu dalam melihat respon ilmu pengetahuan, level perkembangan atlet dan pengukuran kemajuan atlet. Hasil dari metode latihan yang kontinu akan sangat bermanfaat bagi atlet dari usia dini hingga dewasa kelak, oleh karena itu metode latihan yang akan diciptakan akan sangat bermanfaat bagi pelatihan atlet.

Dalam meningkatkan kualitas, kuantitas jasmani harus didasari melalui proses latihan yang terorganisasi. Latihan seperti apa, tentu kita harus terlebih dahulu mengetahui dan mengerti latihan itu sendiri, latihan merupakan pekerjaan yang dilakukan berulang-ulang untuk tujuan tertentu. Maka dari itu latihan haruslah direncanakan dan melakukannya teratur sesuai dengan petunjuk latihan untuk mencapai tujuan latihan itu sendiri, latihan yang tidak dilakukan dengan tidak beraturan mengakibatkan tidak tercapai tujuan dari latihan, bisa menimbulkan gangguan pada jasmani dan rohani atau psikologis.

Olahraga Dayung (Cano)

Olahraga dayung merupakan salah satu cabang olahraga yang atletnya berpacu satu sama lain dengan menggunakan perahu. Nomor *canoeing* dibagi menjadi dua nomor inti, yaitu *canoe* dan *kayak*. Perbedaan kedua nomor tersebut yaitu, pada nomor *canoe* biasanya pendayung menggunakan dayungan dengan satu daun dayung pada salah satu sisinya saja. Nomor *kayak* pendayung menggunakan dayungan dengan dua daun dayung pada kedua sisinya. Kejuaraan dayung banyak sekali nomor yang dipertandingkan diantaranya nomor kayak, kano Canadian, *rowing*, dan perahu naga. Nomor kano yang sering kali dipertandingkan yaitu nomor jarak 200 meter, 500 meter, dan jarak 1000 meter sesuai dengan yang di pendapat Csaba Szanto (Budapest, 2014:28). “*In Canoe Sprint events, paddlers race on a straight course in lanes separated by markers over 200m 500m and 1,000 meter distances for both Canoe and Kayak*”. Olahraga *canoeing* melibatkan berbagai jenis perahu yang didayung oleh dayung tunggal atau dayungan dengan dua bilah serta titik bertumpu ke perahu, dalam sejumlah disiplin ilmu. Ruang lingkup cabang olahraga dayung *canoeing* itu sendiri terdiri dari berbagai jenis kegiatan olahraga, seperti yang diungkapkan yaitu (Szanto Budapest, 2014:28) “*Canoeing disciplines belonging to the International Canoe Federation (ICF) are: Canoe Sprint, slalom racing, wildwater racing, marathon racing, canoe polo, canoe polo, dragonboat racing*”. federasi *canoeing* internasional (IFC) memiliki beberapa disiplin cabang olahraga yaitu: balapan di air yang tenang, *slalom* balap, balapan di arus liar, balapan maraton, *canoe polo*, *canoe* layar, balap perahu naga.

Jenis perahu dan panjang dayungan kano serta lebar bilah menentukan cepat dan lambatnya perahu melaju di tunjang oleh keterampilan mendayung seorang pendayung. Menurut (Jason Dicker 2010:3) “*In flatwater competition, kayak paddles are the ‘wing’ or ‘propeller’ type which slip less in the water in forward paddling. They do not work well in other strokes, require precise technique, and are best used only with faster craft on smooth*

water". Keberhasilan atlet dalam mencapai prestasi harus didukung oleh peralatan latihan dayung yang baik sehingga atlet akan cepat menguasai keterampilan mendayung.

Penelitian ini yang akan dibahas adalah dayung nomor *kano*. Menurut Csaba Szanto "The Principle aim of Canoeing technique is: to obtains the greatest speed over a given distance with efficient energy usage and high velocity". Seorang atlet mendayung untuk melajukan perahu dengan cepat menuju *finish* dengan mengeluarkan energy secara efektif. Secara rinci gerakan teknik dasar mendayung merupakan salah satu syarat seseorang bisa melakukan olahraga dayung, adapun teknik-teknik yang harus diketahui meliputi 11 macam teknik sebagai berikut: posisi awal, *set-up phase*, posisi *entry*, *catch phase*, posisi *vertical*, bagian power, posisi kontrol, bagian *steering*, posisi *exit*, bagian air transfer, posisi *recovery*.

Multimedia

Dalam pembuatan multimedia yang dibangun atas teori beban kognitif muncul sebuah teori kognitif pembelajaran multimedia yang menyatakan bahwa memori kerja terdiri dari dua saluran yaitu visual dan verbal. Dengan demikian, strategi merancang multimedia untuk mengatasi keterbatasan memori kerja ditetapkan dalam prinsip-prinsip multimedia.

Menurut Richard E Mayer (2009) multimedia sebagai presentasi materi dengan menggunakan kata-kata sekaligus gambar-gambar. Media video pembelajaran dapat digolongkan ke dalam jenis media *audio visual aids* (AVA) atau media yang dapat dilihat dan didengar. Biasanya media ini disimpan dalam bentuk piringan atau pita. Media VCD adalah media dengan sistem penyimpanan dan perekam video dimana signal audio visual direkam pada *disk plastic* bukan pada pita magnetic (Arsyad 2004:36)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan menggunakan metode penelitian dan pengembangan *research and development* (R & D). Sugioyono (2012:297) Metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tertentu.

Penelitian ini dilaksanakan di Gudang Latihan Dayung PODSI Provinsi Jambi, Waktu Penelitian ini dilakukan selama 2 bulan yang mengacu pada tahapan-tahapan pengembangan dari teori ADDIE dan Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Cano di PODSI Provinsi Jambi.

Dalam pengembangan media ada banyak model-model pengembangan yang dirancang oleh para ahli dalam bidang teknologi pendidikan. Dari model-model pengembangan ada satu model yang dipilih sebagai rujukan dalam penelitian ini, yaitu model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation*). Menurut Robert Maribe Branch ADDIE (2009:2) adalah *ADDiE is an acronym for analyze, design, develop, implement, and evaluet. ADDIE is a product development concept. The ADDIE conept is being applied here for constructing performance-based learning. The eductional phylosophy for this aplication of Addie is that intentional learning should be student centered, innovative, authentic, and inspirational.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil akhir dari penelitian pengembangan media ini adalah berupa Video latihan kano dalam bentuk *software* yang dikembangkan dengan bantuan program *3D Pageflip Professional*. Pengembangan Video latihan kano cabang olahraga dayung ini menggunakan model ADDIE yang terdiri dari 5 tahap, yaitu: Analisis (*Analysis*), Desain (*Design*), Pengembangan (*Development*), Implementasi (*Implementation*), dan Evaluasi (*Evaluation*)

Tabel 1. Hasil Respon atau Validasi ahli Materi Terhadap Video Model Latihan Dayung Nomor Kano Pada Atlet Pemula

Respon Validasi ahli Media				
Variasi	Nilai	Total Nilai Maksimal	Persentasi	Kategori
1	4	50	80%	Baik
2	5			
3	4			
4	4			
5	4			
6	4			
7	4			
8	4			
9	3			
10	4			
Jumlah	40			

Dari hasil tabel diatas didapatkan hasil validasi dari ahli materi dengan persentasi 80% dengan nilai yang diperoleh dari produk yang dikembangkan sebanyak 40 yang tergolong dikategori Baik sesuai dengan skala penilaian kualifikasi produk. Kemudian melakukan perbaikan terhadap apa yang diminta oleh ahli dan kembali ahli memberikan penilaian terhadap produk yang direvisi dengan hasil ahli tetap memberikan nilai yang sama dengan persentase 80% dengan nilai 40 dengan tidak ada revisi lanjutan dan dinyatakan produk yang dikembangkan sudah layak digunakan.

Tabel 2. Hasil Respon atau Validasi ahli Media Terhadap Video Model Latihan Dayung Nomor Kano Pada Atlet Pemula

Respon Validasi ahli Media				
Variasi	Nilai	Total Nilai Maksimal	Persentasi	Kategori
1	4	75	79%	Baik
2	4			
3	4			
4	4			
5	4			
6	4			
7	4			
8	3			
9	4			
10	4			
11	4			
12	4			
13	4			
14	4			
15	4			
Jumlah	59			

Secara keseluruhan penilaian ahli terhadap video model latihan dayung nomor kano yang telah dikembangkan sudah baik dengan persentasi 79% dengan total nilai 59 yang dikategorikan baik sesuai dengan skala penilaian kualifikasi produk. Setelah diperoleh hasil atau penilaian dari ahli media selanjutnya penulis melakukan revisi sesuai yang diminta, kemudian produk yang sudah dilakukan revisi akan dinilai ulang oleh ahli media dengan hasil model atau produk sudah layak digunakan dengan tidak melakukan revisi ulang dan Ahli media memberikan penilaian pasca revisi dengan presentasi 79% dengan total nilai yang diperoleh yaitu sebanyak 56.

Tabel 3. Hasil Respon Atlet Terhadap Video Model Latihan Dayung Nomor Kano Pada Atlet Pemula

RESPONDEN	JAWABAN															RATA-RATA
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	89%
2	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	
3	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	
4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	
5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	3	5	4	5	4	5	
6	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	
7	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	
8	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	3	4	
9	5	4	5	4	5	4	5	5	3	3	4	5	5	4	4	
10	5	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	
JUMLAH	92%	92%	90%	88%	90%	88%	92%	84%	84%	84%	92%	92%	94%	90%	90%	
SANGAT BAIK	6	6	5	4	5	4	6	2	3	4	6	6	7	6	5	
BAIK	4	4	5	6	5	6	4	8	6	5	4	4	3	3	5	
CUKUP BAIK	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	
TIDAK BAIK	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

Dari yang diperoleh sesuai table diatas dengan nilai persentase mencapai 89% yang tergolong kriteria “Sangat Baik” karena termasuk dalam kelas 81%-100%. Pada skala penilaian kualifikasi produk selain itu atlet juga berkomentar bahwa Video ini dapat membantu mereka untuk lebih memahami materi latihan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian diatas maka dapat diambil kesimpulan dalam penelitian sebagai berikut, produk akhir berupa produk video model latihan dayung nomor even kano, yang dapat diterima baik kalangan pelatih serta Atlet dayung Provinsi Jambi khususnya atlet pemula. Peneliti telah melaksanakan tahapan-tahapan dari penelitian RnD menggunakan model ADDIE yang terdiri dari 5 tahap, yaitu: Analisis (*Analysis*), Desain (*Design*), Pengembangan (*Development*), Implementasi (*Implementation*), dan Evaluasi (*Evaluation*). Pada akhir tahap penelitian bahwa produk Video model latihan dayung nomor kano untuk atlet pemula di kalangan PODSI Jambi yang sudah di validasi para ahli diantaranya ahli materi dengan persentasi penilaian 80% dan ahli media dengan penilaian persentasi 79% yang dikategorikan baik sesuai dengan skala penilaian kualifikasi produk dan dinyatakan layak digunakan, kemudian respon atlet yang menyatakan sangat baik dengan respon penilaian dengan persentasi 89%.

Adapun saran untuk penelitian selanjutnya berdasarkan penelitian dan pengembangan ini antara lain 1) Pengujian lebih lanjut terhadap video dan membuat khusus aplikasi pemutar video yang dikembangkan untuk melihat penggunaan produk tanpa ada interaksi dengan peneliti, 2) Mengembangkan aplikasi pemutar video yang bisa dipasang pada berbagai macam *operation system* (OS) selain OS Android. 3) Bagi pelatih untuk bisa mengembangkan produk yang lebih baik untuk memudahkan dalam memberikan pengertian pada materi latihan teknik dayung khususnya atlet nomor kano

DAFTAR RUJUKAN

- Arsyad, A. (2017). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Bompa Tudor O. and G. Gregory Haff, 2009, *Theory and Methodology Of Training Fifth Edition* .USA: Human Kinetics
- Hamid Darnadi, 2011, *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- James Tangkudung, dan wahyuningtyas Puspitorini, 2012. *Kepelatihan Olahraga "Pembinaan Prestasi Olahraga"* .Jakarta: Cerdas Jaya
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia Learning*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Punjani Setyosari, 2015, *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*, Jakarta: Prenadamedia Grup,
- Robert Maribe Branch. 2009, *Intructional Design :The Addie Aproach*, New York: Spinger
- Rizky Nurulfa, *Pengembangan Model Latihan Lari Cepat Berbasis Multirateral Untuk Anak Sekolah Dasar* (Vol 8 No 1 (2017): GJIK - Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian dan Pengembangan*, Bandung: Alfabeta
- Szanto Csaba, 2014. *coaches education programe canoe sprint coaching manual level 2 and 3*. Budapest