

# **PENGEMBANGAN GERAK DASAR SENAM UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN, KEBUGARAN DAN MINAT BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN SLEMAN, DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**Oleh: Christina Fajar Sriwahyuniati, Ahmad Nasrulloh, Cerika Rismayanthi, Hedi Ardiyanto, Krisnanda Dwi Apriyanto.**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk untuk menciptakan sebuah model gerak dasar senam yang menarik dan inovasi sehingga dapat diterapkan oleh anak kelas fase A dan fase B di sekolah dasar dan memiliki tingkat keamanan dan keselamatan yang tinggi.

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan atau research and development (RnD) dengan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Penilaian expert judgment menggunakan V-Aiken dengan tujuh rater. Lima ahli media dan dua ahli pada bidang senam dan kebugaran. Uji skala kecil dilaksanakan di selabora UNY dengan tiga sampel, uji skala besar dilaksanakan di SD Negeri Pakem dengan delapan sampel.

Hasil dari penelitian ini, menunjukkan bahwa model pengembangan gerak dasar senam untuk anak fase A dan B layak dan dapat diterapkan. Model ini dinyatakan valid dan memiliki reliabilitas internal yang tinggi, dengan rata-rata skor 89.46% dari evaluasi expert judgment. Validitas isi model berkisar dari tinggi hingga sangat tinggi ( $V = 0.762-0.952$ ), dan reliabilitas Cronbach's Alpha menunjukkan nilai  $\alpha = 0.890$ . Model ini diuji dalam dua tahap: skala kecil dan besar. Pada uji skala kecil, hasilnya sangat baik dengan persentase 93.33%, dan meningkat menjadi 95.93% pada uji skala besar, menunjukkan peningkatan signifikan 2.6%. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berperan penting dalam perkembangan motorik siswa.

*Kata Kunci: Pengembangan, gerak dasar senam, siswa sekolah dasar fase A dan Fase B*