



Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Berbasis Video Materi Personal Hygiene pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Sumpur Kudus

Puja Pratiwi, Rika Sepriani, Eldawaty, Sri Gusti Handayani,

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

pujapратиwi390@gmail.com, rikasepriani@fik.unp.ac.id, eldawaty@fik.unp.ac.id, srigusti@fik.ac.id

Doi JPDO: <https://doi.org/10.240336/JPDO.8.6.2025.196>

Kata Kunci : Pengembangan, *Personal hygiene*, video pembelajaran

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berbasis video materi *personal hygiene* pada siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Sumpur Kudus. Berdasarkan pengamatan peneliti didapatkan bahwa media pembelajaran PJOK materi *personal hygiene* bersifat konvensional. Sehingga untuk mengatasi permasalahan tersebut, perlu dikembangkan sebuah media pembelajaran yang menarik untuk disajikan kepada peserta didik, Jenis penelitian ini merupakan penelitian *Research and Development* (R&D) dengan menggunakan model pengembangan *Borg and Gall* yang dimodifikasi oleh Sugiyono yang terdiri atas 10 tahap namun dibatasi sampai 5 hingga tahap revisi desain yaitu Identifikasi masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi desain, revisi desain. Jenis penelitian ini merupakan penelitian *Research and Development* (R&D) dengan menggunakan model pengembangan *Borg and Gall* yang dimodifikasi dan dibatasi, Penelitian ini menghasilkan video pembelajaran dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi *personal hygiene* pada peserta didik sekolah dasar yang sangat valid. Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa hasil pengujian validasi ahli materi 98% dengan kategori "Sangat Valid", ahli media 88% dengan kategori "Sangat Valid", ahli bahasa 97% dengan kategori "Sangat Valid". Nilai rata-rata dari ketiga validator adalah sebesar 94% dengan kategori "Sangat Valid", media video ini dinyatakan layak digunakan dalam pembelajaran PJOK khusus materi *personal hygiene* di Sekolah Dasar.

Keywords : *Development, Personal hygiene, learning videos*

Abstract : This study aims to develop video-based learning media for Physical Education and Health on personal hygiene material for students at Sekolah Dasar Negeri 1 Sumpur Kudus. Based on observations, it was found that the learning media for Physical Education and Health on personal hygiene material was conventional. To overcome this problem, it is necessary to develop an attractive learning media for students. This research is a Research and Development (R&D) study using the Borg and Gall development model modified by Sugiyono, which consists of 10 stages but is limited to 5 stages, namely problem identification, data collection, product design, design validation, and design revision. This study produces a learning video for Physical Education and Health on personal hygiene material for elementary school students that is very valid. The results of the study showed that the validation test results by material experts were 98% with the category "Very

Valid", media experts were 88% with the category "Very Valid", and language experts were 97% with the category "Very Valid". The average score from the three validators was 94% with the category "Very Valid", indicating that the video media is feasible to be used in Physical Education and Health learning, especially on personal hygiene material in elementary schools.

PENDAHULUAN

Anak merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dijaga kualitas kesehatannya supaya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Pertumbuhan dan perkembangan setiap anak berbeda tergantung pada tingkatan usia.

Pada anak usia sekolah biasanya sudah mulai dapat bertanggung jawab atas perilakunya sendiri terhadap orang lain dan juga mulai mempunyai keterampilan tertentu. Usia sekolah menurut Sugianto (2015) berada pada rentang usia 6-12 tahun.

Anak usia sekolah memerlukan pengawasan terhadap kesehatannya, karena pada masa mereka memiliki beberapa aktivitas yang biasanya berhubungan langsung dengan lingkungan yang kotor hal ini dapat membuat anak lebih mudahnya sakit. (Kusuma, 2019).

Hal ini berdasarkan Undang-undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003. Dalam UU ini diatur mengenai dasar, fungsi, dan tujuan sistem pendidikan nasional; prinsip penyelenggaraan pendidikan, hak dan kewajiban warga negara, orang tua, masyarakat, dan pemerintah; peserta didik, jalur, jenjang, dan jenis pendidikan.

Selain itu diatur juga mengenai standar nasional pendidikan, kurikulum, pendidik dan tenaga kependidikan, sarana dan prasarana pendidikan, pendanaan pendidikan, pengelolaan pendidikan, peran serta masyarakat dalam pendidikan, evaluasi, akreditasi, dan sertifikasi, pendirian

satuan pendidikan, penyelenggaraan pendidikan oleh lembaga negara.

Masalah kesehatan yang dialami pada anak usia sekolah sangat bervariasi, salah satu penyebabnya berhubungan dengan kebersihan individu dan lingkungan sekitar, seperti ketidak tepatan menggosok gigi, tidak mencuci tangan, mengkonsumsi makanan yang tidak sehat dan bergizi, serta kurangnya menjaga kebersihan diri (Roin, 2017).

Waktu bermain serta belajar yang dilakukan anak-anak selama berada di sekolah tidak menutup kemungkinan untuk menimbulkan berbagai jenis penyakit atau gangguan kesehatan lainnya. Selain itu, anak usia sekolah juga harus lebih memperhatikan pembentukan kebiasaan kebersihan diri. (Veririca dan Ronasari, 2017).

Menurut Mukarromah dan Menge (2020), bahwa ketidakmampuan menjaga kebersihan diri (personal hygiene), seseorang akan lebih mudah terkena infeksi. Personal hygiene yang buruk pada anak usia sekolah dapat menimbulkan beberapa masalah kesehatan, seperti infeksi saluran pernapasan, anemia, flu dan cacingan.

Di negara berkembang, infeksi cacing usus adalah sebuah masalah kesehatan yang kerap kaliditemui pada anak usia sekolah (Oliveira,2015).Menurut data dari Badan Kesehatan Dunia World Health Organization (WHO) tahun 2015, setiap tahun hingga 100.000 anak Indonesia meninggal dunia karena penyakit diare setiap tahunnya.

Selain itu, masalah kesehatan mulut dan gigi juga dapat terjadi akibat perilaku

personal hygiene yang kurang baik. Presentasi yang mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut sebesar 93% ditemukan pada kelompok usia 6-12 tahun.

Karena mereka masih memiliki kebiasaan menggosok gigi yang keliru yaitu saat mandi pagi dan mandi sore, hal ini dibuktikan bahwa kebiasaan benar menggosok gigi anak usia sekolah hanya 2% (BPPK, 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyatakan bahwa prevalensi terbesar masalah gigi di Indonesia adalah gigi rusak/berlubang/sakit (45,3%).

Sedangkan masalah kesehatan mulut yang banyak dialami oleh penduduk Indonesia adalah gusi bengkak atau keluar bisul (abses) sebesar 14%. Personal hygiene yang tidak baik juga dapat menyebabkan diare.

Hal ini dikarenakan anak belum memiliki daya tahan tubuh yang kuat dibandingkan orang dewasa. Diare dan penyakit pernapasan, dianggap sebagai penyakit paling mematikan bagi anak-anak (UNICEF, 2014).

Menurut Sunardi (2017) kebiasaan anak usia sekolah yang tidak melakukan cuci tangan sebelum makan dapat menyebabkan anak usia sekolah mudah terserang diare. Perilaku hidup sehat yang sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran tentang pemeliharaan kesehatan.

Kesehatan yang buruk ini dapat mengakibatkan kurangnya perkembangan kognitif seorang anak baik terjadinya perubahan fisiologis atau kurangnya motivasi untuk belajar (Hidayah & Nasution, 2019).

Personal hygiene yang buruk juga

menyebabkan penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah, yang sebenarnya erat kaitannya dengan perilaku hidup bersih dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku tersebut tergantung dari pengetahuan dan sikap seseorang terhadap kebersihan dirinya.

Penelitian Wahyuni, (2012) yang berjudul faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene anak usia sekolah di SD Inpres Manuruki 2 Daya Makasar 2012 pengaruh sikap dan pengetahuan anak terhadap kebersihan diri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang memiliki personal hygiene yang baik yaitu (20,5%) dan yang memiliki personal hygiene yang buruk yaitu (79,5%). Pada masa usia sekolah, sangat diperlukan pemahaman tentang personal hygiene karena hal ini penting untuk meningkatkan derajat kesehatan.

Jika ada alasan perubahan dan anak berpartisipasi dalam suatu kegiatan yang dapat membangunkan anak untuk mengubah situasi dan perilaku yang buruk menjadi perilaku yang baik, maka perilaku tersebut akan berubah (Soemirat, 2014).

Oleh karena itu penting bagi anak untuk memperbaiki kebiasaan kebersihan dirinya karena anak masih memerlukan bimbingan dan perhatian yang lebih mengenai pembentukan kebiasaan personal hygiene (Veririca dan Ronasari, 2017).

Skema UKS memperkenalkan pendidikan kesehatan tentang kebersihan pribadi, dengan tujuan meningkatkan kemampuan siswa untuk hidup sehat dan kondisi kesehatan mereka, dan menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, dan berupaya untuk melatih orang Indonesia yang sehat.

Sebagai lembaga masyarakat yang terorganisir dengan baik, sekolah merupakan sarana efektif dalam memberikan pendidikan kesehatan dalam upaya mengubah perilaku dan kebiasaan anak usia sekolah menjadi lebih sehat (Nurjannah, 2011).

Pendidikan kesehatan juga memerlukan media dalam menyampaikan materi yang akan diberikan. Media video merupakan salah satu jenis media audio visual yang mengandalkan indra penglihatan dan indra pendengaran. Media yang menarik akan memberikan keyakinan, sehingga perubahan kognitif, efektif dan psikomotor dapat dipercepat (Harismanto, 2019).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya sekedar menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga dimaknai sebagai proses mengatur lingkungan supaya siswa belajar. Hal ini mengisyaratkan bahwa dalam proses belajar mengajar siswa harus dijadikan sebagai pusat kegiatan. (Asnaldi, Zulman, & M, 2018)

Sekolah Dasar merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kepada siswa untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi.

Mata pelajaran yang tercantum dalam kurikulum Sekolah Dasar dapat dikelompokkan: Program pendidikan umum, program pendidikan, akademis, dan program pendidikan keterampilan.

Diantara mata pelajaran program pendidikan umum adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Penjasorkes). Asnaldi (2019) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang terdapat dalam kurikulum Sekolah Dasar.

Selanjutnya menurut Asnaldi (2019:28) "Kemampuan motorik merupakan modal dasar untuk keterampilan fisik yang dibutuhkan dalam kegiatan serta aktifitas olah raga bisa dipelajari dan dilatih di masa-masa awal perkembangan.

Sangat penting untuk mempelajari keterampilan ini dengan suasana yang menyenangkan, tidak berkompetisi agar anak-anak mempelajari olah raga dengan senang".

Sekolah dasar merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kemampuan kepada siswa untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

Menurut Pangrazi dalam Bakhtiar (2015) sangat penting mempelajari keterampilan gerak dasar pada usia anak-anak karena apabila kurang cukup diajarkan tentang keterampilan gerak dasar, anak akan mengalami berbagai hambatan dalam mempelajari dan melakukan berbagai keterampilan gerak yang lebih sulit di kemudian hari, seperti mempelajari keterampilan teknik olahraga (sport skill) nantinya.

Menurut Damrah dikutip dalam Syafri R, Bahtiar, Asnaldi, Syaputra, (2023) pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu.

secara organik, neoromusculer, perseptual, kognitif, sosial, emosional, dan dalam kerangka sistem pendidikan nasional, Maka dari itu sangat penting untuk mempelajari gerak dasar dan juga ini merupakan salah satu indikator tercapai atau tidaknya tujuan dalam pembelajaran .

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SDN 01 Sumpur kudus ditemukan siswa yang bermasalah kesehatan pada gigi dalam bentuk gigi berlubang, berpenampilan tidak teratur, kuku panjang dan kotor, adanya keran untuk cuci tangan yang disediakan di sekolah tidak memanfaatkan dengan baik.

Namun anak-anak menggunakan keran sebagai permainan air. Perilaku ini disebut perilaku *personal hygiene* yang kurang baik. Masalah kesehatan yang sering timbul berdasarkan observasi diatas ditemukan siswa dan siswi SDN 01 banyak yang mengalami sakit gigi karena gigi berlubang, dan diare akibat kuku panjang dan kotor.

Pihak sekolah juga menyampaikan terkait dengan sikap dan perilaku siswa masih belum sesuai yang di harapkan karena anak-anak tidak tahu dan belum memahami terkait konsep *personal hygiene* yang baik dan benar.

Faktor ketidaktahuan ini dapat juga karena kurangnya pengetahuan tentang manfaat fasilitas yang ada, seperti telah tersedianya keran untuk mencuci tangan akan tetapi tidak digunakan dengan baik oleh anak-anak.

Melalui kegiatan pemberian pendidikan kesehatan ini, harapannya siswa dan siswi akan diperkenalkan, dilatih dan ditindaklanjuti untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap *personal hygiene* yang baik dan benar.

Berdasarkan fenomena yang ada dapat disimpulkan bahwa pada siswa dan siswi SDN 01 Sumpur kudus tentang masalah yang berhubungan dengan *personal hygiene* sudah diterapkan akan tetapi masih ada siswa yang kurang memperhatikan kesehatan dan kebersihan diri sendiri.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana Pengembangan media pembelajaran pendidikan kesehatan berbasis video materi *personal hygiene* pada siswa SDN 01 Sumpur Kudus yaitu pada kelas IV.

Peneliti memilih kelas tersebut karena siswa pada kelas IV sudah bisa menjaga kebersihan dirinya sendiri tetapi belum bisa melakukannya dengan optimal maka diperlukan model pembelajaran yang menarik.

Gerlach & Ely dalam Arsyad (2017: 3) mengatakan bahwa media apabila dipahami secara garis besar adalah manusia materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat pelajar (siswa)mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap.

National Education Association (NEA) mendefenisikan media sebagai segala benda yang dapat dimanipulasi, dilihat, didengar, dibaca atau dibicarakan beserta instrumen yang dipergunakan untuk kegiatan tersebut.

Maka dapat disimpulkan media pembelajaran adalah segala bentuk alat-alat dalam proses pembelajaran dari buku teks, lingkungan sekolah adalah media pembelajaran yang sederhana. Dalam buku Ihsana, Menurut Briggs (2017: 143)

“Media pembelajaran adalah sarana fisik untuk menyampaikan isi/materi pembelajaran seperti: buku, filim, video kaset, foto, grafik televisi dan coomputer. Sedangkan menurut Latuheru (2017: 144)

“Media pembelajaran adalah bahan, alat, atau teknik yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar dengan maksud agar proses interaksi komunikasi edukasi antara pendidik dan peserta didik dapat berlangsung secara tepat guna dan berdayaguna.

Menurut Asyhar (2020) Media 9 10 pembelajaran merupakan segala sesuatu yang dapat menyampaikan atau menyalurkan pesan dari suatu sumber belajar secara terencana, sehingga terjadi lingkungan belajar yang mendukung dimana penerimanya dapat melakukan proses belajar secara efisien dan efektif.

Dalam lima belas tahun terakhir PJOK telah mengalami evolusi dalam menghubungkan konsekuensi gerakan tubuh seperti aktivitas fisik dengan 15 kesehatan dan kebugaran atau mengajarkan anak-anak ilmu pengetahuan hidup sehat untuk kelangsungan hidup mereka (Kohl & Cook, 2013: 2).

Sallis & McKenzie (1991: 4) dalam Kohl & Cook (2013: 2) mengatakan bahwa PJOK menggunakan pendekatan secara komprehensif yang artinya aktivitas fisik yang mencakup keterampilan sosial, kognitif, dan fisik, dan mencapai tujuan lain melalui gerakan.

Menurut Kohl & Cook (2013: 4) tujuan utama PJOK adalah (1) mempersiapkan aktivitas fisik seumur hidup, (2) melibatkan mereka dalam aktivitas fisik selama pendidikan jasmani. Tujuan ini lebih mengarah kepada mempertahankan karakter remaja agar selalu aktif selama menjalankan aktivitas sehari-hari seumur hidup.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian pengembangan (*Research and Development*) adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono: 2012).

Model pengembangan yang dilakukan adalah Borg and Gall. Borg and Gall merupakan model penelitian yang banyak

digunakan untuk pengembangan pendidikan (Sanjaya: 2014).

Penelitian ini dilakukan untuk menemukan sebuah produk yang dianggap cocok dengan kebutuhan masyarakat. Desain model penelitian pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi personal hygiene berbasis video yang akan dilakukan menggunakan model Borg and Gall.

Langkah penelitian dan pengembangan menurut Borg and Gall (Sugiyono, 2016:298) terdapat 10 langkah, yaitu: (1) Potensi dan masalah, (2) pengumpulan data, (3) Desain produk, (4) Validasi desain, (5) Revisi desain, (6) Uji coba produk, (7) Revisi produk, (8) Uji coba pemakaian, (9) Revisi produk dan (10) Produksi massal.

Penelitian ini menggunakan metode angket dan wawancara. Populasi dalam penelitian ini adalah 3 parah ahli yaitu ahli materi, bahasa, dan media dari UNP, dosen FIS yang berjumlah 1 orang, dosen FBS yang berjumlah 1 orang, dosen FIK yang berjumlah 1 orang.

Menurut Sugiyono (2022:130), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini, peneliti menentukan bahwa populasi yang menjadi target adalah seluruh validator dan para ahli.

Tabel 1. Rincian populasi

No	NAMA	Bidang keahlian
1.	dr. Arif Fadli Muchlis, S.Ked, M.Biomed	Ahli materi
2.	Dr. Nofrion, M.Pd	Ahli Media
3.	Dr. Yenni Hayati. SS. M.Hum	Ahli Bahasa

Sumber: Data hasil peneliti parah ahli

Tempat penelitian ini akan dilakukan di 1 Sekolah Dasar Negeri 1 Sumpur Kudus, Fakultas Ilmu Sosial, Fakultas Bahasa Dan Seni, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025.

Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sensus. Sensus adalah teknik pengambilan data apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Artinya seluruh populasi dijadikan responden dalam penelitian dalam Sugiyono, (2015)

Pengembangan media pembelajaran berbasis video ini menggunakan model Borg and Gall. penelitian ini dilakukan dengan 5 langkah yaitu validasi desain karena pada taraf S1 langkah tersebut sudah layak digunakan dan juga pertimbangan dari segi lamanya waktu penelitian media pembelajaran PJOK materi *personal hygiene*.

Jenis data pada penelitian ini adalah kualitatif dan kuantitatif. Data kuantitatif yaitu, data yang diambil dari hasil validasi media pembelajaran PJOK berbasis media video yang dilakukan oleh tiga validator.

Data penelitian ini diperoleh dari hasil validasi angket dari ketiga parah ahli, Hasil tes diolah dengan cara, Jumlah total skor responden dibagi dengan nilai bobot

tertinggi, kemudian digunakan rentangan 0-100 untuk menghitung skor.

Anak usia sekolah dasar merupakan golongan anak yang berusia 7-15 tahun, sedangkan di Indonesia lazimnya anak usia sekolah dasar dimulai dari 6-12 tahun (WHO, 2005).

Anak 6-12 tahun yang sehat mempunyai ciri ciri yakni banyaknya bermain di luar rumah, melakukan aktivitas fisik yang tinggi, serta beresiko terpapar sumber penyakit dan perilaku hidup yang tidak sehat (Supraisa,2016).

Pengalaman inti anak dimulai pada usia 6-12 tahun. Periode ketika anak dianggap mulainya bertanggung jawab atas perlakuannya/perilaku yang berhubungan dengan orang tua, teman, dan orang lain.

Usia sekolah dasar merupakan masa anak yang memperoleh hal dasar pengetahuan untuk mencapai keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa sehingga memperoleh keterampilan tertentu (Wong, 2009).

Usia kurang dari delapan belas tahun dan sedang berada dalam masa tumbuh kembang dengan kebutuhan khusus, baik kebutuhan fisik, psikologis, sosial dan spiritual dapat diartikan sebagai anak. Anak usia sekolah 6-12 tahun dimana mulai memiliki lingkungan selai keluarga (Supraptini, 2004).

Anak usia tengah merupakan periode usia 6-12 tahun yang dimana periode tersebut dibagi menjadi tiga tahapan umur yaitu tahap awal 6-7 tahun, tahap pertengahan 7-9 tahun dan pra remaja 10-12 tahun 24 (Potter & Perry, 2005).

Masa usia sekolah dasar terbagi menjadi kelas rendah (kelas 1,2, dan 3) dan kelas tinggi (kelas 4,5, dan 6) masa ini di tandai anak mulai memasuki bangku sekolah

dasar, dan dimulai sejarah baru yaitu pengenalan (Sudaawarman, 2013).

HASIL

Berdasarkan angket penilaian validitas yang diberikan kepada validator terhadap media pembelajaran PJOK materi *personal hygiene* berbasis video terdapat 3 indikator penilaian, yaitu validasi materi, validasi media dan validasi bahasa.

Untuk mendapatkan nilai akhir dari validasi media pembelajaran PJOK materi *personal hygiene* berbasis video ditentukan nilai rata-rata dari ketiga aspek validasi media pembelajaran PJOK materi *personal hygiene* berbasis video, Deskripsi data dan hasil penelitian dijabarkan lebih lanjut dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Nilai Rata-Rata Variabel Validasi Media Pembelajaran PJOK materi *personal hygiene* berbasis video

No	Indikator	Nilai Rata-Rata Indikator	Kategori
1.	Validasi Materi	98	Sangat Valid
2.	Validasi Media	88	Sangat Valid
3.	Validasi Bahasa	97	Sangat Valid
Rata-rata Persentase (%)		94%	Sangat Valid

Sumber: Data hasil penelitian

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa hasil pengujian validasi ahli materi 98% dengan kategori " Sangat Valid", ahli media 88% dengan kategori "Sangat Valid", ahli bahasa 97% dengan kategori " Sangat Valid". Nilai rata-rata dari

ketiga validator adalah sebesar 94% dengan kategori "Sangat Valid", media video ini dinyatakan layak digunakan dalam pembelajaran PJOK di SD.



Gambar 1 : Dokumentasi dengan ahli Media
Sumber : Dokumentasi dari peneliti

Dari gambar 1 di atas peneliti sedang melakukan uji validasi media dengan bapak Dr. Nofrion, M.Pd , dan mendapatkan hasil validasi 88 dengan kategori sangat valid.



Gambar 2 : Dokumentasi dengan ahli bahasa
Sumber : Dokumentasi dari peneliti

Dari gambar 2 di atas peneliti sedang melakukan uji validasi bahasa dengan ibuk Dr. Yenni Hayati, SS, M.Hum, dan

mendapatkan hasil validasi 97 dengan kategori sangat valid.



Gambar 3: Tampak awal produk

Sumber : Produk dari peneliti

Dari gambar 3 di atas merupakan gambar hasil awal produk yang di buat oleh peneliti sebelum dilakukan uji validasi dan diberi saran dari para ahli validasi



Gambar 4 : Tambak produk setelah di revisi

Sumber : Produk dari peneliti

Gambar 4 di atas merupakan gambar hasil produk setelah dilakukan uji validasi dan sudah di revisi sesuai dengan saran dari para ahli validasi.

PEMBAHASAN

Penelitian pengembangan ini merupakan penelitian yang menghasilkan media pembelajaran PJOK materi *personal hygiene* berbasis video. Peneliti menggunakan prosedur penelitian dan pengembangan

Research and Development (R&D).

Pada pengembangan ini, untuk menghasilkan produk media pembelajaran yang dikembangkan maka peneliti menggunakan prosedur penelitian dan pengembangan *Borg and Gall* yang telah dimodifikasi oleh Sugiyono.

Hanya dibatasi sampai lima tahapan yaitu, potensi dan masalah, mengumpulkan informasi, desain produk, validasi desain, dan tahap terakhir revisi produk sehingga menghasilkan produk akhir yang valid. Alasan peneliti membatasi hanya sampai lima tahap penelitian dan pengembangan karena keterbatasan peneliti.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan yaitu, penelitian dan pengembangan menghasilkan produk media pembelajaran berupa video pembelajaran dengan judul yaitu "Pertualangan super sehat". Video ini memuat isi berupa penjelasan mata pelajaran PJOK pada materi personal hygiene kelas IV.

Hasil perhitungan produk melalui validasi ahli materi menghasilkan kevalidan memberikan hasil kevalidan dengan persentase sebesar 88%. Sedangkan ahli bahasa memberikan hasil kevalidan dengan persentase sebesar 97%.

Nilai rata-rata dari ketiga validator adalah sebesar 94% dengan kategori "Sangat Valid". Hal ini menunjukkan bahwa produk media pembelajaran layak untuk digunakan untuk media pembelajaran PJOK khusus materi *personal hygiene*.

DAFTAR PUSTAKA

A.Asnaldi. (2019). *Studi Kemampuan Motorik Siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tangah*.

- Asnaldi, A., Zulman, & M, M. (2018). *Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman*. Menssana, III(2), 16-27.
- Arsyad. (2017). *Media Pembelajaran* (Edisi ke-20). Rajawali Pers.
- Asyhar, R. (2011). *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Gaung Persada Press.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (BPPK). (2018). *Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Harismanto. (2019). *Penggunaan Media Video dalam Pembelajaran Berbasis Audio-Visual*. Surya Edukasi Press.
- Hidayah, N., & Nasution, D. (2019). Pengaruh motivasi belajar terhadap prestasi siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(2), 45–52.
- Kohl, H. W., & Cook, H. D. (2013). *Educating the student body: Taking physical activity and physical education to school*. The National Academies Press.
- Kusuma, H. (2019). Pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan diri pada anak usia sekolah. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 4(1), 10–18.
- Latuheru, J. D. (1988). *Media Pembelajaran dalam Proses Belajar Mengajar*. Depdikbud.
- Mukaromah, F., & Menge, A. (2020). Pemanfaatan media video sebagai sarana pendidikan kesehatan pada siswa SD. *Jurnal Media Edukasi*, 6(1), 22–31.
- Oliveira, S. (2015). Intestinal parasitic infections in school-age children: A global public health issue. *Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 22(1), 34–41.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Fundamentals of nursing* (6th ed.). Mosby
- Roin, A. (2017). *Media Pembelajaran Interaktif Untuk Siswa Sekolah Dasar*. Andi Offset.
- Sallis, J. F., & McKenzie, T. L. (1991). Physical education's role in public health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(2), 124–137.
- Syafri, Bahtiar, Asnaldi, Syaputra, (2023). *Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Dan Objek Control Siswa Sekolah Dasar Negeri 20 Kumango Kecamatan Sungai Tarap Kabupaten Tanah Datar*.
- Suparlan, E. (2004). *Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar*. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Depdiknas.
- Suparmin. (2018). *Karakteristik Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar*. Universitas Negeri Surabaya Press.
- Surahni, S. (2017). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Sekolah Dasar*. Grafindo Media Pratama.
- Soemirat, J. (2014). *Kesehatan Lingkungan*.

EGC.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*.

Alfabeta. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78*.

United Nations Children's Fund (UNICEF). (2014). *The state of the world's children 2014 in numbers: Every child counts*. UNICEF.

Vermica, L., & Ronasari, D. (2017). Pembentukan kebiasaan hidup bersih pada anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 67–73.

Wahyuni, E. (2012). Faktor-faktor yang memengaruhi Personal Hygiene Anak usia Sekolah Dasar di SD Inpres Mannuruki 2 Makassar (*Skripsi tidak diterbitkan*). Universitas Hasanuddin.

World Health Organization. (2015). *Water, sanitation and hygiene standards for schools in low-cost settings*

Wong, D. L. (2001). *Whaley & Wong's nursing care of infants and children (6th ed.)*. Mosby.

World Health Organization. (2009). *Guidelines for health-related physical activity in children aged 5–17 years*. WHO Press.