

ABSTRAK

FEBI FIRMANSYAH : Model Peralatan Latihan Beban di Air. Tesis. Yogyakarta: Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta, 2011.

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menciptakan sebuah model peralatan latihan beban yang mampu digunakan di air dan menciptakan model dasar dari bentuk latihan serta tujuan latihan beban di air menggunakan peralatan latihan beban di air.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (*research and development*). Penelitian ini dilakukan dengan menciptakan desain peralatan latihan beban yang digunakan di air. Penilaian/analisis dari produk yang dihasilkan dilakukan dengan cara *judgement validity*/validitas yang dilakukan oleh ahli dalam bidang olahraga, yaitu Prof. Dr. Sukadiyanto, Dr. dr. Wara Kushartanti, dan Dr. Fx. Sugiyanto. Adapun bentuk penilaiannya menggunakan model analisis PIECES (*Performance, Information, Economic, Control, Efficiency*).

Hasil penelitian dan pengembangan model peralatan latihan beban di air, tercipta produk berupa buku panduan, *video* panduan latihan beban di air dan peralatan latihan beban di air seperti: (1) jaket pelampung, (2) papan beban tangan, (3) sepatu beban, (4) kursi pintar. Peralatan tersebut dapat digunakan untuk melakukan latihan kebugaran di air.

Hasil penilaian peralatan latihan beban di air yang dilakukan ahli dalam bidang olahraga, yaitu: (1) *performance* dengan skor 97%, *information* dengan skor 100%, *Economic* dengan skor 100%, *Control* dengan skor 100%, *Efficiency* dengan skor 100%. Berdasarkan hasil penilaian tersebut, peralatan latihan beban di air dinyatakan layak menjadi peralatan latihan beban di air.