

ABSTRAK

PATAR LAMHOT P. SINAMBELA. Pengembangan Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* Dalam Latihan Karate. (Dosen Pembimbing: PANGONDIAN PURBA) Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNIMED 2017

Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan hasil Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* Dalam Latihan Karate. Metode penelitian dan pengembangan *research and development* (R&D) ini disertai dengan pendekatan melalui wawancara. Subyek dalam penelitian pengembangan ini adalah atlet Dojo SMA N.11 Medan yang telah menguasai teknik dasar pukulan *gyaku tsuki chudan*. instrumen yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah a. Telaah para pakar/ ahli. b. Uji coba kelompok kecil. c. Uji coba lapangan.

Berdasarkan hasil pengembangan dapat disimpulkan bahwa: Diperlukan Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* yang dikembangkan agar dapat meningkatkan kemampuan Variasi Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* atlet. Dengan Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* yang dikembangkan atlet yang berlatih lebih efektif dan lebih efisien. Dengan Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* yang dikembangkan atlet lebih termotivasi. Dengan pengembangan Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* ini atlet lebih termotivasi untuk mendapatkan variasi-variasi baru khususnya dalam *gyaku tsuki chudan*. dengan adanya pengembangan Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* ini diharapkan dapat mengembangkan variasi-variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* dalam berlatih atau bertanding. Dengan hasil penelitian ini diharapkan atlet harus lebih kreatif dan inovatif dalam pukulan *gyaku tsuki chudan*.

Kata Kunci : Analisis Kebutuhan, Variasi Latihan Pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* Dalam Latihan Karate