

## ABSTRAK

**T.JULRIO PERDINAN PURBA. Pengembangan Variasi Latihan pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* Pada Atlet *Kumite* Karate Tahun 2016 (Pembimbing Skripsi:RAHMAN SITUMEANG)**

**Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2017.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan variasi latihan pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* pada atlet *kumite* karate tahun 2017. Penelitian ini dilakukan di Dojo Brimob Medan, Dojo Parulian 2 Medan dan Dojo Bina Pemuda Medan. Variasi yang dibuat terlebih dahulu divalidasi 3 orang ahli dibidang olahraga, yaitu 1 orang pelatih karate, 1 orang wasit karate dan 1 orang merupakan akademisi olahraga yang berasal dari universitas yang mempunyai latar belakang pendidikan olahraga. Uji kelompok kecil melibatkan 24 orang atlet *kumite* karate tahun 2017 dan uji kelompok besar melibatkan 50 orang atlet *kumite* karate tahun 2017.

Hasil validasi pengembangan variasi latihan pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* berjumlah 10 model. Hasil dari validasi ahli bahwa keseluruhan bentuk latihan dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan pukulan *Gyaku Tsuki Chudan*, dimana persentase validitasnya adalah 81%-90%. Hasil uji kelompok kecil terhadap 20 orang atlet karate menunjukkan bahwa 7 bentuk latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak atau valid. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 90%-100% atlet mengakui bahwa bentuk latihan tersebut sudah memenuhi kriteria dan dapat dipakai saat latihan.

Hasil uji kelompok besar terhadap 50 orang atlet Dojo Parulian Medan, Dojo Bina Pemuda, dan Dojo Brimob Medan menunjukkan bahwa 10 variasi tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 90%-100% mereka mengakui bahwa variasi tersebut sudah memenuhi kriteria untuk meningkatkan kemampuan *Gyaku Tsuki Chudan*. Dapat disimpulkan ke sepuluh variasi pukulan *Gyaku Tsuki Chudan* tersebut baik untuk di gunakan saat latihan.

Kata Kunci : *Variasi, Latihan, pukulan, Gyaku Tsuki ,Chudan , Kumite, Karate.*