

ABSTRAK

ANDRI SIMANJUNTAK, NIM : 6133121010 Pengembangan Variasi Latihan Pukulan Lurus Ke Depan (*Chung Chuan*) Pada Atlet Putra Perguruan *Kung-fu* Naga Sakti Tahun 2017 (Pembimbing Skripsi : PANGONDIAN. H PURBA), Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2018

Penelitian ini adalah bertujuan untuk mengembangkan bentuk variasi latihan Pukulan Lurus Ke Depan (*Chung Chuan*) Pada Atlet Putra Perguruan *Kung-fu* Naga Sakti tahun 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Perguruan *Kung-fu* Naga Sakti Kolat Eka Prasetya dan Kolat Balai Desa Helvetia tahun 2017. Bentuk yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 3 ahli, 1 pelatih *kung-fu*, 1 ahli dibidang olahraga dan 1 ahli dibidang bahasa. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*)

Hasil uji kelompok kecil melibatkan 10 orang atlet Putra perguruan *Kung-fu* Naga Sakti, menunjukkan bahwa 7 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 80%-100%.

Hasil uji kelompok besar terhadap 30 orang Atlet Putra Perguruan *Kung-fu* Naga Sakti kolat Eka Prasetya dan kolat Balai Desa Helvetia menunjukkan bahwa 7 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 90-100%. Dapat disimpulkan 7 model variasi latihan tersebut baik untuk meningkatkan kemampuan dan ketepatan pukulan lurus ke depan (*Chung Chuan*) dan latihan menarik, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan buat para pelatih *kung-fu* di kolat-kolat di seluruh Indonesia.

Kata Kunci : Pengembangan, Latihan Pukulan Lurus Ke Depan, Uji Kelompok Kecil, Uji Kelompok Besar.

Character Building
UNIVERSITY