

## ABSTRAK

MASTER PURBA, NIM : 6133321002 Pengembangan Variasi Latihan *Ippon Kumite* Pada Atlet Karate Tahun 2017 (Dosen Pembimbing: PANGONDIAN PURBA )  
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2018

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan variasi latihan *Ippon Kumite* pada atlet karate tahun 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Karate yang berasal dari tiga *Dojo* yang ada di Sumatera Utara, yaitu *Dojo* Parulian 2 Medan, dan *Dojo* Methodist 8 Medan. Variasi yang dibuat terlebih dahulu divalidasi 3 orang ahli, 1 orang merupakan pelatih karate, 1 orang merupakan akademisi olahraga yang berasal dari Universitas Negeri Medan yang mempunyai latar belakang pendidikan olahraga, dan 1 orang merupakan ahli Wasit yang menentukan dalam permainan. Uji coba kelompok kecil melibatkan 10 atlet dan uji coba kelompok besar melibatkan 30 atlet. Variasi latihan *Ippon Kumite* berjumlah 10 variasi latihan.

Hasil uji kelompok kecil terhadap 10 orang atlet menunjukkan bahwa 10 variasi tersebut sudah memenuhi kriteria layak atau valid. Persentasi validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 80% - 100%.

Hasil uji kelompok besar terhadap 30 orang atlet menunjukkan bahwa 10 variasi latihan *Ippon Kumite* tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 86% - 100% mereka mengakui bahwa variasi tersebut sudah memenuhi kriteria untuk meningkatkan kemampuan *Kumite* atlet. Dapat disimpulkan kesepuluh variasi tersebut baik untuk digunakan untuk meningkatkan kemampuan *kumite* atlet dan pada setiap variasi sangat penting untuk dilakukan dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan.

*Kata Kunci* : Research and Development, Variasi Latihan *Ippon Kumite*,  
THE  
Validasi, Uji Produk.

Character Building  
UNIVERSITY