

ABSTRAK

Yulia Yolanda Syahputri, Nim : 6151111053 “Pengembangan Alat Latihan Kecepatan Reaksi Tendangan Pencak Silat” (Pembimbing Skripsi : Dr. Muhammad Irfan, S.Pd., M.Or)
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2020

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan alat latihan kecepatan reaksi tendangan pencak silat. Populasi dalam penelitian ini adalah 7 orang atlet dari perguruan Garuda Sakti dan 15 atlet dari perguruan SPDKK. Pengembangan alat latihan yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 2 orang ahli, 1 ahli materi dan 1 ahli media/alat, dimana persentasi validitasnya adalah 91,17%-92,5%. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*).

Hasil uji coba skala kecil melibatkan 7 orang atlet dari perguruan Garuda Sakti menunjukkan bahwa alat latihan kecepatan reaksi tendangan memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji coba skala besar karena persentase skor dari setiap aspek antara 87,5%-92,42%.

Hasil uji coba skala besar terhadap 15 atlet dari perguruan SPDKK bahwa alat latihan kecepatan reaksi tendangan sudah memenuhi kriteria untuk melanjutkan dalam pembuatan produk massal karena persentase dari setiap aspek antara 91,67%-95%.

Dapat disimpulkan bahwa alat latihan ini sangat dibutuhkan untuk menjadikan latihan kecepatan reaksi tendangan yang lebih efektif dan efisien, karena hal tersebut sangat penting dalam menunjang prestasi atlet, selain itu agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan kepada para pelatih pencak silat di seluruh Indonesia.

Kata Kunci : *Pengembangan, Alat Latihan, Kecepatan Reaksi Tendangan Pencak Silat*

