

ABSTRAK

Ridho Julio Agung. 2018. Pelaksanaan Gerak Dalam *Kata Gankaku* Pada Karateka INKAI Sumatera Barat. Skripsi. Universitas Negeri Padang.

Berdasarkan hasil observasi peneliti pada kejuaraan-kejuaraan yang diikuti oleh karateka INKAI Sumatera Barat, umumnya karateka INKAI Sumatera Barat kesulitan untuk memainkan *Kata Gankaku* sehingga karateka INKAI Sumatera Barat selalu kalah ketika memainkan *Kata Gankaku*. Hal tersebut terjadi diduga berkaitan dengan kurangnya kemampuan karateka INKAI Sumatera Barat dalam memainkan *Kata Gankaku*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap Pelaksanaan Gerak Dalam *Kata Gankaku* Pada Karateka INKAI Sumatera Barat.

Metode penelitian ini adalah deskriptif . Populasi penelitian ini berjumlah 15 orang, sedangkan sampel yang ditetapkan secara *total sampling*, yaitu sebanyak 15 karateka INKAI Sumatera Barat. Tes yang digunakan adalah tes pelaksanaan gerak *Kata Gankaku* yaitu sikap siap *kata (musubi dachi)*, kuda-kuda berat depan (*zenkutsu dachi*), kuda-kuda berat belakang (*kokutsu dachi*), kuda-kuda berat tengah (*kiba dachi*), kuda-kuda *kosa dachi*, kuda-kuda *tsuru ashi dachi*, tangkisan *juji uke*, tangkisan *manji uke*, tangkisan *tate uke*, pukulan *oi tsuki chudan*, pukulan *kage tsuki*, tendangan *yoko geri keage*, tendangan *mae tobi geri*, keseimbangan dan koordinasi gerak, dan ketepatan waktu sedangkan teknik analisis datanya adalah persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori sangat baik berjumlah 3 orang dengan persentase 20%, kategori baik berjumlah 10 orang dengan persentase 66,67%, kategori cukup berjumlah 2 orang dengan persentase 13,33%, kategori kurang berjumlah 0 orang dengan persentase 0%, dan kategori sangat kurang berjumlah 0 orang dengan persentase 0%.

Kata kunci : Pelaksanaan gerak dalam *Kata Gankaku*