

ABSTRAK

HENDRIKO (2011) :Pengaruh Latihan Metode Bagian (Elementer) dan Metode Menyeluruh (Global) Terhadap Teknik Dasar Karate

Berdasarkan pengamatan penulis terhadap fenomena yang terjadi di lapangan. Bahwa hasil metode latihan selama ini yang dilakukan dilapangan cenderung monoton. Masalah ini diduga disebabkan karena beberapa faktor yang salah satunya adalah sebuah metode latihan yang menunjang kemampuan siswa pada proses pelaksanaan gerak dan teknik pada karate. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan menggunakan metode bagian (elementer) dan metode menyeluruh (global)

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu, populasi dalam penelitian ini adalah siswa Dojo Khatib Sulaiman Kota Padang Panjang dan Dojo Cindua Mato Kabupaten Tanah Datar. Yang berjumlah 60 orang. Sedangkan sampel di ambil secara "*Sample Rendom Sampling*" sehingga diperoleh sampel sebanyak 30 orang , 15 orang altet pemula dari setiap dojo – dojo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September sampai dengan November tahun 2015. Sedangkan tempat penelitian dilaksanakan di dojo Khatib Sulaiman dan Dojo Cindua Mato. Alat ukur digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan gerak teknik dasar karate.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok metode latihan bagian (elementer) dan metode menyeluruh (global) terhadap teknik dasar karate. Ini ditandai dengan hasil penelitian yang diperoleh yaitu $t_{hitung} = 2,06 > t_{tabel} 1,75$ dilihat dari rata-rata peningkatan kemampuan teknik dasar karate dengan latihan bagian (elementer) adalah 74,33 dan lebih baik dibandingkan dengan kelompok latihan menyeluruh adalah 72,08.

Kata kunci :metode latihan bagian, metode latihan menyeluruh dan teknik dasar karate