

## ABSTRAK

**Cahyo Zen. 2019. Pelaksanaan Gerak *Kata Heian Godan* Pada Karateka Sabuk Coklat INKAI Sumatera Barat. Skripsi. Universitas Negeri Padang.**

Berdasarkan hasil observasi peneliti pada latihan di *Dojo* INKAI Sumatera Barat, khususnya karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat kesulitan untuk memainkan *Kata Heian Godan* sehingga karateka INKAI Sumatera Barat semakin menurunnya hasil yang dimainkan *Kata Heian Godan*. Hal tersebut terjadi diduga berkaitan dengan kurangnya kemampuan karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat dalam memainkan *Kata Heian Godan*. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap Pelaksanaan Gerak *Kata Heian Godan* 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 sabuk coklat INKAI Sumatera Barat. Tes yang digunakan adalah tes pelaksanaan gerak *Kata Heian Godan* yaitu kuda-kuda (*dachi*), tangkisan (*uke*), pukulan (*tsuki*), dan tendangan (*geri*) sedangkan teknik analisis datanya adalah presentase.

Hasil penelitian dari analisis yaitu, 1) keterampilan kuda-kuda (*dachi*) karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat pada kategori *baik*, 2) keterampilan tangkisan (*uke*) pada karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat pada kategori *baik*, 3) keterampilan pukulan (*tsuki*) pada karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat pada kategori *baik*, 4) keterampilan tendangan (*geri*) dalam gerakan *Kata Heian Godan* karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat pada kategori *baik*, 5) keterampilan gerakan *kata heian godan* karateka sabuk coklat INKAI Sumatera Barat pada kategori *sangat baik*.

**Kata Kunci : Gerakan *Kata Heian Godan***