

## RINGKASAN

**DWI ARYANTI, “Model Latihan Teknik Dasar Menggunakan Irama Untuk Meningkatkan Motivasi *Kenshi* Kempo Universitas Negeri Jakarta”. Skripsi. Jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, 2019.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan teknik dasar kempo menggunakan irama. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian da pengembangan (*research and development*).

Subyek penelitian ini adalah 4 (empat) orang anggota PPLM Kempo DKI Jakarta sebagai subjek uji coba kelompok kecil dan 17 (tujuh belas) anggota klub kempo Universitas Negeri Jakarta sebagai subjek uji coba kelompok besar dan (praktek lapangan). Pada penelitian ini peneliti bekerja sama dengan 3 (tiga) ahli dalam bidangnya. Uji validasi yang digunakan pada penitian ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli, dimana model latihan yang telah dibuat dan dikembangkan diujicobakan kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli dalam bidang olahraga kempo dan senam irama.

Model awal pada penelitian ini adalah 23 model, lalu melalui uji validasi yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli, penelitian ini menghasilkan produk berupa model latihan teknik dasar menggunakan irama sebanyak 21 (dua puluh satu) item model. Model latihan teknik dasar menggunakan irama ini dapat dikembangkan menjadi lebih variatif dan inovatif.

Adapun tujuan pengembangan model ini adalah untuk meningkatkan motivasi *kenshi* kempo dalam berlatih terutama teknik dasar. Model ini dapat dijadikan referensi oleh para pelatih dalam memberi latihan untuk teknik dasar kempo.

