

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis dan pembahasan hasil penelitian pada siswa kelas X/1T3 di SMK Negeri 10 Bandung, maka dapat disimpulkan bahwa melalui olah tubuh dapat meningkatkan keterampilan menari siswa. Keterampilan tersebut dilihat dari kemampuan siswa melakukan gerak kelenturan, kekuatan dan keseimbangan. Walaupun tidak menghasilkan tingkat keterampilan gerak yang maksimal, namun siswa mampu menunjukkan kemampuan gerak kelenturan, kekuatan dan keseimbangan. Siswa juga mampu memahami gerak yang peneliti berikan dan siswa cepat tanggap dalam proses pembelajaran.

#### **B. Saran**

Berdasarkan data yang diperoleh dalam kegiatan penelitian ini, bisa dijadikan sebagai langkah untuk pembelajaran olah tubuh guna meningkatkan keterampilan dalam bidang seni tari.

##### **1. Sekolah**

Dari hasil penelitian ini diharapkan sekolah mampu mengembangkan cara pembelajaran dalam keterampilan menari yang sesuai dengan kondisi dalam lingkungan pendidikan.

## 2. Guru

Melalui penelitian ini, diharapkan mampu memberi gambaran tentang strategi pembelajaran seni tari melalui pembelajaran olah tubuh dalam keterampilan menari siswa.

## 3. Siswa

Dari hasil yang diperoleh selama pembelajaran olah tubuh, diharapkan siswa mampu mencerna proses pembelajaran olah tubuh dengan baik, serta mampu mengaplikasikannya guna meningkatkan keterampilan menari. Dengan begitu potensi yang dimiliki siswa terasah, sehingga kemampuan dalam menari terus meningkat dengan baik.

## 4. Peneliti

Mendapatkan wawasan dan pengalaman yang berharga dalam proses pembelajaran olah tubuh, dan pengalaman tersebut dijadikan sebagai acuan untuk melakukan pembelajaran lainnya dengan lebih baik, sehingga proses belajar mengajar lebih menyenangkan dan berkesan.

## 5. UPI

Sebagai masukan untuk lembaga pendidikan dalam pembelajaran seni tari, serta menambah koleksi perpustakaan bagi lembaga pendidikan dan dapat juga dijadikan dasar penelitian serupa, untuk melaksanakan penelitian dimasa yang akan datang.