

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Bedasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri Satu Atap 4 Barusjahe Kabupaten Karo yang berada di Desa Penampen Kecamatan Barusjahe Kabupaten Karo. Didirikan pada tahun 2007 dan beroperasi pada tahun 2007. Status bangunan tersebut milik pemerintah Indonesia. Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri Satu Atap 4 Barusjahe Kabupaten Karo memiliki luas bangunan 1.108 M² dan terdiri dari 3 kelas. Jumlah siswa-siswa keseluruhan 106 orang
2. Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri Satu Atap 4 Barusjahe Kabupaten Karo setiap hari mengadakan senam di dalam sekolah tersebut dimana senam itu dinamakan senam tanah karo sehat. Adapun dilaksanakan senam tanah karo sehat tersebut merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mendapat penekanan di dalam program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh.
3. Penyajian Musik Dalam Mengiringi Senam Tanah Karo Sehat SMP Negeri Satu Atap 4 Barusjahe Kabupaten Karo ada beberapa tahap yang harus diperhatikan, tempat dan waktu pelaksanaan senam, alat yang dibutuhkan pelaksanaan senam beserta orang yang melakukan senam tersebut.

4. Irama lagu, tempo, dinamik pada Senam Tanah Karo Sehat tidak sama pada setiap tahap pemanasan, inti dan pendinginan.
5. Jenis lagu yang dimainkan pada waktu pelaksanaan senam adalah *piso surit*, *erkata bedil*, *family teksi*, *mbiring manggis* dan *lasam-lasam*.
6. Peranan musik pengiring pada senam tanah karo sehat adalah sebagai pengungkapan nasionalisme, sebagai reaksi jasmani, sebagai pengintegrasian masyarakat dan sebagai hiburan.
7. Pemilihan lagu-lagu pengiring Senam Tanah Karo Sehat, membuat orang jeli menganalisis lagu-lagu rakyat Karo sembari senam.

B. Saran

1. Bagi siswa yang melakukan senam kiranya melakukannya dengan gerakan sebenarnya.
2. Bagi para guru supaya lebih mengawasi siswa-siswi yang melakukan senam, supaya senam berjalan lancar.
3. Siswa SMP Negeri Satu Atap 4 Barusjahe, diharap mencermati lagu-lagu rakyat Karo untuk menjaga keberadaan lagu-lagu rakyat Karo.
4. Bagi pemerintah daerah agar lebih meningkatkan pembinaan kepada siswa-siswi yang ada di SMP Negeri Satu Atap 4 Barusjahe.