

ABSTRAK

Dahlia, NIM 2133140006. Pengaruh Olah Tubuh Terhadap Kualitas Gerak Penari Di Sanggar Cahaya Permata. Skripsi. Fakultas Bahasa Dan Seni. Universitas Negeri Medan.

Penelitian ini membahas tentang pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori tentang olah tubuh dari Sumedi Santosa, serta teori tentang kualitas gerak dari Soedarsono, dan teori tentang gerak tari dari Y. Sumandiyo Hadi. Yang semuanya digunakan untuk menganalisis pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata.

Penelitian ini dilakukan selama dua bulan, yaitu dimulai dari bulan Juli sampai bulan September. Lokasi penelitian ini dilakukan di Sanggar Cahaya Permata Tanjung Morawa Kec. Deli Serdang Medan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anggota di Sanggar Cahaya Permata. Sampel dalam penelitian ini adalah 20 penari dan 1 orang pelatih. Analisis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dokumentasi dan studi pustaka.

Hasil penelitian berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa olah tubuh merupakan salah satu kegiatan yang penting untuk dilakukan. Proses latihan olah tubuh dilakukannya secara rutin dengan tahapan mulai dari latihan pemanasan, latihan inti, latihan penutup selanjutnya hasil dari kualitas gerak penari dilihat setelah proses olah tubuh dengan mengobservasikan kemampuan penari melakukan gerak tari sesuai tekniknya. Hasilnya menyimpulkan 84% bahwa adanya pengaruh positif dan sangat signifikan antara olah tubuh dan kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata.

Kata Kunci : Olah Tubuh, Kualitas Gerak.