

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneneliti lakukan tentang nilai olahraga dalam gerak dasar tarian adat Soka Papak dapat diambil beberapa kesimpulan antara lain:

1. Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa tarian Soka Papak merupakan bagian dari aktivitas senam yang tidak terlepas dari gerak dasar olahraga.
2. Pada gerak tarian Soka Papak mengandung nilai-nilai olahraga yakni kebersamaan, kekompakan, kerjasama, disiplin dan komitmen.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

1. Bagi para peneliti berikutnya, penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi olahraga terhadap kearifan lokal yang ada di Kabupaten Sikka seperti seni tari dan aktivitas fisik lainnya.
2. Kepada ketua sanggar Doka Tawa Tana dan para penari khususnya tarian Soka Papak dapat digunakan sebagai bentuk alternatif olahraga dan sekaligus bentuk nyata pelestarian budaya tradisional kabupaten Sikka.