

PENERAPAN *RAJIO TAISO* DI LPK KEBUN

ASTRID NURULTANIA

NIM : 43131.32016.0009

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Penerapan *Rajio Taisou* di LPK Kebun”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan *Rajio Taisou* yang ada di LPK Kebun, dan bagaimana pengaruh yang ditimbulkan setelah menerapkan *Rajio Taisou* bagi para pemegang saat pembelajaran dan kegiatan selama satu hari. Peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu berusaha untuk menjelaskan dan menggambarkan kejadian yang terjadi pada masa sekarang. Hasil dari penelitian ini diketahui bahwa *Rajio Taisou* diterapkan setiap pagi dan sore hari di LPK Kebun dengan durasi selama tiga sampai lima menit dengan ditambah beberapa *workout* ringan sebelumnya. Di sore hari akan diadakan olahraga bebas dan *workout* ringan tanpa melakukan *Taisou*. Hal ini berpengaruh cukup besar bagi fisik para siswa ketika mengikuti pembelajaran dan kegiatan lainnya selama satu hari. Peneliti berharap karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat dan dapat dijadikan informasi untuk penelitian selanjutnya.

Kata Kunci : *Rajio, Taisou, LPK*

LPK KEBUN にラジオ体操の適用

アストリド ヌルルタニア

43131320160009

要旨

LPK Kebun でのラジオ体操を実施することと一日の学習活動や他の活動ラジオ体操をした後の学生がどのように、影響を受けたか。研究者が現時点で起こる事を説明するのに言葉による記述と分析を中心にする調査研究を用いた。体操前にいくつかのトレーニングと、LPK Kebun で毎朝と毎晩、2, 3分の間に行ったラジオ体操のこの観察の結果が知られている。午後には、体操をしなくても、自由運動と軽い運動が行われる。これは1日学習やほかの活動に参加するときに学生の体力にかなりの影響を与える。研究者は、この科学論文が役立つであり、次の研究のための情報として使用できることを願っている。

キーワード : ラジオ、体操