

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data maka dapat diambil kesimpulan bahwa media dinding memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan ketepatan passing bawah pada siswa ekstrakurikuler bola voli SDN 3 Wotsogo.

5.2. SARAN

Adapun saran yang dapat peneliti berikan terkait dengan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pelatih bola voli Ekstrakurikuler SDN 3 Wotsogo dapat menerapkan latihan passing bawah menggunakan tembok sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan passing bawah para pemainnya. Disamping itu, pada dasarnya latihan passing bawah menggunakan tembok sasaran dengan memakai tali juga dapat dilakukan sebagai variasi lain agar pemain tidak merasa bosan dengan program latihan yang ada. Namun jika mengacu pada hasil penelitian maka latihan passing bawah menggunakan tembok sasaran dengan memakai lingkaran hendaknya lebih diprioritaskan.
2. Untuk peneliti yang akan datang dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan acuan khususnya bagi penelitian sejenis. Peneliti yang akan datang diharapkan dapat mengembangkan metode latihan lain untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar pemain dalam bola voli khususnya kemampuan passing.