

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data tes tingkat keterampilan teknik dasar bermain bolavoli pada siswa putra dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs AL Alawiyah Karangrandu Pecangaan Jepara dapat ditarik simpulan sebagai berikut

Rangkuman hasil umum tes tingkat keterampilan teknik dasar bermain bolavoli pada siswa putra dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs AL Alawiyah Karangrandu Pecangaan Jepara dalam kategori :

1. Kategori Baik Sekali sejumlah 0 siswa (0,000 %)
2. Kategori Baik sejumlah 1 siswa (4,54545 %)
3. Kategori Cukup sejumlah 4 siswa (18,1818 %)
4. Kategori Kurang sejumlah 9 siswa (40, 9090 %)
5. Kategori Kurang Sekali sejumlah 8 siswa (36, 3636 %)

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar bermain bolavoli diatas, dapat ditarik kesimpulan mengenai tingkat keterampilan teknik dasar bermain bolavoli pada siswa putra dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs AL Alawiyah Karangrandu Pecangaan Jepara secara umum dapat dikatakan KURANG.

5.2. Implikasi

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tingkat keterampilan teknik dasar bermain bolavoli pada siswa putra dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs AL Alawiyah Karangrandu Pecangaan Jepara.

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar bermain bolavoli siswa putra secara umum hasil yang diperoleh dalam kategori kurang, Maka berimplikasi pada penyusunan program latihan yang bersifat awal atau pada tahap pemula. Karena pada tahap pemula ini berisi beberapa aspek yang sesuai dengan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa yaitu mengembangkan kapasitas fisik dan melatih skill dasar (teknik-teknik dasar).

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai langkah awal sebagai acuan dasar untuk menyusun sebuah program latihan yang benar dan efektif. Sehingga dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar bermain bolavoli pada siswa putra dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs AL Alawiyah Karangrandu Pecangaan Jepara, agar dapat berprestasi dalam cabang olah raga permainan bolavoli.

5.3. Saran

Berdasarkan hasil penelitian study tingkat keterampilan teknik dasar bermain bolavoli pada siswa putra dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs AL

Alawiyah Karangrandu Pecangaan Jepara, maka dapat diajukan beberapa saran yang berguna. Adapun saran-saran tersebut sebagai berikut:

1. Bagi guru sebagai pelatih, dalam menyusun program latihan permainan bolavoli, Sebaiknya model program latihan yang yang dipakai pada tahap pertama atau tahap pemula.
2. Perlu diadakan penelitian dalam cabang olahraga yang sama dengan masalah lain, agar menambah wawasan yang luas lagi dalam cabang olahraga bolavoli.