

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh ketepatan passing atas bola voli sebelum dan sesudah latihan passing atas berpasangan tetap pada peserta ekstrakurikuler putri SMP N 1 Mranggen tahun 2018, latihan passing atas berpasangan tetap meningkatkan ketepatan passing atas bola voli sebesar 40,52%, dengan nilai $t_{hitung} 18,984 > t_{tabel} 2,26$.
2. Ada pengaruh ketepatan passing atas bola voli sebelum dan sesudah latihan passing atas berpasangan rotasi pada peserta ekstrakurikuler putri SMP N 1 Mranggen tahun 2018, latihan passing atas berpasangan rotasi meningkatkan ketepatan passing atas bola voli sebesar 46,66%, dengan nilai $t_{hitung} 21,00 > t_{tabel} 2,26$.
3. Kedua latihan passing atas berpasangan tetap dan latihan passing atas berpasangan rotasi sama-sama ada pengaruhnya terhadap ketepatan passing atas bola voli ekstrakurikuler putri SMP N 1 Mranggen. Dan latihan passing atas berpasangan rotasi memberikan peningkatan ketepatan passing atas bola voli lebih baik dibandingkan dengan latihan passing atas berpasangan tetap.

5.2 Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini telah diusahakan secara maksimal, tetapi tentu saja penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan dan banyak terdapat kekeurangan maupun keterbatasan dalam penelitian. Keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya sebagai berikut:

- a. Saat awal penelitian banyak peserta yang belum menikmati latihan yang diberikan.
- b. Dalam penelitian ini, peneliti hanya memfokuskan pada satu sekolah dan hanya peserta putri sehingga dimungkinkan sekolah lain memperoleh hasil yang berbeda.

5.3 Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dikemukakan implikasi secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

- a. Pemilihan metode latihan yang tepat dapat berpengaruh terhadap pencapaian ketepatan passing atas siswa.
- b. Latihan passing atas berpasangan tetap dan rotasi mempunyai pengaruh terhadap ketepatan passing atas bola voli. Siswa yang melakukan latihan passing atas yang tinggi akan mempengaruhi ketepatan passing atas bola voli lebih baik, dari pada siswa yang kurang melakukan latihan. Diharapkan guru dapat mengembangkan metode-metode latihan passing atas untuk meningkatkan passing atas bola voli.

2. Implikasi Praktis

Hasil penelitian ini digunakan sebagai masukan bagi pihak sekolahan, guru dan pemain dalam membenahi pengajaran yang telah dilakukan dan pembelajaran yang telah tercapai dengan memperhatikan beberapa macam metode latihan yang tepat untuk meningkatkan ketepatan dalam bermain bola voli.

5.4 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data dan simpulan diatas, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

a. Bagi pelatih ekstrakurikuler

Pelatih diharapkan dapat memberikan latihan-latihan yang efektif seperti latihan pasing atas berpasangan rotasi, sehingga ketepatan pasing atas semakin meningkat.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti lain yang tertarik dengan penelitian serupa sebaiknya peneliti tidak fokus pada satu sekolahan, tetapi bisa menambah satu sekolahan sehingga perbedaannya akan lebih jelas.