

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil penelitian tentang perbedaan pengaruh latihan *passing* bawah media dinding dan media bola gantung terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain bolavoli dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian latihan *passing* bawah media dinding terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain bolavoli peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian latihan *passing* bawah media bola gantung terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain bolavoli peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban.
3. Terdapat perbedaan pengaruh media latihan *passing* bawah terhadap keterampilan *passing* bawah pemain bolavoli peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban.

B. Implikasi

Implikasi dari temuan penelitian mencakup pada dua hal, yakni implikasi teoritis dan implikasi praktis:

1. Implikasi Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang baik bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan peneliti pada khususnya, terutama pada bidang kepelatihan, selain itu teori-teori dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi, manfaat dan hasil sebagai salah satu wacana dalam bidang olahraga.

2. Implikasi Praktis

Dalam penelitian ini peneliti memperoleh pengalaman yang nyata dapat dijadikan tambahan referensi tentang manfaat *passing* bawah didinding serta dapat mengetahui teknik dasar pemain berdasarkan *passing* bawah pemain bola voli. Peneliti ini mendapatkan pengalaman dalam melakukan penelitian serta mengaplikasikan ilmu-ilmu yang di dapat dari Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains dan meningkatkan pengetahuan pengaruh latihan *passing* bawah didinding terhadap peningkatan ketrampilan *passing* bawah. Sedangkan bagi guru penelitian ini dapat memberi sumbangan dan acuan bagi para pelatih atau guru bolavoli. Dengan kata lain dapat dijadikan alat ukur bagi pelatih untuk menyusun program latihan berdasarkan kebutuhan.

C. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian maka akan diberikan saran antara lain:

1. Dalam upaya meningkatkan ketrampilan *passing* maka harus dipilih sebuah metode latihan yang sesuai dengan unsur-unsur yang terkandung dalam teknik dasar itu sendiri, sehingga akan tercapai hasil yang diharapkan. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukan bahwa metode latihan *passing* bawah didinding memberikan peningkatan terbesar pada ketrampilan *passing*. Hal ini dapat digunakan untuk para guru aupun pelatih.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan sampel dan populasi yang lebih banyak agar mendapatkan data yang lebih akurat.