

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dalam pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa termasuk kategori “Baik”. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil yang telah diperoleh yaitu sebesar 70% termasuk kategori baik. Kemudian 30% termasuk kategori cukup. Sehingga untuk rata-rata kemampuan passing bawah bolavoli PBV.Purba yaitu sebesar 71%.

B. Saran

Dari hasil penelitian ini, kiranya peneliti dapat mengemukakan beberapa saran yang lebih spesifik sebagai berikut :

a. Bagi pelatih

Bagi pelatih PBV.Purba diharapkan untuk mengadakan latihan sesering mungkin yaitu sebanyak 3 kali setiap minggunya bertujuan agar lebih meningkatkan penguasaan teknik *passing* bawah.

b. Bagi atlet PBV.Purba

Atlet PBV.Purba yang sebenarnya mempunyai kemampuan passing bawah bolavoli yang cukup baik hendaknya terus berusaha lebih keras lagi dan memberikan memotivasi untuk diri sendirinya agar meningkatkan latihan agar keterampilan passing bawah bolavoli memperoleh hasil yang optimal.