

BAB V PENUTUP

Dalam bab ini akan disampaikan tentang kesimpulan sebagai hasil dari penelitian yang disertai saran-saran sebagai implikasinya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli putra di SMAN I Ambunten sebagaimana tercantum dalam analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran sebagai berikut:

A. Simpulan

1. Pelatihan *passing* atas berpasangan pada kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas bolavoli di SMAN I Ambunten. Melihat nilai $\text{Sig. (2 - tailed)} < (0,05)$ seperti yang tampak pada tabel 4,7 di atas, maka H_0 ditolak. Hasil ini pada gilirannya memberikan suatu kesimpulan bahwa, terdapat perbedaan nilai kemampuan *Passing Atas* antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan.
2. Pelatihan *passing* atas ke dinding pada kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas bolavoli di SMAN I Ambunten. Melihat nilai $\text{Sig. (2 - tailed)} < (0,05)$ seperti yang tampak pada tabel 4,9 di atas, maka H_0 ditolak. Hal demikian memberikan suatu kesimpulan bahwa, terdapat perbedaan nilai *Passing* atas sebelum dan setelah adanya perlakuan pada kelompok eksperimen II.
3. Lebih besar yang diberikan latihan *passing* atas ke dinding, karena peningkatan hasil latihan *passing* atas berpasangan memiliki selisih (beda) sebesar 2,42. Sehingga dapat diketahui bahwa peningkatan hasil *passing* atas setelah sampel diberi perlakuan (treatment) meningkat sebesar 20,42 %. Sedangkan peningkatan hasil latihan *passing* atas ke dinding memiliki selisih (beda) sebesar 3,14. Sehingga dapat diketahui bahwa peningkatan hasil *passing* atas setelah sampel diberi perlakuan (treatment) meningkat sebesar 30,54 %.

B. Saran

1. Dalam melatih siswa pada kegiatan ekstrakurikuler khususnya olahraga permainan bolavoli di Sekolah menengah keatas, diperlukan suatu pendekatan yang sesuai dengan karakteristik dan perkembangan fisik dan emosionalnya, agar masing-masing siswa dapat menyukai dan meningkatkan kemampuan melakukan teknik dasar bermain bolavoli dengan baik.
2. Penelitian ini masih perlu dikembangkan lagi, dengan menggunakan populasi yang lebih besar dan pendekatan atau model latihan yang lain sehingga nantinya diperoleh hasil sebagai perbandingan.

