

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah dari pembahasan diatas analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu: Kemampuan bermain bola voli dari memiliki kategori baik dengan persentasi 100%.

5.2 Saran

Dari kesimpulan diatas maka dapat disarankan kepada :

1. Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi klub bola voli pada club Mitra Jambi tentang keterampilan bermain *passing*, *service* serta *smash* para atlet.
2. Penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dan kemajuan program latihan untuk prestasi atlet.
3. Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi semua pelatih bola voli khususnya pelatih pada club Mitra Jambi dalam memberikan bimbingan bagi para atletnya dalam mempelajari teknik dasar permainan bola voli.
4. Penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian lebih lanjut.