

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah dari pembahasan diatas analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu: keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi memiliki kategori baik dengan rentang 19-24 sebanyak 7 orang dengan persentasi 58.33%.

5.2 Saran

Dari kesimpulan diatas maka dapat disarankan kepada :

1. Kepada Pihak Sekolah

Melihat hasil penelitian mengenai kemampuan teknik dasar passing bawah hendaknya sekolah member dukungan kepada siswa, agar dapat mengembangkan potensi yang ada dengan cara memberikan pembinaan yang lebih intensif.

2. Kepada Guru Penjasorkes

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi guru Penjasorkes dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran dan pelatihan teknik dasar permainan bola di sekolah, agar hasil evaluasi melalui tes pengukuran dapat lebih objektif.

3. Kepada Siswa

- a. Siswa hendaknya dapat memanfaatkan peluang untuk mengikuti latihan agar bisa menjadi pemain bolavoli yang baik.
- b. Siswa diharapkan lebih meningkatkan kemampuan teknik kemampuan teknik dasar passing bawah dengan cara latihan secara rutin.