

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari data hasil penelitian, analisa dan pembahasan yang telah dilakukan tentang kondisi kemampuan *passing* bawah siswa SMP Negeri 19 Kota Jambi maka, dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil kemampuan *passing* bawah siswa SMP Negeri 19 Kota Jambi dalam kategori kurang dengan skor rata-rata 11,5.

5.2 Implikasi

Dari hasil kesimpulan diatas dapat ditemukan beberapa implikasi yaitu :

1. Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi sekolah dan siswa SMP Negeri 19 Kota Jambi, sebagai bahan kajian untuk lebih mengetahui pentingnya kemampuan bermain bola voli. Dengan diketahuinya kondisi kemampuan *passing* bawah bola voli diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi sekolah untuk lebih meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli.
2. Siswa akan semakin paham dan semangat untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah permainan voli dan dapat dilakukan latihan yang rutin dan intensif. Sehingga kedepannya siswa memiliki kemampuan yang mumpuni untuk mengikuti pertandingan saat ada perlombaan antar sekolah maupun umum.

5.3 Saran

Dari hasil penelitian ini, peneliti ingin mengemukakan beberapa saran diantaranya :

1. Bagi sekolah

Bagi sekolah diharapkan lebih mengoptimalkan frekuensi yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dengan membuat kegiatan ekstrakurikuler permainan voli agar dapat lebih meningkatkan penguasaan teknik passing bawah. Diharapkan hal tersebut akan meningkatkan potensi siswa ini untuk dapat lebih berprestasi di cabang olahraga bola voli untuk waktu yang akan datang.

2. Bagi siswa

Untuk siswa yang masih mempunyai kemampuan *passing* bawah bola voli yang kurang hendaknya memotivasi diri untuk meningkatkan latihan agar kemampuan *passing* bawah bola voli dapat meningkat. Bagi siswa yang kemampuan bermain bola volinya baik hendaknya dapat menyalurkan bakat dan mempersiapkan diri dalam mengikuti kejuaraan bola voli.