

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari data hasil penelitian, analisa dan pembahasan yang telah dilakukan tentang kemampuan *passing* bawah bola voli tim CKM Dendang maka, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Dari hasil pengukuran *passing* bawah bola voli pada tim CKM Dendang di atas terdapat 0 pemain (0%) pada kategori sangat baik, 7 pemain (46,67%) pada kategori baik, 4 pemain (26,67%) pada kategori cukup, 4 pemain (26,67) pada kategori kurang dan 0 pemain (0%) pada kategori sangat kurang.

5.2 Implikasi

Dari hasil kesimpulan diatas dapa ditemukan beberapa implikasi yaitu :

1. Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat untuk pelatih dan pemain tim CKM Dendang, sebagai bahan kajian untuk lebih mengetahui pentingnya kemampuan bermain bola voli. Dengan diketahuinya kondisi kemampuan *passing* bawah bola voli dapat diharapkan bisa menjadi pertimbangan bagi pelatih untuk lebih meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli.
2. Pemain akan semakin paham untuk selalu meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli yang dapat dilakukan dengan cara latihan yang rutin dan intensif

5.3 Saran

Agar hasil kajian ini dapat terealisasi, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi pelatih

Bagi pelatih bola voli tim CKM Dendang diharapkan untuk lebih meningkatkan pola latihan yang dilakukan setiap bermain pada sore hari, agar dapat meningkatkan penguasaan teknik keterampilan *passing* bawah pada permainan bola voli. Dalam hal lain program dan latihan yang diberikan diharapkan lebih terprogram dengan baik.

2. Bagi anggota pemain bola voli di Tim CKM Dendang

Untuk para pemain tim CKM Dendang yang masih mempunyai keterampilan *passing* bawah bola voli yang masih kurang baik hendaknya untuk lebih memotivasi diri untuk meningkatkan latihan agar kedepannya bisa bermain dengan lebih bagus.