

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan pada hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal dalam pelaksanaan penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Dengan menggunakan metode latihan *drill*, ternyata dapat meningkatkan ketepatan melakukan servis bawah dalam permainan bola voli Pada Siswa Putri Kelas VII SMP Negeri 1 Kabila, Kab. Bone Bolango, Prov. Gorontalo.
2. Terdapat perbedaan hasil latihan pada tes awal dan tes akhir setelah malakukan perlakuan dari metode latihan tersebut.
3. Terdapat pengaruh latihan *drill* terhadap ketepatan servis bawah bola voli pada siswa putri kelas VII SMP Negeri 1 Kabila, Kab. Bone Bolango, Prov. Gorontalo.

Dari analisis uji t yang dilakukan antara variabel X_1 dan variabel X_2 diperoleh hasil sebesar 7,1. Dari daftar distribusi diperoleh $t_{(1-\frac{1}{2}\alpha)(n-1)} = t_{(0,975)(19)} = 2,09$. Berarti t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} atau t_{hitung} telah berada diluar daerah penerimaan H_0 pada taraf $\alpha = 0,05$. Selain itu dapat pula dilihat dari hasil rata-rata antara variabel X_1 dan variabel X_2 yaitu $\bar{X}_1 = 12,4$ dan $\bar{X}_2 = 14,25$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan dapat menerima H_1 . Maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini signifikan dan latihan *drill* memiliki pengaruh terhadap peningkatan ketepatan servis bawah pada permainan bola voli.

5.2 Saran

Berorientasi pada pembahasan dengan memperhatikan hasil analisis dan simpulan hasil penelitian di atas, maka perlu penulis ajukan beberapa saran-saran yang Insya Allah dapat membangun, baik bagi para guru olahraga, pelatih olahraga dan para peneliti, adapun beberapa saran itu yaitu sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan ketepatan servis bawah pada permainan bola voli, para guru olahraga maupun para pelatih bola voli untuk dapat memilih metode latihan *drill* dalam meningkatkan ketepatan servis bawah bola voli.
2. Kepada pihak terkait yang menggeluti dunia olahraga agar kiranya dapat memberikan motivasi lebih kepada para siswa-siswa untuk lebih mengembangkan kesadaran berolahraga untuk peningkatan prestasi olahraga pada diri siswa-siswa itu sendiri.
3. Bentuk latihan *drill* ini diharapkan semoga tetap dilaksanakan secara intensif, teratur, terstruktur, disiplin dan berkelanjutan/kontinu yang dilakukan oleh siswa dibawah pengawasan guru olahraga atau pelatih.
4. Kepada orang tua siswa agar dapat memberikan motivasi lebih kepada anak-anaknya untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan olahraga.
5. Siswa Putri SMP Negeri 1 Kabila, Kab. Bone Bolango, Prov. Gorontalo dalam penelitian agar dapat menerapkan dan mengamalkan ilmu pengetahuan yang telah didapat pada saat mengikuti penelitian.

Sebagai penulis mengharapkan mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, penulis menyadari skripsi ini jauh dari sempurna, sehingga penulis mengharapkan kritik dan sarannya yang bersifat membangun.