

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis yang berbunyi. “ Terdapat Pengaruh Latihan *Dumble* Terhadap Ketepatan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Batudaa” dapat diterima. Dalam hal ini bahwa bentuk latihan *dumble* memberikan dampak yang lebih tinggi terhadap skor capaian siswa dalam melakukan servis bawah pada permainan bola voli.

5.2 Saran

Dengan memperhatikan hasil pembahasan dan simpulan diatas, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut.

1. Bahwa untuk memacu kemampuan siswa dalam melakukan servis bawah pada permainan bola voli maka sangat tepat jika digunakan bentuk latihan *dumble*. Karena itu kepada guru dan pelatih cabang permainan bola voli diharapkan agar dapat menerapkan bentuk latihan *dumble* baik dalam pelajaran maupun pada kegiatan diluar sekolah.
2. Kepada orang tua siswa diharapkan dapat memberikan motivasi kepada setiap anak untuk melakukan aktivitas latihan diluar jam sekolah.
3. Motivasi dimaksud berupa dukungan moril maupun penyediaan fasilitas untuk menunjang kegiatan latihan anak.

4. Latihan dumble dalam teknik dasar servis bawah dalam permainan bola voli diharapkan dapat dilakukan oleh siswa secara continue tanpa bimbingan guru diluar sekolah. Karena bentuk latihan ini disamping dapat menjamin kesehatan fisik, juga merupakan aktivitas kemampuan dasar yang harus dimiliki untuk menjadi atlet yang berprestasi dalam permainan bola voli.