

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan dan pengolahan data yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut: terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *Wall Bounce* (X) dengan kemampuan ketepatan passing atas (Y) tim bola voli putra smp negeri 1 batudaa . Juga berdasarkan hasil rata-rata pretes dan posttest yang mengalami peningkatan yaitu pretes dengan rata-rata 14.1 dan post test dengan rata-rata 16.8 . Serta berdasarkan analisis uji t menghasilkan t hitung sebesar 14,58 dan t tabel sebesar 1,729. Berarti t hitung > t tabel. Berdasarkan kriteria pengujian bahwa terima H0 jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada α 0,05 n-1. Oleh karena itu hipotesis alternatif atau HA dapat diterima sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh latihan *Wall Bounce* terhadap kemampuan ketepatan passing atas pada siswa putra SMP Negeri 1 Batudaa.

5.2 SARAN

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini disarankan kepada : Kepada pelatih agar menerapkan latihan *Wall Bounce* untuk meningkatkan kemampuan ketepatan passing atas dalam permainan bola voli. Diharapkan bagi para siswa-siswa terutama SMP Negeri 1 batudaa agar menjadi suatu bahan masukkan dalam pembinaan bola voli dan latihan dapat ditingkatkan pada saat disekolah. Karena dengan hasil penelitian ini, maka diperoleh pengaruh yang signifikan latihan *Wall Bounce* terhadap hasil kemampuan ketepatan passing atas dalam permainan bola voli. Bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian, agar dapat mengulang penelitian yang sama agar dapat melihat perbedaan-perbedaan dan membuktikan hasil penelitian yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi.** 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Analisis Tentang Hubungan Motif Berprestasi Dan Prestasi Belajar Atletik Mahasiswa.* FOK IKIP Ujung Pandang.
- Harsono.** 1988, *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching,* Jakarta, CV Tambak Kusuma.
- Maksum, Ali,** 2009 *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga.* Fakultas Ilmu Keolahragaan, Unesa.
- Muhyi, Muhammad, ddk** 2012, *Permainan Bola Voli, Konsep Teknik Strategi & Modifikasi.*
- Poerwanto.** 1980. *Dasar-Dasar Olahraga untuk Pembinaan, Pelaksana, dan Atlit ;* Indonesia, PT. Intidayu Press.
- Sajoto, M.** 1988. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga.* Semarang : Dhahara Prize.
- M. Yunus.** (1992). *Olahraga pilihan Bolavoli.* Jakarta :Debdikbud Derjen tinggi
- Nuril Ahmadi.** (2007). *Panduan Olahraga bolavoli.* Solo: Era pustaka Utama
- Nurhasan,** 1986. "Tes dan Pengukuran Olahraga" Ganeca Exact, Bandung.
- Nurhasan,** (2009). *Penilaian penjas.* Jakarta Penerbit Universitas Terbuka
- <https://geraktangan.files.wordpress.com/2014/10/passing-atas.jpg>
- <http://1.bp.blogspot.com/-fElHQ5J5FwE/ThuUsAAb4SI/AAAAAAAAAC8/hz2gaSAje1k/s1600/pemula-latihan-toss-tembok.gif>