

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pre eksperimen pengaruh permainan bola pantul terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah ekstrakurikuler siswa dapat diperoleh simpulan sebagai berikut :

1. Strategi yang permainan bola pantul diterapkan dalam *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli membuat siswa menjadi lebih aktif dan paham terkait dengan melaksanakan *passing* bawah dengan benar. Hal ini dibuktikan dengan siswa pada ekstrakurikuler bola voli permainan bola pantul dapat meningkatkan kemampuan siswa pada *passing* bawah.
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa menggunakan tes praktik permainan bola pantul memberikan pengaruh terhadap *passing* bawah bola voli, karena membuat siswa menjadi lebih semangat lagi dalam ekstrakurikuler dan siswa tidak mudah lelah ketika sedang melakukan ekstrakurikuler. Hal ini dibuktikan berdasarkan uji normalitas hasil *post-test* penelitian, dikemukakan nilai $t_{hitung} 10,93 \leq t_{tabel} 11,07$ yang didistribusikan **Normal**. Maka pada uji hipotesis “t” berpasangan hasil keseluruhan dikemukakan nilai $t_{hitung} 4,33 \geq t_{tabel} 2,16$, oleh karena itu H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh terhadap hasil *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Model permainan bola pantul bagi siswa menyenangkan dan bervariasi agar tidak membuat siswa cepat bosan dan jenuh sehingga kemampuan *passing* bawah siswa meningkat dan siswa juga dapat menyerap dasar gerak yang diberikan oleh guru.
2. Bagi guru ekstrakurikuler, disarankan agar bisa membuat siswa lebih semangat lagi dalam ekstrakurikuler. Guru harus bisa menciptakan model permainan bola voli atau model permainan bola pantul untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah.
3. Bagi peneliti yang tertarik untuk mengadakan penelitian menggunakan permainan bola pantul terhadap meningkatkan kemampuan *passing* bawah siswa, diharapkan untuk bisa mengembangkan lebih meningkat lagi supaya siswa bisa tetap bersemangat dalam melakukan latihan bola voli.