

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SDN Ciherang tentang “ Pengaruh Latihan Variasi Jarak Servis Terhadap Hasil Servis Bola Voli Mini Peserta Ekstrakurikuler SDN Ciherang, diperoleh hasil dengan analisis dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Penggunaan latihan variasi jarak servis difokuskan untuk meningkatkan tehnik servis bawah bola voli mini pada siswa. Siswa mengalami kenaikan dalam melakukan tehnik servis bawah bola voli mini dengan sempurna. Kenaikan tersebut mencapai 25,00%, merupakan kenaikan yang baik, karena siswa baru melakukan latihan sebanyak 10 kali. Siswa akan mengalami kenaikan tehnik servis dengan lebih sempurna ketika dilakukan latihan sebanyak-banyaknya. Hasil tersebut dapat terlihat dari skor *pre-test* dan *post-test* yang didapat dengan latihan variasi jarak yang dilakukan pada permainan bola voli mini. Maka hal itu dapat menunjukkan bahwa tehnik servis bawah bola voli mini kelas eksperimen lebih baik dari pada kelas kontrol.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh terhadap latihan variasi jarak servis terhadap hasil servis bawah bola voli mini peserta ekstrakurikuler di SDN Ciherang.

B. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Serang diupayakan untuk memberikan pelatihan kepada guru SD/MI terkait Latihan Variasi Jarak

Servis Bawah Bola Voli Mini sehingga dapat menciptakan tenaga pendidik yang berkualitas.

2. Kepala Sekolah Dasar Negeri (SDN) diharapkan bisa ikut berperan aktif dan membantu guru untuk menerapkan berbagai Latihan dan diadakan pelatihan kepada guru agar keterampilan guru dalam melakukan tehnik servis dapat lebih meningkat.
3. Kepada Guru diharapkan dalam pelaksanaan mengajar di luar kelas dan dalam kelas hendaknya guru kreatif dan inovatif agar proses pembelajaran dapat menciptakan situasi belajar yang menarik dan memotivasi peserta didik serta guru diharapkan dalam melatih servis bawah bola voli mini sesuai dengan kebutuhan yang lebih kreatif dan inovatif agar memenuhi syarat proporsi tingkat kesulitan dalam latihan servis bawah bola voli mini dengan ketentuan yang ada.