

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa:

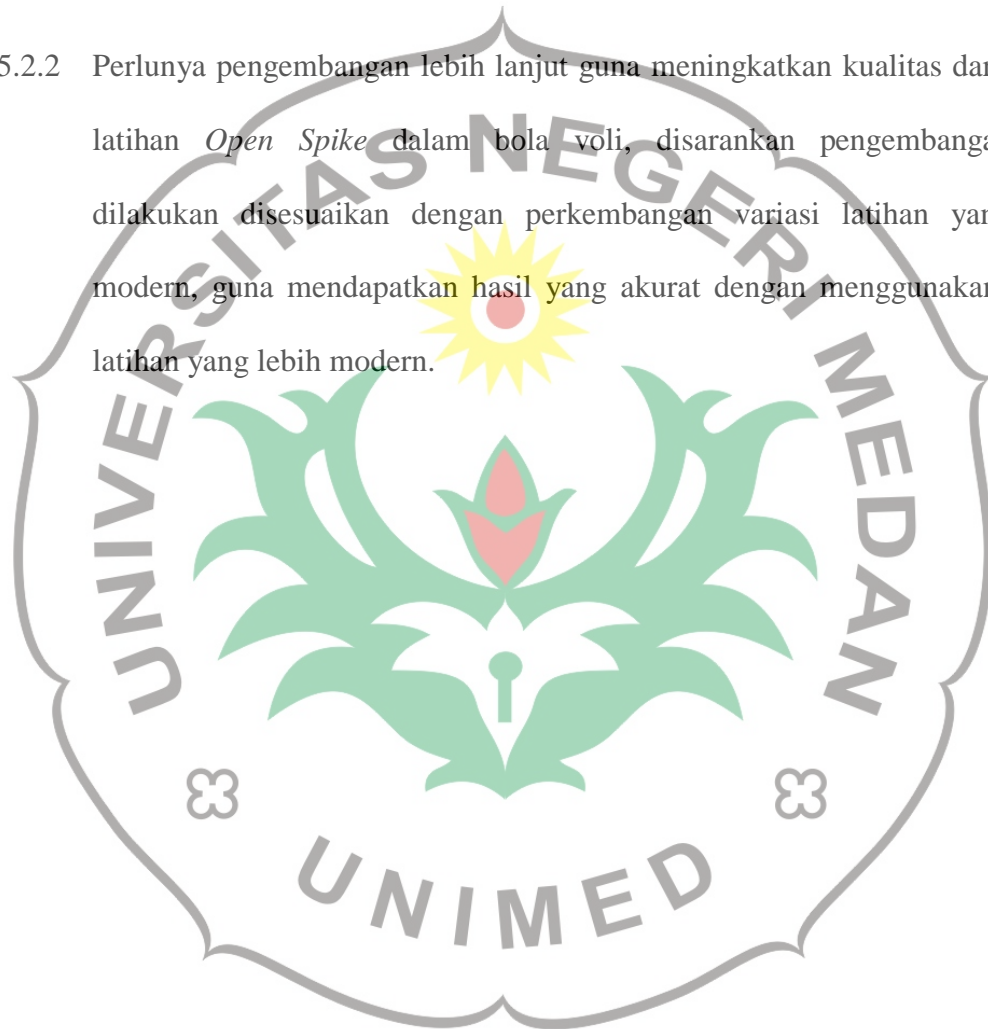
- 5.1.1 Pengembangan variasi latihan *Open Spike* sangat dibutuhkan untuk menambah dan mengembangkan variasi-variasi latihan yang lebih baru untuk kemampuan *Open Spike* dalam bola voli.
- 5.1.2 Pengembangan variasi latihan *Open Spike* dalam olahraga bola voli yang diciptakan dapat mempermudah pelatih bola voli untuk menambah kemampuan *Open Spike* kepada klub bola voli dan pemainnya.
- 5.1.3 Pengembangan variasi latihan *Open Spike* dalam olahraga bola volisangat dibutuhkan sebagai acuan untuk lebih berfikir mengembangkan variasi-variasi latihan yang lebih baru dan bervariasi untuk seorang pelatih.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini, maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut:

- 5.2.1 Hasil pengembangan variasi latihan *Open Spike* bola voli ini diharapkan dapat berguna sebagai acuan para pelatih-pelatih bola voli, untuk melihat sejauh mana perkembangan kemampuan *Open Spike* pemainnya dan menambah pengetahuan variasi-variasi *Open Spike* pemainnya.

5.2.2 Perlunya pengembangan lebih lanjut guna meningkatkan kualitas dari variasi latihan *Open Spike* dalam bola voli, disarankan pengembangan yang dilakukan disesuaikan dengan perkembangan variasi latihan yang lebih modern, guna mendapatkan hasil yang akurat dengan menggunakan variasi latihan yang lebih modern.



THE
Character Building
UNIVERSITY