

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut : terdapat pengaruh variasi latihan *volley drill* terhadap kemampuan *volley* pada komunitas tenis Unimed tahun 2021.

5.2. Saran

Adapun saran dalam penelitian ini sebagai kelanjutan dari kesimpulan yaitu :

1. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan variasi latihan *volley drill* terhadap kemampuan *volley* pada komunitas tenis Unimed tahun 2021
2. Kepada pembaca yang berminat dengan penelitian ini, dianjurkan mengadakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan masalah ini dengan sampel dan jumlah sampel yang berbeda
3. Kepada pelatih dan Pembina olahraga yang ingin meningkatkan kemampuan teknik menggiring bola agar mempertimbangkan latihan yang sesuai seperti halnya variasi latihan *volley drill*.

THE
Character Building
UNIVERSITY