

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian dan pengembangan instrumen keterampilan teknik dasar bola voli pada atlet Pekan Olahraga Pelajar Nasional (POPNAS) Sumatera Utara telah dilaksanakan melalui tahapan dan prosedur pengembangan yang sistematis dengan menggunakan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Berdasarkan hasil penelitian dan temuan yang diperoleh selama proses pengembangan, dapat disimpulkan bahwa: a) Instrumen penilaian keterampilan teknik dasar bola voli yang dikembangkan dinilai sangat layak untuk digunakan dalam proses penilaian kemampuan atlet. Hal ini didukung oleh hasil validasi ahli yang memperoleh rata-rata persentase 88,25%, yang termasuk dalam kategori “Sangat Layak.” b) Instrumen penilaian ini juga terbukti praktis dan mudah digunakan oleh pelatih. Hal ini dibuktikan melalui hasil tanggapan pelatih terhadap kepraktisan produk dengan rata-rata skor 89%, yang tergolong dalam kategori “Sangat Praktis.” c) Hasil uji coba lapangan menunjukkan bahwa instrumen yang dikembangkan efektif dalam menilai kemampuan teknik dasar atlet bola voli. Uji coba dilakukan terhadap 14 atlet POPNAS Sumatera Utara, dan diperoleh nilai rata-rata keseluruhan 3,44, termasuk kategori “Baik.” hasil penelitian ini membuktikan bahwa instrumen penilaian keterampilan teknik dasar bola voli pada atlet POPNAS Sumatera Utara layak digunakan sebagai alat evaluasi yang terstandar dalam kegiatan pembinaan dan seleksi atlet bola voli di tingkat pelajar maupun daerah.

5.2 Saran

a) Bagi Pelatih dan Pembina Atlet:

Diharapkan dapat menggunakan instrumen ini sebagai alat bantu dalam menilai keterampilan teknik dasar atlet secara objektif. Hasil penilaian dapat digunakan untuk merancang program latihan yang lebih fokus dan tepat sasaran sesuai dengan hasil evaluasi tiap atlet.

b) Bagi Atlet:

Instrumen ini dapat menjadi bahan refleksi diri untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan dalam penguasaan teknik dasar. Dengan demikian, atlet dapat memperbaiki kemampuan dan meningkatkan performa latihan melalui pembinaan yang lebih terarah.

c) Bagi Sekolah atau Lembaga Pembinaan Olahraga:

Instrumen ini dapat dijadikan pedoman penilaian keterampilan teknik dasar bola voli di lingkungan pembinaan olahraga pelajar. Penggunaan instrumen ini akan membantu lembaga dalam melakukan evaluasi secara objektif dan profesional.

d) Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan menambah jumlah subjek uji coba, memperluas populasi penelitian, serta mengembangkan versi digital dari instrumen penilaian agar lebih modern dan efisien digunakan oleh pelatih di berbagai daerah.