

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengembangan dan pengujian model latihan passing atas bola voli yang dilakukan di SMA Negeri 1 Siantar Narumonda, diperoleh kesimpulan berikut:

1. Efektivitas model latihan passing atas, model latihan passing atas bola voli yang dikembangkan terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik passing atas siswa. Hal ini didukung oleh hasil uji kelompok kecil yang menunjukkan persentase penilaian antara 70% hingga 80%. Pada uji kelompok besar, terjadi peningkatan efektivitas dengan rentang persentase antara 83% hingga 96%, yang menunjukkan bahwa model latihan tersebut berhasil memberikan dampak positif dalam proses pembelajaran dan penguasaan teknik passing atas siswa.
2. Validasi ahli menunjukkan bahwa model ini memenuhi kriteria kelayakan dan efektivitas, dengan persentase efektivitas 86% dari ahli permainan bola voli dan 86% dari ahli praktisi. Model ini dianggap bermanfaat dalam mempermudah siswa memahami teknik passing atas dan memotivasi mereka dalam proses latihan.
3. Model latihan ini memiliki beberapa keunggulan, seperti peningkatan motivasi siswa, kemudahan pemahaman teknik, dan kemudahan bagi guru dalam menyebarkan keterampilan siswa. Meskipun demikian, beberapa

penyempurnaan masih diperlukan agar model latihan ini dapat memberikan hasil yang lebih optimal.

Dengan demikian, model latihan passing atas bola voli ini dinyatakan layak digunakan dan dapat diimplementasikan secara lebih luas untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan passing atas yang lebih baik.

5.2 Saran

1. **Bagi Guru** : diharapkan agar guru pendidikan jasmani dapat menerapkan model latihan ini dalam pembelajaran bola voli untuk membantu siswa menguasai teknik passing atas. Guru juga disarankan untuk melakukan adaptasi dan penyempurnaan sesuai kebutuhan serta tingkat kemampuan siswa.
2. **Bagi Siswa** : Siswa diharapkan untuk aktif mengikuti latihan passing atas sesuai dengan model yang telah dikembangkan. Pengulangan dan latihan mandiri di luar kelas akan membantu siswa meningkatkan keterampilan mereka secara lebih signifikan.
3. **Penelitian Lanjutan** : Disarankan agar penelitian selanjutnya dapat mengembangkan model latihan untuk teknik bola voli lainnya, seperti passing bawah, servis, dan smash, sehingga keterampilan siswa dalam permainan bola voli semakin komprehensif.