

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan berpasangan dan latihan operan *overhead* terhadap hasil *passing* atas bola voli siswa ekstrakurikuler di SMA pencawan *School* tahun 2017.

B. Saran

1. Peningkatan dan pengaruh hasil *passing* atas pada bola voli perlu ditunjang dengan adanya latihan-latihan berpasangan dan latihan operan sehingga dapat meningkatkan hasil Kemampuan *passing* atas pada permainan Bola Voli siswa ekstrakurikuler di SMA pencawan *School* tahun 2017.
2. Untuk bahan masukan bagi pengajar terkait pelatihan dan peningkatkan hasil Kemampuan *passing* atas Bola Voli Bola Voli siswa ekstrakurikuler di SMA pencawan *School* tahun 2017.
3. Kepada setiap pelatih, sebagai masukan untuk memperoleh informasi tentang penggunaan latihan berpasangan dan operan *overhead* dalam pelaksanaan permainan bola voli.