

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari uji coba lapangan dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Diperlukan alat bantu latihan dalam permainan bola voli.
2. Dengan alat bantu latihan yang dikembangkan, atlet bisa berlatih lebih efektif dan lebih efisien.
3. Dengan alat bantu latihan yang dikembangkan, atlet lebih termotivasi pada saat latihan.

#### B. IMPLIKASI HASIL PENELITIAN

Pada penelitian “Pengembangan Alat Pelontar Bola Multifungsi” ini mempunyai beberapa implikasi secara praktis diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Alat bantu latihan ini dapat mempermudah proses latihan dengan bervariasinya menu latihan bola voli.
2. Alat bantu latihan ini dapat memberi efektifitas pelatih dalam proses melatih.
3. Penelitian “Pengembangan Alat Bantu Latihan Keterampilan Bermain Bola Voli” ini dapat sebagai motivasi kepada atlit guna membantu atlit mendapatkan hasil yang efektif dan lebih efisien.

4. Penelitian “Pengembangan Alat Bantu Latih Keterampilan Bermain Bola Voli” ini dapat sebagai alat promosi untuk memaksimalkan atlet pada saat latihan.

### C. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah menyatakan bahwa “Pengembangan Alat Bantu Latih Keterampilan Bermain Bola Voli” sudah layak dan tervalidasi oleh ahli olahraga, ahli media dan ahli bola voli pada bidang olahraga kepelatihan, maka ada beberapa saran sebagai berikut.

1. Pada pembinaan atlet, pelatih dapat memanfaatkan “Pengembangan Alat Bantu Latih Keterampilan Bermain Bola Voli” sebagai variasi dalam proses latihan.
2. Atlet dapat memanfaatkan alat bantu latih untuk berlatih semaksimal mungkin.
3. Praktisi pengembangan alat dapat menguji tingkat keefektifannya dalam latihan dengan melakukan penelitian-penelitian terhadap pengembangan alat bantu latih dan membuat alat latihan ataupun alat-alat olahraga kepelatihan yang lebih bervariasi.
4. Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi jangan ragu untuk mengambil judul skripsi tentang penelitian pengembangan. Suatu penelitian pengembangan, layak atau tidak layak tergantung pada bagaimana mengemasnya atau mengembangkannya dan kepraktisan penggunaannya serta kesediaan alat dan tempat dimana kita akan menerapkannya.

5. Produk alat bantu latih ini bisa dikembangkan lagi dengan membuat lingkaran sasaran diubah jadi bahan karet selain itu pada lingkaran sasaran bisa ditambahkan sensor untuk mengetahui bola masuk atau tidak.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY