

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

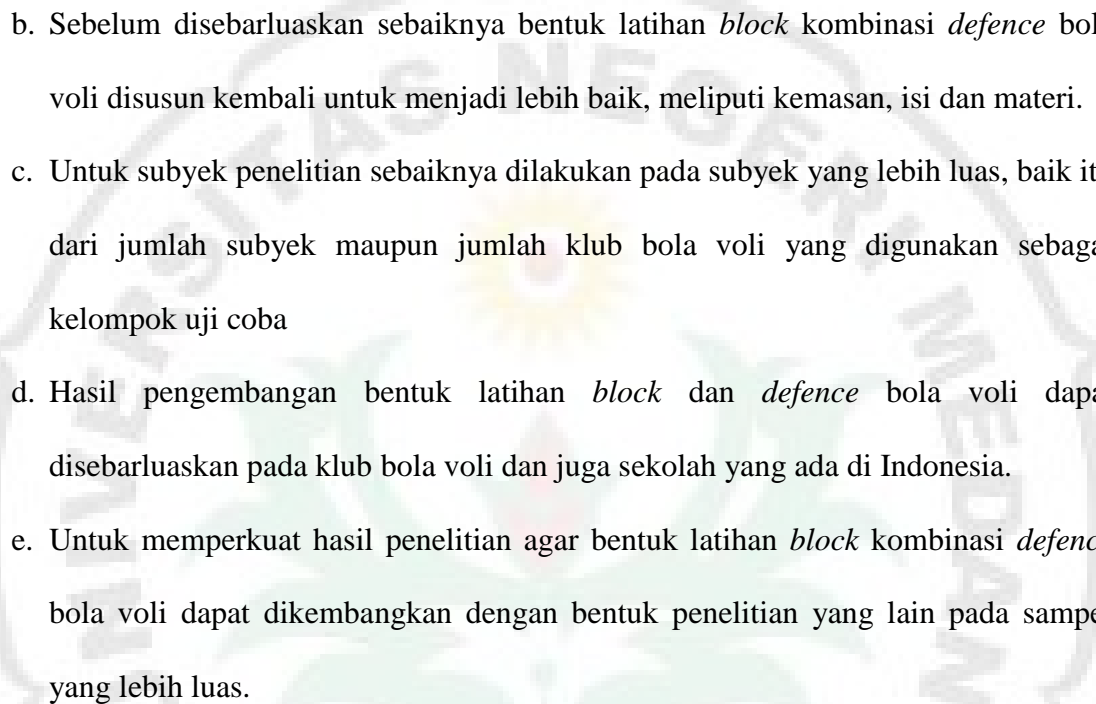
Berdasarkan hasil dari uji coba lapangan dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil uji kelompok kecil menunjukkan bahwa 8 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 82%-100%.
2. Hasil uji kelompok besar menunjukkan bahwa 8 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 90-100%.
3. Bentuk yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 3 ahli dan sudah memenuhi kriteria layak digunakan dimana persentasenya adalah 75%-94%.

B. Saran

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

- a. Agar produk bentuk latihan *block* kombinasi *defence* bola voli dapat digunakan oleh para atlet dan pelatih, serta seluruh masyarakat, sebaiknya dicetak atau diproduksi lebih banyak lagi dalam upaya mempublikasi, sosialisasi sehingga dapat diaplikasikan dalam jangkauan yang lebih luas.

- 
- b. Sebelum disebarluaskan sebaiknya bentuk latihan *block* kombinasi *defence* bola voli disusun kembali untuk menjadi lebih baik, meliputi kemasan, isi dan materi.
 - c. Untuk subyek penelitian sebaiknya dilakukan pada subyek yang lebih luas, baik itu dari jumlah subyek maupun jumlah klub bola voli yang digunakan sebagai kelompok uji coba
 - d. Hasil pengembangan bentuk latihan *block* dan *defence* bola voli dapat disebarluaskan pada klub bola voli dan juga sekolah yang ada di Indonesia.
 - e. Untuk memperkuat hasil penelitian agar bentuk latihan *block* kombinasi *defence* bola voli dapat dikembangkan dengan bentuk penelitian yang lain pada sampel yang lebih luas.