

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sebagai kesimpulan dalam penelitian ini adalah melalui metode teknik Pendekatan Taktis, memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil latihan *passing* bawah bola voli pada atlet junior putra klub Binamarga Tanjungbalai Tahun 2012. Nilai rata - rata atlet pada tes awal berada pada kategori kurang, pada siklus I nilai rata – rata atlet meningkat menjadi kategori sangat baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dibuat, maka peneliti menyarankan :

1. Agar pelatih bola voli lebih meningkatkan kualitas latihan *passing* bawah bola voli melalui metode teknik Pendekatan Taktis.
2. Agar hasil penelitian dapat menjadi bahan acuan bagi klub, pelatih, sampel terutama yang membahas bola voli, khususnya pada *passing* bawah.
3. Sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya.