

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sebagai kesimpulan dalam penelitian ini adalah melalui media *simpai* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil proses latihan *passing* bawah bola voli pada atlet putra PUMA VC kecamatan Marbau Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2012. Nilai rata-rata atlet pada tes awal adalah 57.3 (kurang), pada siklus I nilai rata-rata atlet meningkat menjadi 80.6 (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 media *simpai*.
2. Agar hasil penelitian dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya, terutama yang membahas bola voli, khususnya pada *passing* bawah.
3. Sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya.