

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari *passing* atas berpasangan terhadap hasil *passing* atas bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* atas ke dinding terhadap hasil *passing* atas pada siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015.
3. Latihan *passing* atas berpasangan tidak lebih besar pengaruhnya dari pada latihan *passing* atas ke dinding terhadap hasil *passing* atas pada siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2015.

B. Saran

Dari hasil kesimpulan dan pembahasan yang diuraikan diatas, maka dalam hal ini peneliti akan memberikan beberapa saran, antara lain :

1. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan *passing* atas berpasangan dan latihan *passing* atas ke dinding dapat meningkatkan hasil *passing* atas.
2. Latihan *passing* atas berpasangan dan latihan *passing* atas ke dinding sangat cocok diterapkan.
3. Kepada para pembaca kiranya dapat dijadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan pada dirinya.