

BAB V PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai kemampuan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Sampoiniet Kabupaten Aceh Jaya, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Sampoiniet Kabupaten Aceh Jaya bervariasi, dengan sebagian besar siswa menunjukkan penguasaan yang cukup baik pada teknik service dan passing bawah.
2. Namun, kelemahan signifikan ditemukan pada teknik smash dan blok, di mana banyak siswa berada pada kategori kurang memadai. Ini menandakan perlunya program latihan yang lebih terstruktur dan fokus untuk meningkatkan penguasaan teknik-teknik yang masih lemah agar kemampuan siswa dapat berkembang secara merata.

5.2 Saran

Berikut adalah beberapa saran berdasarkan hasil penelitian dan simpulan:

1. Fokus Latihan: Prioritaskan latihan pada teknik yang masih lemah, seperti smash dan blok dengan pendekatan yang lebih terstruktur.
2. Pendekatan Individu: Berikan perhatian khusus pada siswa yang memerlukan peningkatan dengan latihan tambahan sesuai kebutuhan mereka.

3. Evaluasi dan Umpan Balik: Lakukan evaluasi berkala dan berikan umpan balik konstruktif untuk memantau perkembangan dan memperbaiki kelemahan siswa.
4. Motivasi dan Mental: Tingkatkan motivasi dan kepercayaan diri siswa dengan dorongan positif dan penghargaan atas kemajuan mereka.
5. Latihan Fisik: Perkuat keterampilan fisik dan motorik siswa untuk membantu mereka menguasai teknik dasar bola voli dengan lebih baik.