

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai lambung pantul bola dalam meningkatkan penguasaan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas IV di SDN Cintaasih II Kecamatan Cileunyi Kabupaten Bandung maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli melalui lambung pantul bola diawali dengan cara menganalisis tujuan pokok, pembelajaran passing bawah bola voli merencanakan jumlah pertemuan, untuk passing bawah ditentukan pertemuan. Dalam pelaksanaan penelitian, yang menjadi sampel penelitian berjumlah 31 orang siswa, yang terdiri dari siswa laki-laki dan siswa perempuan, semua siswa tersebut dibagi menjadi 4 kelompok. Dimana 3 kelompok berjumlah 8 orang dan 1 kelompok lagi berjumlah 7 orang. Agar pembelajaran berjalan efektif dan sistematis tahapan gerakan dimulai dengan gerakan yang mudah dengan beban kerja yang ringan dan jumlah frekuensi kegiatan tidak begitu banyak dan bertahap dinaikan.
2. Pelaksanaan pembelajaran passing bawah bola voli melalui lambung pantul diikuti dengan kinerja guru yang maksimal dalam memotivasi aktivitas siswa dan bimbingan melalui petunjuk-petunjuk pelaksanaan yang jelas dan koreksi-koreksi yang tepat baik secara khusus maupun umum. Pengelolaan proses belajar harus maksimal. Dalam pembelajaran passing bawah bola voli melalui

permainan lambung pantul dimulai secara individu, kemudian berpasangan dan akhirnya berkelompok.

3. Melalui permainan lambung pantul pada pembelajaran passing bawah bola voli penguasaan keterampilan passing bawah bola voli menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Hal ini terlihat dari hasil passing yang nilainya meningkat dari setiap siklusnya. Siklus I, siklus II dan siklus III.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh peneliti selama melakukan penelitian, diajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Guru

Diharapkan para guru pendidikan jasmani mencoba berbagai macam metode teknik pendekatan yang sesuai dengan karakteristik materi ajar, agar wawasan metodologi pembelajaran pendidikan jasmani menjadi berkembang.

2. Bagi Siswa

Dengan diadakan penelitian ini diharapkan dalam pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli melalui lambung pantul bola dapat meningkatkan kemampuan dan motivasi belajar siswa.

### 3. Bagi Lembaga

Dengan adanya penyusunan skripsi ini dapat menjadi masukan sebagai pengembangan teknik pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli melalui lambung pantul bola. Dan untuk lebih meningkatkan motivasi berbagai pihak maka perlu adanya pertandingan mengenai kegiatan ini baik bagi tiap gugus, kecamatan maupun tingkat kabupaten yang dilakukan secara berkala.

### 4. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian serta bisa dijadikan perbandingan sekaligus landasan penelitian yang berhubungan dengan pengembangan modifikasi pembelajaran.