

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan dan analisis data mengenai perbandingan latihan menggunakan metode audio visual dan demonstrasi langsung terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian latihan menggunakan metode audio visual memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli, terbukti dari hasil perhitungan data yang menggunakan uji t dengan hasil t hitung 7,32.
2. Hasil penelitian latihan menggunakan demonstrasi langsung memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli, terbukti dari hasil perhitungan data yang menggunakan uji t dengan dengan hasil t hitung 17,19.
3. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan pengaruh antara latihan menggunakan metode audio visual dan demonstrasi langsung terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli, terbukti dari hasil perhitungan data yang menggunakan uji t hitung 1,38. data tidak signifikan

B. Saran

Dari pengolahan dan analisis data mengenai perbandingan latihan menggunakan metode audio visual dengan demonstrasi langsung terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli, maka dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi para guru atau pelatih cabang olahraga bola voli, dalam proses melatih siswa terutama untuk meningkatkan kemampuan teknik-teknik dasar bola voli salahsatunya yaitu teknik servis atas, oleh sebab itu sebaiknya lebih memperhatikan gerakan-gerakan yang baik dan benar dalam menguasai teknik

dasar servis atas dibandingkan memporsir latihan untuk meningkatkan stamina siswa. Seperti halnya membandingkan latihan menggunakan metode audio visual dengan demonstrasi langsung terhadap keterampilan servis atas, merupakan salahsatu alternatif latihan siswa pada ekstrakurikuler untuk meningkatkan teknik dasar. Selain itu juga perlu diperhatikan juga metode latihan, dan program latihan.

2. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian pada tingkat SMP dengan menggunakan alat bantu media audio visual, sebaiknya dilakukan dengan tingkat pemahan yang lebih baik dan mudah dimengerti agar siswa dapat memahami apa yang akan disampaikan dengan menggunakan alat bantu media, sehingga lebih mudah untuk melakukan penelitian.
3. Bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian perbandingan latihan menggunakan media, akan memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap kemampuan teknik dasar, penulis menganjurkan untuk mencoba media-media latihan lainnya terhadap cabang olahraga bola voli maupun cabang olahraga yang lain.
4. Berkaitan dengan peneilitan yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih representatif dan kajian yang lebih baik sehingga akan menghasilkan kajian yang mendalam.