



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data pada Bab IV, maka penulis mengambil beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut:

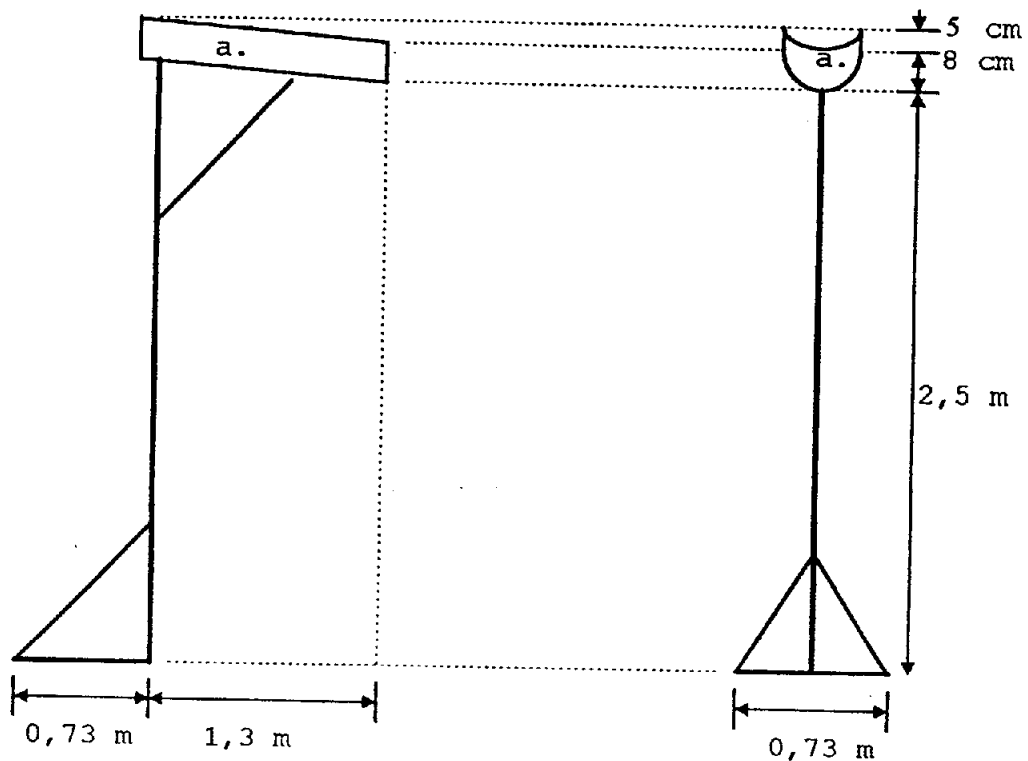
1. Latihan yang menggunakan alat bantu 'tali' lebih efektif daripada alat bantu 'smashing rod' pada mengajarkan atau melatih smash teknik gunting dalam sepak takraw bagi pemain pemula berusia 10-12 tahun di Sekolah Rendah Kebangsaan Jalan Bahagia, Temerloh, Pahang, Malaysia.
2. Smash teknik gunting dapat diterapkan pada pengajaran smash dalam sepak takraw bagi pemain pemula.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada para guru dan pembina olahraga khususnya sepak takraw, dianjurkan menggunakan alat bantu 'tali' dalam pengajaran atau latihan. Karena dengan alat bantu tersebut dapat memperjelas konsep yang abstrak, meningkatkan motivasi, menambah kecakapan dan meningkatkan hasil smash teknik gunting.

2. Dianjurkan kepada para peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan alat bantu cadangan (lebih murah) bagi mengganti 'smashing rod' yang dicobakan pada populasi pemain berketerampilan tinggi untuk ketiga teknik smash dalam sepak takraw. Untuk lebih jelas, dapat dilihat konstruksi alat bantu cadangan pada gambar 1.5 di bawah:



Gambar 1.5

Alat Bantu Cadangan

Keterangan : a. Pipa plastik atau talang plastik.