V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan penggunaan alat modifikasi bola voli diganti bola plastik maka pada siklus pertama dapat menigkatkan pembelajaran dengan tingkat 30, 26 % dan memperbaiki kemampuan bermain voli pada siswa SMP Negeri 22 Kelas VII B Bandar Lampung.

2. Dengan penggunaan alat modifikasi bola voli diganti bola karet pada siklus kedua dapat meningkatkan pembelajaran dengan tingkat 53,04% dan memperbaiki kemampuan bermain voli pada siswa SMP Negeri 22 Kelas VII B Bandar Lampung.

3. Dengan penggunaan alat modifikasi ketinggian net direndahkan menjadi170 cm pada siklus kedua dapat meningkatkan pembelajaran dengan tingkat 88,66% dan memperbaiki kemampuan bermain voli pada siswa SMP Negeri 22 Kelas VII B Bandar Lampung.

|B. Saran

1. Sesuai dengan hasil penelitian, untuk penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat mengadakan peningkatan lanjutan mengenai gerakan-gerakan dasar dalam bermain bola voli lainnya.

2. Dalam upaya meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran yang lebih baik, maka perlu mengadakan perbaikan terhadap kualitas penggunaan alat bantu.

3. Tujuan dapat memperbaiki konsep gerak yang dipelajari, sehingga tercapai pembelajaran.

4. Dalam usaha meningkatkan pembelajaan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli dapat digunakan alat modifikasi bola voli diganti bola plastik,bola voli diganti bola karet dan ketingginggian net direndahkan menjadi 170cm.