

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Keimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Setelah dilaksanakan pembelajaran dengan menggunakan modifikasi alat bermain bola karet, hasil belajar siswa kelas VIII.A SMPN 22 Bandar Lampung pada pokok bahasan teknik dasar menyundul bola mengalami peningkatan.
2. Dengan menggunakan modifikasi alat bermain dapat meningkatkan teknik dasar menyundul bola pada siswa kelas VIII.A SMPN 22 Bandar Lampung.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian ini, selanjutnya diajukan beberapa saran :

1. Untuk siswa SMPN 22 Bandar Lampung agar dapat menambah pengetahuan tentang bagaimana upaya untuk meningkatkan kemampuan dalam teknik dasar menyundul bola.

2. Kepada guru/pelatih penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan acuan dalam peningkatan kemampuan dan hasil belajar siswa dalam keterampilan teknik dasar menyundul bola.
2. Kepala Kepala Sekolah agar lebih memperhatikan dan mendukung kepentingan pembelajaran maupun prestasi siswa dalam kegiatan olahraga maupun kelengkapan perbaikan sarana dan prasarana olahraga.
3. Kepada pembaca agar penelitian ini dapat ditindak lanjuti kearah yang lebih luas tidak hanya pada pembelajaran teknik dasar menyundul bola saja sehingga dapat memajukan prestasi olahraga yang lain.