

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Dengan Menerapkan Pembelajaran passing bawah permainan bola voli untuk meningkatkan permainan teknik dasar passing bawah pada siswa kelas XI SMA Kristen 1 Kota Kupang, siswa lebih memahami materi yang dapat disampaikan karena permainan bola voli menjadikan siswa lebih aktif dan bergairah dalam proses pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dapat ditemukan kesimpulan sebagai berikut:

1. Permainan bola voli teknik dasar passing bawah siswa meningkat dilihat dari presentase mencapai nilai rata-rata 87,95 pada siklus II.
2. Siswa merasa senang dan bergerak bebas dalam mengikuti pembelajaran passing bawah permainan bola voli.
3. Guru sudah mampu menerapkan permainan bola voli pada siswa dalam meningkatkan pembelajaran passing bawah dalam pendidikan jasmani di SMA Kristen 1 Kota Kupang.

B. Saran

Saran yang dapat di kemukakan berdasarkan proses dan hasil penelitian adalah:

1. Bagi Siswa

- a) Harus disiplin mengikuti pembelajaran, dan harus aktif dalam pembelajaran

- b) Harus memiliki kesadaran dalam diri tentang pentingnya menjaga tubuh tetap sehat dengan berolahraga dan dapat mengikuti pembelajaran dengan tertip dan bersemangat.

2. Bagi Guru Penjas Orkes

- a) Guru penjas hendaknya selalu menerapkan metode-metode yang memikat keinginan siswa untuk melakukan permainan bola voli bukan hanya dalam praktek tetapi juga teori
- b) Harus mengawasi serta membimbing siswa dalam kegiatan belajar sehingga siswa dapat berperan aktif.
- c) Harus dapat mengembangkan metode-metode baru agar siswa lebih aktif belajar dan bersemangat.

3. Bagi Sekolah

Harus mengupayakan sarana dan prasarana dalam bidang olahraga bisa terpenuhi, termasuk dalam pembelajaran permainan bola voli. Misalnya dengan memperbanyak bola voli, bendera dan net. Dikarenakan sarana dan prasarana yang memadai dapat membangkitkan semangat siswa dalam proses belajar mengajar.

4. Bagi Pemerintah

Diharapkan untuk membantu sarana dan prasana di sekolah agar dapat melancarkan proses belajar mengajar pada pembelajaran praktek olahraga