

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Gambaran tingkat keterampilan siswa Kelas VIII G SMP Negeri 20 Kupang secara keseluruhan berada pada kategori cukup. Tahapan awal servis atas variasi *jump float*, diketahui bahwa sebagian besar berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 10 siswa atau sebesar 50%. Tahapan perkenaan servis atas variasi *jump float*, diketahui bahwa mayoritas siswa berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 12 siswa atau sebesar 60%. Tahapan akhir servis atas variasi *jump float*, diketahui bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 14 siswa atau 70% dari total peserta. Meskipun pada tahapan awal sebagian besar siswa telah menunjukkan penguasaan yang baik terhadap sikap persiapan servis, kemampuan mereka dalam tahapan perkenaan dan tahapan akhir masih menunjukkan adanya kendala teknis yang mengindikasikan perlunya peningkatan. Kesulitan dalam koordinasi tubuh, kekuatan pukulan, fleksibilitas pergelangan tangan, serta kestabilan pendaratan dan transisi ke posisi bertahan menjadi faktor yang membatasi siswa untuk mencapai kategori yang lebih tinggi.
2. Gambaran faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan servis atas menggunakan variasi *jump float* bola voli pada siswa Kelas VIII G SMP Negeri 20 Kupang secara keseluruhan masuk dalam kategori “Setuju

sebagai penghambat yaitu faktor kesiapan fisik dengan persentase 65%, teknik dasar dengan persentase 75%, konsentrasi dan fokus dengan persentase 55%, kepercayaan diri dengan persentase 65%, pengalaman dan latihan dengan persentase 75%, serta pemahaman terhadap teknik dengan persentase 70%.

## B. Saran

### 1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya dapat memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan lebih banyak sampel dari berbagai kelas atau sekolah yang berbeda untuk memperoleh hasil yang lebih general. Selain itu, penggunaan metode kombinasi antara observasi langsung dan rekaman video dapat membantu menganalisis teknik gerakan dengan lebih mendalam. Disarankan juga untuk mengkaji faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi keterampilan servis, seperti peran motivasi intrinsik, dukungan sosial, dan pengaruh media pembelajaran berbasis teknologi.

### 2. Bagi Guru PJOK

Guru pendidikan jasmani diharapkan memberikan pembelajaran teknik servis jump float secara bertahap dan sistematis, dengan menekankan penguasaan teknik dasar terlebih dahulu sebelum masuk ke variasi yang lebih kompleks. Guru juga disarankan memperbanyak sesi latihan praktik, memberikan umpan balik secara langsung, serta menciptakan suasana latihan yang menyenangkan agar siswa lebih percaya diri dan tidak mudah

gugup saat melakukan servis. Selain itu, pendekatan yang mendukung kesiapan fisik dan mental siswa perlu diintegrasikan dalam proses pembelajaran.

### 3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih aktif dalam mengikuti latihan, meningkatkan kedisiplinan dalam berlatih, serta berupaya memahami teknik jump float tidak hanya dari praktik tetapi juga melalui referensi tambahan seperti video atau penjelasan tertulis. Siswa juga perlu menyadari pentingnya menjaga kebugaran fisik, mengembangkan kepercayaan diri, dan mengelola rasa gugup agar dapat menampilkan performa yang lebih baik dalam pelaksanaan servis.