

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan secara umum bahwa penerapan metode *Modified Games* berhasil meningkatkan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI SDN 07 Nanga Ora Tahun Ajaran 2025/2026. Kesimpulan ini didukung oleh hasil pengolahan data, analisis statistik, serta uji hipotesis yang telah dilakukan. Secara lebih rinci, kesimpulan penelitian dapat dijabarkan berdasarkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan servis atas siswa kelas VI SDN 07 Nanga Ora sebelum diterapkan metode *Modified Games* masih tergolong rendah. Hal ini ditunjukkan oleh hasil *pretest* dengan nilai rata-rata sebesar 55,24, di mana sebanyak 6 siswa (28,6%) memperoleh nilai 40, 14 siswa (66,7%) memperoleh nilai 60, dan hanya 1 siswa (4,8%) memperoleh nilai 80. Sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik servis atas dengan baik dan benar, terutama pada aspek lambungan bola, koordinasi gerakan memukul, dan ketepatan arah servis ke daerah lawan.
2. Kemampuan servis atas siswa kelas VI SDN 07 Nanga Ora setelah diterapkan metode *Modified Games* mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Hal ini terlihat dari hasil *posttest* dengan nilai rata-rata sebesar

76,19, di mana sebanyak 5 siswa (23,8%) memperoleh nilai 60, 15 siswa (71,4%) memperoleh nilai 80, dan 1 siswa (4,8%) berhasil mencapai nilai sempurna 100. Peningkatan ini menunjukkan bahwa melalui modifikasi jumlah pemain, ukuran lapangan, dan jarak servis, siswa memperoleh kesempatan berlatih yang lebih banyak dan merata sehingga keterampilan servis atas dapat berkembang secara optimal.

3. Metode *Modified Games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI SDN 07 Nanga Ora Tahun Ajaran 2025/2026. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $< 0,001$, lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Seluruh 21 siswa mengalami peningkatan nilai tanpa ada satu pun yang mengalami penurunan, yang menunjukkan bahwa pengaruh metode ini bersifat konsisten dan merata bagi seluruh subjek penelitian.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang berkaitan dengan dunia pendidikan jasmani, sebagai berikut:

1. Bagi Guru, disarankan untuk menerapkan metode *Modified Games* dalam proses pembelajaran bola voli, khususnya pada materi servis atas, karena metode ini terbukti efektif meningkatkan kemampuan siswa serta

menciptakan suasana pembelajaran yang lebih aktif dan menyenangkan. Guru juga disarankan untuk terus mengembangkan variasi bentuk permainan yang dimodifikasi, baik dari segi jumlah pemain, ukuran lapangan, maupun aturan permainan, agar siswa tidak merasa bosan dan senantiasa termotivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Selain itu, guru perlu memberikan evaluasi dan umpan balik secara berkala terhadap perkembangan teknik servis atas setiap siswa.

2. Bagi Siswa, diharapkan dapat lebih aktif, disiplin, dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran PJOK, khususnya pada materi bola voli. Selain mengikuti pembelajaran di sekolah, siswa disarankan untuk terus berlatih teknik servis atas secara mandiri maupun bersama teman-teman di luar jam pelajaran agar kemampuan yang telah diperoleh dapat terus berkembang dan tidak menurun. Dengan latihan yang konsisten dan rutin, siswa akan semakin percaya diri, terampil, dan siap untuk berpartisipasi dalam pertandingan bola voli yang sesungguhnya.
3. Bagi Sekolah, diharapkan dapat mendukung pelaksanaan pembelajaran PJOK dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, seperti bola voli dalam jumlah yang cukup, net, serta lapangan yang layak digunakan untuk kegiatan pembelajaran maupun latihan siswa di luar jam sekolah. Pihak sekolah juga disarankan untuk memberikan dukungan terhadap pelatihan dan pengembangan kompetensi guru PJOK dalam menerapkan metode-metode pembelajaran inovatif, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal dan berkelanjutan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian sejenis dengan jumlah sampel yang lebih besar dan beragam, durasi penelitian yang lebih panjang, serta pada jenjang pendidikan yang berbeda agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Selain itu, peneliti selanjutnya juga disarankan untuk membandingkan efektivitas metode *Modified Games* dengan metode pembelajaran lain, seperti *Teaching Games for Understanding (TGfU)* atau *Team Game Tournament (TGT)*, guna mengetahui metode yang paling efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar bola voli siswa. Dengan demikian, hasil penelitian di bidang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat semakin berkembang dan memberikan kontribusi yang lebih luas bagi dunia pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin Mado, M. P. (2026). *inovasi pembuatan permainan pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan*. UMSIDA Press.
- Arifin, S. C. (2023). *Penerapan model PjBL dalam pembelajaran pasing bawah bola voli*. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16327>
- Atmoko, A. P., Lusianti, S., Rofi, M., & Atmoko, D. (2025). Pengaruh Modifikasi Bola terhadap Hasil Belajar Service Bawah Bola Voli pada Peserta Didik Kelas VII E di SMPN 7 Kediri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 03(04), 936–940.
- Doddy, M., Nurhasan, & Hartono, S. (2018). Pengaruh permainan modifikasi terhadap keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(1), 45–52.
- Dr. Ashar, S.Or., S.Pd., M. P., & Dr. Marhani, S.Pd., M. P. (2025). *Model Pembelajaran Teaching Games For Understanding*. TAHTA MEDIA GROUP.
- Faiq, M., & Pramono, H. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1), 60–68.
- Fadillah, F. R., & Novita, P. (2025). *Efektivitas Modifikasi Permainan Bola Voli dalam Meningkatkan Partisipasi Aktif Siswa Kelas VII SMP di SMPN 23 Tangerang Selatan*. 1295–1304.
- Hidayat, D. (2018). *MENINGKATKAN KETERAMPILAN SERVICE ATAS BOLA VOLI DENGAN MODEL TEAM GAME TOURNAMENT (TGT)*. 2(November), 7–12.
- Ihsan, M., & Mario, R. (2023). Implementasi pendekatan permainan dalam pembelajaran PJOK sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 11(1), 25–33.
- Jasmani, M. S.-P., Keolahragaan, F. I., Jasmani, D. S.-P., & Keolahragaan, F. I. (2017). MODIFIKASI PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLAVOLI UNTUK MENINGKATKAN MINAT SISWA TERHADAP PENDIDIKAN JASMANI , OLAHRAGA DAN KESEHATAN (Studi Pada Siswa Kelas X IIS 1 SMAN 1 Sukodadi Lamongan) Uswatun Hasanah Fifukha Dwi Khory Abstrak. *Modifikasi Pembelajaran Permainan Bolavoli Untuk Meningkatkan Minat Siswa Terhadap Pendidikan Jasmani*, 03(2), 59–63.

- Khairuddin, A., Putra, R., & Setiawan, D. (2023). Modified games sebagai strategi pembelajaran pendidikan jasmani pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Sport Pedagogy*, 3(2), 90–101.
- Lihayatus, & Yunusi, M. Y. M. E. (2024). Metode Pembelajaran Bermain Meningkatkan Semangat Belajar Siswa Di SD Al-Islam Surabaya. *Bada'a*, 6(2), 365–374. <https://doi.org/10.37216/badaa.v6i2.1490>
- Maghdalena, R. (2017). Pengaruh modifikasi permainan terhadap hasil belajar bola voli mini pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(1), 34–41.
- Rahmi, D., & Bachtiar, A. (2020). Hubungan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis atas bola voli. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 16(2), 85–92.
- Suandi, P. J., Syaputra, R., & Banat, A. (2023). Upaya meningkatkan hasil belajar servis atas bola voli dengan menggunakan media modifikasi alat pada siswa kelas iv sdn 33 kabupaten bengkulu tengah. *Educative Sportive*, 4(2), 84–89. <https://doi.org/10.33258/edusport.v4i02.4213>
- Salhidayah, Halim, R. A., & Syahfitri, A. (2025). *Optimalisasi Pembelajaran Melalui Pendekatan Bermain dalam Upaya Peningkatan Keaktifan Belajar Siswa SDN 02 Indralaya Selatan*. 1(2), 315–321. <https://doi.org/10.71417/jpc.v1i2.60>
- Salsabila, N., Rahayu, T., & Nugroho, A. (2023). Pembelajaran teknik dasar bola voli pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(1), 15–23.
- Samsudin, A., Hidayat, Y., & Prasetyo, A. (2021). Tingkat keterampilan motorik dasar siswa sekolah dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(1), 1–10.
- Saputra, M., & Maulana, I. (2020). Penerapan permainan modifikasi dalam pembelajaran bola voli mini di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Keolahragaan*, 8(2), 140–148.
- Sari, P., & Guntur, A. (2017). Analisis teknik servis atas bola voli pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Sport Science*, 5(2), 70–76.
- Widhiasto, R., Nugraha, B., & Pratama, R. (2020). Model pembelajaran berbasis permainan pada pendidikan jasmani sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 101–109.
- Wiguna, S., Atas, S., & Voli, B. (2018). *MENINGKATKAN KETERAMPILAN SERVIS ATAS BOLA VOLI*. 2(November), 63–70.