

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan tiga hal yang menjawab pertanyaan penelitian.

1. Pelaksanaan pembelajaran teknik passing bawah bola voli pada siswa kelas V SD Swasta Bethel Sintang telah menempuh tahap perencanaan (penyampaian materi sebelum praktik), pelaksanaan (praktik terbimbing di lapangan), dan refleksi (pengamatan guru terhadap perkembangan siswa), meskipun belum sepenuhnya optimal karena masih ditemukan kesalahan pada sikap awal, posisi tangan, dan gerakan lanjutan siswa.
2. Ketepatan passing bawah bola voli siswa kelas V sebagai hasil pembelajaran PJOK tergolong cukup namun belum optimal. Dari 21 siswa, hanya 6 siswa yang sudah mampu mengarahkan bola dengan tepat, sedangkan 15 siswa masih kesulitan menjaga keseimbangan tubuh dan mengontrol arah bola, terutama pada posisi tangan, lutut yang kurang ditekuk, dan ayunan lengan yang masih berasal dari siku.
3. Ketepatan passing bawah dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu motivasi, rasa percaya diri, kondisi fisik, dan konsentrasi, serta faktor eksternal, yaitu sarana prasarana, metode pembelajaran guru, lingkungan belajar, dan dukungan teman sebaya.

B. Implikasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan passing bawah siswa masih belum optimal, sehingga penguasaan teknik ini memerlukan pembelajaran yang terstruktur dan latihan yang berkesinambungan, tidak hanya dari sisi pemahaman teknik tetapi juga koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, konsentrasi, dan rasa percaya diri. Oleh karena itu, guru PJOK perlu merancang metode pembelajaran yang bervariasi dan memberi kesempatan latihan yang cukup agar siswa lebih mudah menguasai teknik dasar bola voli.

Selain itu, faktor internal (motivasi, minat, kondisi fisik, konsentrasi, rasa percaya diri) dan faktor eksternal (sarana prasarana, lingkungan belajar, dukungan guru dan teman sebaya) perlu mendapat perhatian karena turut menentukan keberhasilan siswa menguasai passing bawah. Temuan ini juga dapat menjadi referensi bagi pengembangan pembelajaran PJOK dan penelitian selanjutnya di bidang pendidikan olahraga.

C. Saran

1. Bagi Guru

Guru PJOK sebaiknya menggunakan metode pembelajaran yang lebih menarik dan variatif, memberikan latihan yang rutin, serta memotivasi siswa agar lebih percaya diri dan aktif dalam pembelajaran passing bawah bola voli.

2. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih aktif dan disiplin dalam pembelajaran passing bawah bola voli, serta lebih sering berlatih baik di sekolah maupun di luar sekolah agar keterampilannya meningkat.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan menambah jumlah bola voli agar sebanding dengan jumlah siswa dalam satu kelas, sehingga setiap siswa memperoleh kesempatan berlatih yang lebih banyak tanpa harus terlalu sering bergantian. Penambahan sarana ini dapat diupayakan melalui alokasi anggaran sekolah, kerja sama dengan komite sekolah dan orang tua siswa, maupun pengajuan bantuan sarana olahraga kepada Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sintang. Selain itu, sekolah juga diharapkan menata dan merawat lapangan yang tersedia agar tetap layak digunakan untuk praktik passing bawah bola voli secara rutin.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memperluas cakupan penelitian, menggunakan metode yang berbeda, dan mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi kemampuan passing bawah bola voli siswa sekolah dasar.