

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil observasi dan analisis data di lapangan diperoleh hasil pengamatan pada indikator kerjasama sebagai berikut:

1. Atlet sudah mampu kerjasama dengan pemain lain ditunjukkan dengan nilai rata-rata sentuhan sebanyak 2,57 sentuhan dan mengalami peningkatan, dimana rata-rata sentuhan siklus I sebanyak 1,59 sentuhan, sehingga peningkatan sentuhan bola voli pada siklus II ini sebesar 61,4%.
2. Atlet sudah mampu kerjasama dengan pemain lain ditunjukkan dengan rata-rata pola serangan menggunakan *smash* sebesar 0,52 dan mengalami peningkatan, dimana rata-rata pola serangan menggunakan *smash* pada siklus I sebesar 0,13, sehingga peningkatan pola serangan menggunakan *smash* sebesar 308,1%.
3. Atlet sudah memiliki tingkat kesiapan untuk kerjasama dengan pemain lain ditunjukkan dengan rata-rata keaktifan atlet untuk selalu bergerak sebesar 0,84 dan mengalami peningkatan, dimana rata-rata keaktifan atlet untuk selalu bergerak pada siklus I sebesar 0,51, sehingga peningkatan keaktifan atlet untuk selalu bergerak meningkat sebesar 64,1%.

Dari hasil penilaian tersebut, ketiga indikator kerjasama dalam permainan bola voli mengalami peningkatan lebih dari 60%, sehingga dapat disimpulkan

bahwa kerjasama dalam permainan bola voli dapat ditingkatkan melalui latihan modifikasi tiga lawan tiga.

B. Keterbatasan

Keterbatasan penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas ini tidak murni dilakukan dengan menggunakan modifikasi latihan, tetapi upaya-upaya peningkatan kerjasama dalam permainan bola voli disertai dengan pemberian teknik-teknik dasar bola voli, seperti servis, *passing*, *smash*, dan *defend smash*.

C. Saran

1. Bagi Atlet

- a. Atlet hendaknya dalam bermain membiasakan selalu aktif bergerak agar selalu siap menerima bola.
- b. Atlet hendaknya saling berkoordinasi dengan atlet lain agar kerjasama tim dapat terjalin dengan baik.

2. Bagi Klub Bola Voli

- a. Dalam pelatihan bola voli, terutama bagi kelas pemula hendaknya klub atau pelatih menerapkan latihan modifikasi ke dalam bentuk permainan bola voli mini, mulai dari dua lawan dua, tiga lawan tiga, dan empat lawan empat agar atlet terbiasa bergerak, lebih siap menerima datangnya bola.
- b. Untuk meningkatkan kerjasama tim bola voli, klub atau pelatih juga perlu memberikan pelatihan *passing* bawah dan atas secara bervariasi

dalam bentuk dril maupun permainan, serta memberikan pelatihan *smash* dan *defend smash* menggunakan pola serangan *smash* agar pemain bertahan, pengumpan dan penyerang terbiasa kerjasama melakukan serangan maupun *defend*.

- c. Klub hendaknya menyediakan sarana dan prasarana bagi terlaksananya aktivitas latihan bola voli mini.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dalam melakukan penelitian tindakan kelas dalam upaya meningkatkan kerjasama dalam permainan bola voli tidak hanya dilakukan melalui latihan modifikasi, tetapi disertai dengan pemberian teknik dasar bola voli dan taktik permainan, seperti (1) taktik penyerangan, (2) taktik pertahanan, (3) taktik individual, (4) taktik *group*, (5) taktik *team*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulkadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Ditjen Dikti Depdikbud.
- Aip Syarifuddin dan Muhadi. 1991. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Asep Kurnia Nenggala. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*, Cetakan I. Bandung: Grafindo Media Pratama.
- Asep Suharta. 2007. Pendekatan Pembelajaran Bola Voli Mini Sebuah Gagasan Konseptual. *Jurnal Iptek Olahraga*, Vol. 9, No.2, Mei-Agustus 2007, Hal. 134-153.
- Australian Sports Commission. 1996. *Modified Sport a Quality Junior Sport Approach*. Belconnen: Ross Graphics.
- Bonnie Robinson. 1997. *Bola Voli Bimbingan, Petunjuk & Teknik Bermain*. Semarang: Dahara Prize.
- Dieter Beuthelstahl. 2007. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: CV. Pionir Jaya.
- FIVB. 1999. *Coach Manual 1*. Lausanne, Switzerland, Federation Internationale de Volley-Ball.
- M. Ali. 2002.
- Machfud Irsyada. 2000. *Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Nana Sudjana dan Ibrahim. 1989. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru.
- Novi Lestari. 2008. *Melatih Bola Voli Remaja*, Edisi Keempat. Yogyakarta: PT. Citra Aji Parama.
- Nuril Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Sarumpaet. 1991. *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyono. 2006. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

- Suharno HP. 1982. *Metodik Melatih Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yunus M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Yuyun Ari W. 2007. Menanamkan Nilai Moral melalui Pembelajaran Bolavoli. *Artikel*, <http://staff.uny.ac.id>, Diakses Tanggal 20 Maret 2012.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, <http://bahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/index.php>