

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan mengenai tingkat motivasi berlatih atlet bola voli pada sekolah dataran tinggi dan rendah di Kabupaten Purbalingga, peneliti mengambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan tingkat motivasi berlatih atlet bola voli pada sekolah dataran tinggi dan rendah di Kabupaten Purbalingga masa *post pandemi* covid-19. Motivasi berlatih atlet bola voli pada sekolah dataran tinggi dan rendah adalah baik dapat dilihat pada hasil akhir kategori masing-masing sekolah.

### B. Saran

1. Atlet bola voli tingkat daerah dan nasional khususnya pada sekolah di Kabupaten Purbalingga perlu menyadari pentingnya motivasi untuk mengikuti latihan agar prestasi tercapai dengan maksimal.
2. Pelatih diharapkan dapat menumbuhkan motivasi berlatih agar disiplin, menjaga metode latihan, dan lebih kreatif dalam mengembangkan pembinaan agar atlet lebih tertarik untuk mengikuti latihan.
3. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dari segi metode, instrumen penelitian, maupun sampel penelitian.