

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasar pada hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Ada hubungan yang berarti antara kekuatan otot lengan dengan hasil servis bawah bolavoli pada siswi SMP Negeri 6 Sumenep tahun 2014.
2. Ada hubungan yang berarti antara koordinasi mata tangan dengan hasil servis bawah bolavoli pada siswi SMP Negeri 6 Sumenep tahun 2014.
3. Sumbangan kekuatan otot lengan terhadap hasil servis sebesar 47.1% sedangkan koordinasi mata tangan terhadap hasil servis sebesar 79,7% dan secara bersama-sama memberikan sumbangan sebesar 47% dalam menunjang hasil pukulan bawah siswi SMP Negeri 6 Sumenep tahun 2014.

#### **B. Saran**

Berorientasi pada hasil analisis dan simpulan hasil penelitian, maka perlu penulis ajukan saran-saran baik bagi para guru olahraga, pelatih olahraga khususnya pelatih bolavoli SMP Negeri 6 Sumenep, dan para peneliti sebagai berikut :

1. Penggunaan sampel dalam penelitian ini adalah para siswi puteri SMP Negeri 6 Sumenep yang menerima mata pelajaran berbagai macam cabang olahraga. Mata pelajaran olahraga hanya diberikan selama 2 jam pelajaran setiap minggunya, sehingga penguasaan materi khususnya permainan memiliki persentasi relatif kecil. Untuk itu agar mendapatkan gambaran yang lebih spesifik dapat dilakukan dengan menambah jumlah sampel atau mengambil subyek atau sampel dari para atlet yang telah menguasai teknik secara baik.
2. Pelaksanaan servis bawah dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik terutama sekali berkaitan dengan kekuatan, yaitu kekuatan otot lengan. Untuk memperoleh hasil optimal dalam melaksanakan servis bawah, unsur

kekuatan harus menjadi perhatian serius bagi para guru dan pelatih di dalam membina para atlet.

