

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah ditulis, maka penulis dapat mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada tidaknya hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash*

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh angka indeks korelasi $r_{hitung} > r_{tabel}$ yang menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash* pada pemain bolavoli PBV Zebra Batang-batang.

Sedangkan dalam interpretasi dengan menggunakan "*r*" *product moment*, ternyata "*r*" hitung lebih besar dari pada "*r*" tabel pada taraf signifikan 1%. Dengan demikian norma keputusannya, Hipotesis Alternatifnya (H_a) disetujui atau diterima atau terbukti kebenarannya, sedangkan Hipotesis Nol (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan *smash* ditentukan oleh kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan.

2. Besar hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash*

Hasil analisis data penelitian di atas dapat dijelaskan. Dari hasil perhitungan korelasi *product moment* diperoleh r_{hitung} 0,732 dengan N 20 dan r_{tabel} 0.561 (99 %) berarti $r_{hitung} > r_{tabel}$. Mengingat dengan taraf kepercayaan 99% data yang diperoleh mendukung hipotesis alternatif maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash*.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas disarankan kepada:

1. Bagi Pengamat Olahraga

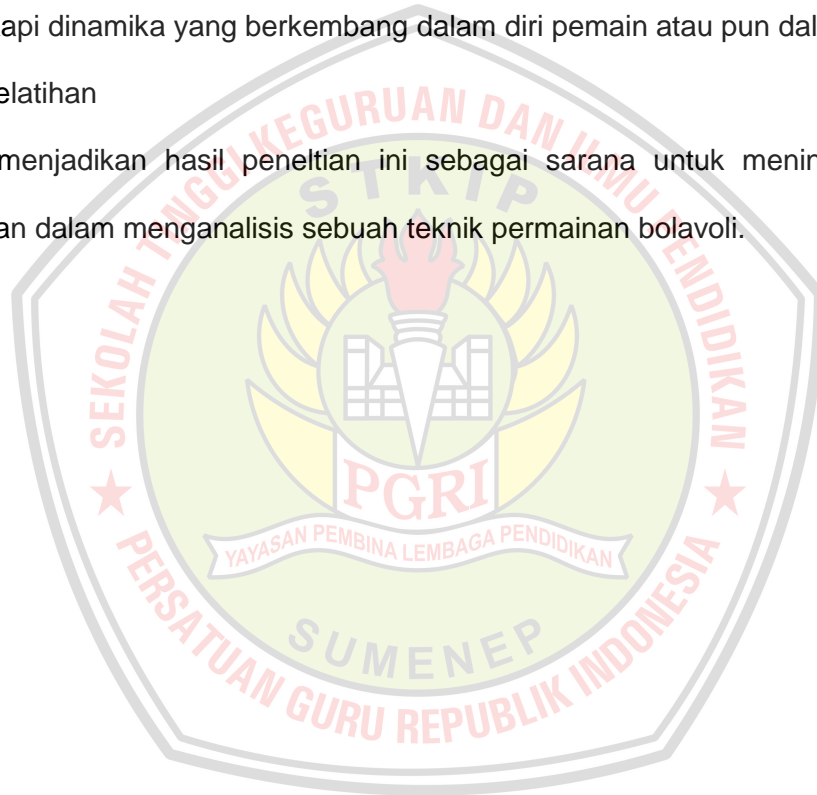
Hendaknya lebih menganalisis unsur-unsur yang dapat menunjang kemampuan *smash*.

2. Bagi Praktisi Olahraga

Hendaknya lebih menyikapi sebuah problematika pemain bolavoli, memahami dan menyikapi dinamika yang berkembang dalam diri pemain atau pun dalam tim.

3. Bagi Pelatihan

Lebih menjadikan hasil penelitian ini sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas pelatihan dalam menganalisis sebuah teknik permainan bolavoli.



DAFTAR PUSTAKA

Anggoto, Toha. 2008. *Metode Penelitian*. Jakarta: UT

Arikunto, Suharsiimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rineke Cipta.

Dhofir, Syarqowi. 2000. *Pengantar Metodologi Riset*. Yogyakarta: Iman Bela.

<http://Volimaniak.Blogspot.Com/2014/11/Video>

Http://Id.Wikipedia.Org/Wiki/Bola_Voli#Passing

Kuntjojo. 2009. *Metodologi Penelitian*. Kediri: Zainurrahman.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Muhajir. 2014. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Erlangga

Sidik, DZ. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Rosdakarya

Sumaryoto dkk. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Suparmin dkk. 2013. *Penjasorkes Kelas XII*. Surakarta: Suara Media Sejahtera

_____. 2013. *Penjasorkes Kelas XI*. Surakarta: Suara Media Sejahtera

_____. 2013. *Penjasorkes*. Surakarta: Suara Media Sejahtera

Syarifuddin dkk. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Taryono. 2007. *Pengaruh kekutan otot lengan dan kekuatan tinggi lompatan terhadap hasil pukulan smash dalam permainan bolavoli*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UNISMA Bekasi