

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis data, deskripsi, dan pengujian hipotesis maka dapat di simpulkan bahwa:

1. Adanya hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan terhadap hasil servis atas permainan bola voli pada pemain putra klub Porsela Pontianak dengan nilai sig.(2-tailed) sebesar 0,000 maka $0,000 < 0,05$ yang bearti variabel kekuatan otot lengan mempunyai hubungan secara signifikan dengan koefisien korelasi r hitung $> r$ tabel yaitu dengan nilai $0,987 > 0,468$ maka termasuk dalam kategori derajat hubungan yang sangat kuat.
2. Untuk variabel berikutnya yaitu adanya hubungan antara tingkat kecemasan terhadap hasil servis atas permainan bola voli pada pemain putra klub Porsela Pontianak dengan koefisien nilai sig.(2-tailed) sebesar 0,000 maka $0,000 < 0,05$ yang bearti variabel tingkat kecemasan mempunyai hubungan secara signifikan dengan koefisien korelasi r hitung $> r$ tabel atau $0,993 > 0,468$ maka termasuk dalam kategori derajat hubungan yang kuat.
3. Pada korelasi berganda adanya hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dan tingkat kecemasan terhadap hasil servis atas permainan bola voli pada pemain putra klub Porsela Pontianak dengan nilai Sig. F change adalah 0,000 dan taraf signifikansi = 0,05 atau ($0,000 < 0,05$) dengan nilai R nya yaitu 919 yang bearti mempunyai hubungan korelasi yang sangat kuat.

B. Saran

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari analisis data, maka penulis ingin mengajukan saran baik bagi pemain maupun bagi pelatih olahraga khususnya permainan bola voli dan para peneliti bahwa:

1. Pada permainan bola voli teknik-teknik dalam permainan harus bisa dilatih dengan baik bukan hanya teknik serangan tetapi teknik pada

pukulan servis juga merupakan teknik yang penting, karena pukulan servis bukan saja menjadi pukulan tanda di mulainya suatu permainan akan tetapi pukulan servis yang baik dan akurat juga bisa menjadi pukulan serangan bagi tim lawan.

2. Untuk meningkatkan teknik pada servis atas maka salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah kondisi fisik khususnya pada kekuatan otot lengan, maka bagi para pelatih maupun pemain juga harus memperhatikan kondisi pada kekuatan otot lengan baik untuk peningkatan kekuatan juga untuk meminimalisir agar tidak terjadinya cedera pada pemain.