

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil perhitungan data dan pengujian hipotesis serta pembahasan hasil penelitian yang telah, maka dapat ditetapkan suatu kesimpulan yang berkenaan dengan kekuatan otot lengan (X) dengan akurasi servis atas (Y) pada ekstrakurikuler di SMK Negeri 1 Banda Aceh adalah sebagai berikut: “Terdapat hubungan kekuatan otot lengan terhadap akurasi servis atas bola voli pada ekstrakurikuler di SMK Negeri 1 Banda Aceh”. Hal tersebut ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar 0,784 yang berada pada kategori Kuat dan diperoleh t_{hitung} kekuatan otot lengan terhadap akurasi servis atas sebesar 3,57, sedangkan t_{tabel} dengan derajat kebebasan 10-2 ($dk = 8$) pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ adalah sebesar 1,85. Hal ini berarti nilai t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} atau $3,57 \geq 1,85$. Dengan demikian hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima yaitu: “Terdapat hubungan kekuatan otot lengan terhadap akurasi servis atas bola voli pada ekstrakurikuler di SMK Negeri 1 Banda Aceh”.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi sekolah harus mampu menjadi fasilitator dalam usaha peningkatan prestasi bolavoli siswanya
2. Bagi pelatih dan guru hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan program latihan yang sesuai dengan kebutuhan siswa dan terutama mengenai kekuatan otot lengan atlet.

3. Bagi siswa yang akurasi servis atas kurang baik maka sebaiknya lebih ditingkatkan lagi latihan dengan memperhatikan kekuatan otot lengan sehingga hasilnya sesuai harapan.
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan variabel bebas lain, sehingga variabel yang mempengaruhi hasil akurasi servis atas dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.