

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada analisis deskriptif kuantitatif, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan secara umum yakni terdapat hubungan *power* lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMP Negeri 01 Seluas Kabupaten Bengkayang dengan dibuktikan nilai determinasi atau 0,103 atau 10,3%. Hasil ini menunjukkan bahwa kontribusi yang diberikan oleh *power* otot lengan terhadap kemampuan servis atas bola voli sebesar 10,3 % dan kontribusi sebesar 87,7% (100%-%). Sedangkan kesimpulan secara khusus secara berikut:

1. *Power* otot lengan pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 01 Seluas berdasarkan pengukuran *power* otot lengan menghasilkan skor minimal sebesar 5,43, maksimum sebesar 7,75, rata-rata sebesar 6,36, median sebesar 6,35, modus sebesar 6,56 dan standar deviasi sebesar 0,70 dengan jumlah nilai 5,43 – 5,83 sebanyak 9 siswa.
2. Kemampuan servis pada siswa putra ekstrakurikuler SMP Negeri 01 Seluas Kabupaten Bengkayang berdasarkan data pengukuran Kemampuan Servis Atas menghasilkan skor minimal 28, maksimum sebesar 34, rata-rata 30,56, median sebesar 30, modus sebesar 32 dan standar deviasi sebesar 1,73. Dengan jumlah nilai 6,62-7,02 sebanyak 9 siswa
3. Terdapat hubungan yang sangat rendah antara *power* otot lengan dengan kemampuan servis atas bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMP Negeri 01 Seluas Kabupaten Bengkayang dengan di buktikan p value $0,14 > 0,05$.

Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima karena terdapat hubungan dan diartikan tingkat korelasi rendah dengan interpretasi nilai.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan sebelumnya, maka peneliti menyarankan beberapa hal, sebagai berikut :

1. Bagi guru pendidikan jasmani atau pelatih, perlu memberikan banyak lagi latihan- latihan yang dapat mengembangkan kemampuan dasar siswa dalam melakukan servis atas dalam permainanbola voli.
2. Bagi Pihak Sekolah, Menyadari pentingnya untuk meningkatkan prestasi dalam olahraga baik itu olahraga voli maka diharapkan pihak sekolah membuat program khusus untuk selalu melakukan latihan agar dapat meningkatkan prestasi siswa. Salah satunya bisa dengan membuat program ekstrakurikuler yang terjadwal.