

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan dan analisis data penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan:

1. Terdapat hubungan yang signifikan tinggi badan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi. Ditandai dengan nilai signifikansi $0,004 < 0,05$, nilai kolerasi sebesar 0,609 dan persentase hubungan sebesar 37,1%.
2. Terdapat hubungan yang signifikan koordinasi mata dan tangan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi. Ditandai dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, nilai kolerasi sebesar 0,710 dan persentase hubungan sebesar 50,4%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan tinggi badan, koordinasi mata dan tangan secara bersama-sama dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi. Ditandai dengan nilai signifikansi $0,002 < 0,05$, nilai kolerasi sebesar 0,718 dan persentase hubungan sebesar 51,6%.

5.2 Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian berdasarkan temuan-temuan dalam penelitian, yaitu:

1. Menjadi masukan atau evaluasi untuk lebih meningkatkan tinggi badan, koordinasi mata dan tangan sehingga atlet bola voli SMK Al-Huda Sariwangi memiliki keterampilan *smash* yang baik.
2. Hasil yang diperoleh peneliti dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya.
3. Penelitian ini dapat dijadikan sumber bacaan dan sumber pengetahuan bagi pembaca khususnya pelatih bola voli dalam memberikan program Latihan.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa rekomendasi, yaitu:

1. Bagi Lembaga

Untuk lembaga diharapkan lebih memfokuskan teori Latihan dan tes pengukuran dalam materi perkuliahan karena memiliki keterkaitan untuk membuat program Latihan secara terukur dengan kemampuan atlet.

2. Bagi Pelatih

Untuk Pelatih, agar lebih memahami dan mengetahui komponen yang mempengaruhi dalam melakukan Smash. Seperti dalam melakukan *smash* agar terarah dapat memberikan latihan untuk meningkatkan tinggi badan dan koordinasi mata dan tangan.

3. Bagi Peneliti

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel dan menggunakan jenis penelitian yang lain seperti Eksperimen atau Analisis.