

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tidak terdapat hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota Klub ALKO Bandung.
2. Tidak terdapat hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota Klub ALKO Bandung.
3. Tidak terdapat hubungan antara tinggi badan dan panjang lengan secara bersama-sama dengan kemampuan teknik *spike* dalam permainan bola voli pada anggota Klub ALKO Bandung.

B. Saran

Berorientasi pada hasil analisis dan simpulan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka perlu penulis ajukan beberapa saran kepada para pelatih dalam melatih cabang olahraga bola voli khususnya teknik *spike*, sebagai berikut :

1. Bagi para pelatih dalam memberikan latihan teknik *spike* kepada para atlet hendaknya dilihat faktor fisik atau faktor hereditas seperti tinggi badan dan panjang lengan perlu diperhatikan serta di imbangi dengan peningkatan kondisi fisik agar pelatihan yang dilakukan dapat berhasil guna dan berdaya guna.