

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan penelitian yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat di tarik beberapa kesimpulan dan saran.

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara percaya diri dengan keterampilan servis bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMP Kartika 1-7 Padang ($t_{hitung} = 2,110 > t_{tabel} = 2,009$).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan servis bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMP Kartika 1-7 Padang ($t_{hitung} = 3,359 > t_{tabel} = 2,009$).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara percaya diri dan kekuatan otot lengan secara bersama-sama dengan keterampilan servis bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMP Kartika 1-7 Padang ($F_{hitung} = 8,382 > F_{tabel} = 3,187$).

B. Saran

1. Kepala Sekolah SMP Kartika 1-7 Padang, agar memfasilitasi sarana dan prasarana olahraga, sehingga tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, khususnya pembelajaran bolavoli dapat tercapai dengan baik.
2. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kartika 1-7 Padang, agar menjadi fasilitator yang baik dalam rangka meningkatkan keterampilan servis bawah bolavoli dengan mempertimbangkan rasa percaya diri dan kekuatan otot lengan.

3. Siswi SMP Kartika 1-7 Padang, agar memiliki percaya diri dan kekuatan otot lengan yang baik sehingga keterampilan servis bawah dalam permainan bolavoli dapat ditingkatkan.
4. Peneliti berikutnya, disarankan untuk melakukan penelitian sejenis dengan mengembangkan variabel dan jumlah sampel yang lebih luas lagi berkaitan dengan keterampilan servis bawah bolavoli.