

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Panjang lengan memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap hasil *passing* atas Bola Voli Siswa SMK Negeri 2 Panyabungan Tahun 2017.
2. Kekuatan otot lengan memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap hasil *passing* atas Bola Voli Siswa SMK Negeri 2 Panyabungan Tahun 2017.
3. Kekuatan jari-jari memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap hasil *passing* atas Bola Voli Siswa SMK Negeri 2 Panyabungan Tahun 2017.
4. Panjang lengan, kekuatan otot lengan, kekuatan jari-jari memiliki hubungan yang positif dan signifikan secara bersama-sama terhadap hasil *passing* atas Bola Voli Siswa SMK Negeri 2 Panyabungan Tahun 2017.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Agar dapat dijadikan acuan dalam mengevaluasi bentuk latihan *passing* atas bola voli.
2. Agar dapat dijadikan bahan ilmu pengetahuan dan juga sebagai bahan pertimbangan bagi pelatih, atlet serta masyarakat akan pentingnya

kemampuan panjang tangan, kekuatan otot lengan dan kekuatan *jari-jari* untuk kemampuan *passing* atas.

3. Agar dapat dilakukan penelitian lebih banyak lagi tentang *passing* atas agar lebih banyak lagi teridentifikasi variabel yang memiliki hubungan yang erat terhadap *passing* atas.
4. Dalam melakukan tes dan pengukuran dalam penelitian harap memperhatikan pelaksanaan tes yang menyimpang dari ketentuan agar tidak merusak hasil dari penelitian yang akan dilakukan.
5. Pastikan atlet dalam melakukan tes dengan sungguh-sungguh dengan kemampuan maksimal.