

BAB V

KESIMPULAN

1.1. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil analisis data dan pembahasan yang telah di uraikan diatas, maka dapat disimpulkan :

1. Hipotesis penelitian : bahwa terdapat hubungan antara kekuatan lengan otot dan kemampuan servis atas pada permainan bola voly di SMA Negeri 4 Kota Gorontalo, di terima.
2. Setelah di terima dari uji corelasi maka terhadap tingkat hubungan yang kuat dengan taraf 0.617

1.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Perlu adanya penelitian lanjutan tentang kemampuan melakukan latihan lengan otot yang dipadukan dengan model latihan lain sebagai upaya untuk meningkatkan prestasi siswa dalam bidang olahraga.
2. Dalam rangka meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lengan otot pada permainan bola voly perlu adanya pemberian latihan *servis atas*
3. Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan bacaan bagi mahasiswa. Untuk meningkatkan prestasi siswa dalam bidang olahraga bola voly sangat perlu dukungan dari berbagai pihak seperti orang tua, guru dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Mudzaffar. (2015). *“Model Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Dengan Pola Pendekatan Bermain Pada Pendidikan Jasmani.*
- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli.* Jakarta: Depdikbud
- Among Ma'mum dan Toto Subroto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bola Voli.* Direktorat Jendral Olahraga.
- Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Boa Voli.* Jakarta: Tim Anugrah.
- Kurniawan, Hendra. 2015. Pengaruh Kepuasan Kerja, Motivasi kerja, dan Kedisiplinan.
- M. Mariyanto. 2006. *Permainan Bola Besar II Bola Voli.* Jakarta: Departement Pendidikan dan Kebudayaan.
- M.Yunus. 1992. *Olahraga Pilihan Bola voli.* Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.`
- Mitranto. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Munasifah . 2010. *Atletik Cabang Lompat.* Semarang: Aneka Ilmu.
- Nugraheni, Wisma. (2010). *“Peningkatan Teknik Dasar Passing Permainan Bola Voli Dengan Bentuk Bermain Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Yogyakarta.*
- Somantri & Sujana. 2009. *Permainan Net.* Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta CV.
- Suharjana. 2013. *Kebugaran Jasmani.* Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Sujadmiko, Nugroho. (2010). *“Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Passing Menggunakan Bola Tidak Standar Dan Menggunakan Bola Standar Terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas IV dan V sd Negeri I Gabungan Tanon Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2009/2010.* Universitas 11 Maret Surakarta.

Sukadiyanto, dan Muluk. 2011. *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung : Lubuk Agung.

Zakinah. (2019). “ *Peningkatan Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Bola Voli Dengan Media Kartu Tugas Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Duapitue Kabupaten Sidrap*”.