

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

1. Tingkat kondisi fisik atlet bolavoli putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi dari 12 responden yang termasuk dalam klasifikasi baik ada 9 orang atlet (75%), dan klasifikasi sedang sebanyak 3 orang atlet (25%), tidak ada yang masuk klasifikasi sangat baik, kurang dan sangat kurang.
2. Tingkat keterampilan teknik dasar permainan bolavoli atlet bolavoli putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi dari 12 responden sebagian termasuk pada klasifikasi sedang, yaitu 67% masuk klasifikasi kurang, 17% Serta tidak ada atlet yang masuk pada klasifikasi baik sekali dan sangat kurang.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi fisik dengan keterampilan teknik dasar permainan bolavoli. Hal ini terbukti bahwa nilai korelasi (r_{xy}) antara kondisi fisik dengan keterampilan teknik dasar bolavoli yaitu sebesar 0.629 dengan p-value 0.028 signifikan pada α 5%. Hasil ini menunjukkan adanya dukungan terhadap hipotesis yang dirumuskan, artinya hipotesis dapat diterima
4. Besarnya besarnya hubungan antara kondisi fisik dengan keterampilan teknik dasar bolavoli pada atlet putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi yaitu sebesar 49.6%, sedangkan 50.4% lagi dipengaruhi oleh faktor lain, yang tidak termasuk dalam penelitian

B. Saran

Atas dasar hasil penelitian ini, ada beberapa hal yang dapat dijadikan bahan pertimbangan yaitu:

1. Bagi para pelatih pada umum dan pelatih bolavoli putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi pada khususnya, hendaknya melakukan upaya mengembangkan dan meningkatkan pembinaan prestasi para atlet.
2. Bagi pemain, hendaknya berusaha dengan sungguh-sungguh dalam berlatih untuk mendapatkan kemampuan dan prestasi yang lebih tinggi.
3. Pada mahasiswa yang akan mengadakan penelitian supaya diadakan penelitian yang sama dengan mengambil sampel yang berbeda.