

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terdapat kemampuan *smash* voli ditinjau dari antropometri dan kondisi fisik pada atlet Tanah Sekudung Kerinci, hasil analisis menunjukkan nilai koefisien determinasi sebesar 0.099 Artinya sekitar 9.9% kemampuan smash di pengaruhi oleh antropometri dalam model ini sedangkan sisanya 91.1% dipengaruhi oleh variabel lainnya, sekitar 5.9% Kemampuan Smash Voli Di tinjau Dari kondisi Fisik dalam model ini sedangkan sisanya 94.1% dipengaruhi oleh variabel lainnya, hasil analisis sebesar 0.136 Artinya sekitar 13.6% kemampuan smash voli di tinjau dari antropometri dan kondisi fisik dalam model ini sedangkan sisanya 86.4% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

#### **5.2 Saran**

Dari kesimpulan yang dikemukakan maka dapat disarankan sebagai berikut :

##### **1. Bagi tempat penelitian**

Bagi tempat penelitian diharapkan penelitian ini bisa dijadikan masukan untuk memperhatikan kondisi antropometri pada setiap atletnya. Dimana antropometri yang ideal dapat meningkatkan performa atlet.

##### **2. Bagi universitas**

Sebagai bahan wacana maupun bahan referensi penulisan dan menambahkan pengetahuan dibidang keolahragaan terutama di cabang olahraga bolavoli.

##### **3. Kepada penelitian selanjutnya**

Bagi para peneliti selanjutnya, mengingat masih banyak komposisi tubuh atau antropometri yang masih perlu dipahami menyesuaikan dengan karakter permainan bolavoli, maka disarankan untuk mengambil antropometri yang lebih spesifik sesuai dengan kebutuhan dalam permainan bolavoli.