BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Terdapat hubungan positif yang berarti antara koordinasi mata tangan dengan hasil akurasi *receive* pada atlet klub bola voli Fortius.
2) Terdapat hubungan positif yang berarti antara kelincahan dengan hasil akurasi *receive* pada atlet klub bola voli Fortius.
3) Terdapat hubungan positif yang berarti antara koordinasi mata tangan dan kelincahan secara bersama-sama dengan hasil akurasi *receive* pada atlet klub bola voli Fortius.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan di atas serta didukung oleh hasil perhitungan dan teori yang ada, maka peneliti memberikan saran yang diharapkan dapat menjadi masukkan yang bermanfaat, antara lain:

1. Dari hasil penelitian di atas diketahui bahwa koordinasi mata tangan memiliki kontribusi yang cukup besar dalam akurasi *receive* untuk memaksimalkan gerakan akurasi *receive*, maka sesuai dengan hal tersebut disarankan kepada pelatih bola voli agar memperhatikan kualitas koordinasi mata tangan para atletnya sehingga nantinya para atlet akan mempunyai koordinasi mata tangan yang baik sesuai dengan apa yang diharapkan.

2. Kelincahan pun juga menjadi hal yang sangat penting dan perlu diperhatikan oleh pelatih bola voli karena kelincahan memberikan kontribusi terhadap hasil akurasi *receive*.
3. Penelitian selanjutnya agar meningkatkan kualitas penelitian lebih lanjutnya khusus yang berkaitan dengan koordinasi mata tangan dan kelincahan terhadap hasil akurasi *receive*, diharapkan dapat menyempurnakan hasil penelitian ini dengan cara menambah subjek penelitian maupun variabel komponen fisik lainnya seperti kekuatan otot lengan, kecepatan, keseimbangan, dan kelentukan agar penelitian selanjutnya dapat bervariasi dan beragam sehingga kesimpulan yang diperoleh dapat lebih menyeluruh.