

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada pengaruh latihan menggunakan media audio visual (*video*) latihan *shooting* terhadap teknik menembak *jump shoot* pada atlet putra klub bola basket Wisnu Murti Sleman.
2. Latihan menggunakan media audio visual (*video*) latihan *shooting* lebih efektif daripada tanpa menggunakan media audio visual (*video*) latihan *shooting* terhadap teknik menembak *jump shoot* pada atlet putra klub bola basket Wisnu Murti Sleman.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi pada:

1. Jika pelatih tahu bahwa media audio visual (*video*) latihan *shooting* mampu meningkatkan teknik menembak *jump shoot* atlet, maka pelatih akan menerapkan latihan ini pada saat latihan.
2. Jika atlet tahu bahwa media audio visual (*video*) latihan *shooting* mampu meningkatkan teknik menembak *jump shoot*, maka atlet termotivasi untuk melakukan latihan ini.
3. Ada hasil penelitian tambahan berupa penelitian akurasi tembakan, bahwa dengan meningkatnya kemampuan teknik menembak, maka akurasi tembakan juga akan meningkat

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Sampel tidak di asramakan, sehingga kemungkinan ada yang berlatih sendiri di luar *treatment*.
2. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti masih sangat sedikit, sebatas pada atlet putra klub bola basket Wisnu Murti Sleman terkait dengan kurangnya dana untuk meneliti semua atlet bola basket.
3. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes teknik menembak *jump shoot*, seperti kondisi tubuh, faktor psikologis, dan sebagainya.
4. Kesadaran peneliti, bahwa masih kurangnya pengetahuan, biaya dan waktu untuk penelitian

D. Saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi pelatih untuk memberikan latihan yang lebih bervariasi lagi sebagai upaya untuk meningkatkan teknik menembak *jump shoot* bola basket.
2. Perlu diadakan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrumen penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmad. (1986). *Metode Khusus Pendidikan Agama*. Bandung: CV. Amrico.
- Agus S. Suryobroto. (2001). *Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani (diktat matakuliah)*. Yogyakarta: FIK UNY
- Akhmad Sudrajat. (2012). “ Belajar Dan Mengajar”. <http://www.Psb-psma.org/content/blog/strategimetode-mengajar>. (Diunduh pada tanggal 24 Februari 2012.)
- Azhar Arsyad. (2010). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Bompa. (1994). *Theory and Methodologi of Training*. Toronto: Kendal/Hunt Publishing Company.
- Consuelo G, Sevilla. (1993). *Pengantar Metodologi Penelitian*. (Alimuddin Tuwu: Terjemahan). Jakarta: UI-Press.
- Danny Kosasih (2008). “*Fundamental Basketball First Step To Win*”. Semarang: CV. Elwas Offset.
- Daryanto. (2010). *Belajar dan Mengajar*. Bandung: CV Yrama Widya
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: FIK UNY
- Dhony Fitrianto. (2010). *Peningkatan Kualitas Pembelajaran Renang Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas VI SD Muhammadiyah Domban II Tempel di Sleman*”. *Skripsi*. FIK UNY.
- Mar Rod. (2012). “*Image Jump Shoot Ray Allen*.” http://seattletimes.nwsourc.com/sports/links/rayallen_jumpshot.html. (Diunduh pada tanggal 22 Juli 2012.)
- Ismaryati. (2006). *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Ghalia Indonesia.
- Nana Sudjana. (1992). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nuril ahmadi. (2007). *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia.
- Saifuddin Azwar. (2001). *Reliabilitas dan Validitas*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.

- Saiful Amien. (2012). “ Media Audio Dan Video Untuk Pembelajaran”.
<http://benramt.wordpress.com/2010/01/18/media-audio-dan-video-untuk-pembelajaran/>. (Diunduh pada tanggal 22 Mei 2012.)
- Sanjaya Yasin. (2012). “Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual.”
<http://www.sarjanaku.com/2011/05/media-audio-visual.html>. (Diunduh pada tanggal 22 Mei 2012.)
- Setyo Nugroho. (1997). *Metodologi Penelitian Dalam Aktivitas Jasmani*. Yogyakarta: Fakultas Pendidikan Keperawatan Olahraga dan Kesehatan. IKIP Yogyakarta.
- Sugiyanto. (1993). *Belajar Gerak*. Jakarta: KONI Pusat
- Sugiyono. (2006). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY
- Sumadi Suryabrata. (1983). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir Untuk Instrumen*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Thomas Jerry, R. (1990). *Research Methods Physical Activity*. Illinios: Human Kinetics Books, Champaih.
- Triyanti Saptarini. (2008). “Perbedaan Pengaruh Media Gambar Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 1 Pundong”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Vina Indri Fitriani. (2010). “Efektifitas Latihan *Dribble* Pola *Slalom* Dengan Pola *Dribble* Beranting Terhadap Tingkat Kemampuan *Dribble* Siswa Ektrakulikuler Bolabasket di SMP N 1 Bantul”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wissel, Hal. (1996). *Basketball steps to succes* (Bagus Pribadi. Terjemahan). Jakarta: PT RajaGranfindo Persada. Buku asli diterbitkan Tahun 1994.
- Zollt Hartiyani. (2004). *Basketball for Everyone*. Geneva, Switzerland: FIBA