

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Ada hubungan tetapi tidak signifikan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, baik secara sederhana maupun parsial.
2. Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, baik secara sederhana maupun parsial.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, baik secara sederhana maupun parsial.
4. Secara bersama-sama ada hubungan yang positif dan signifikan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* pada permainan bolabasket siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman baik secara sederhana maupun parsial.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang olahraga, khususnya bolabasket, yaitu bagi guru atau pelatih dan atlet yang akan meningkatkan teknik *dribbling* hendaknya memperhatikan faktor-faktor tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan. Ketiga variabel tersebut memberikan sumbangan sebesar 71.7 %. Di sisi lain, agar memperhatikan faktor-faktor yang diduga mempunyai hubungan juga dengan kemampuan *dribbling*, karena masih 28.3 % yang belum diketahui dari faktor apa saja.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih fokus. Namun demikian dalam pelaksanaan di lapangan masih ada kekurangan atau keterbatasan sebagai berikut :

1. Penelitian ini hanya sebatas mengkorelasikan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* dalam permainan bolabasket.
2. Terlaksananya pengambilan data peneliti tidak memperhatikan kondisi fisik subyek penelitian. Hal itu dikarenakan peneliti tidak mampu untuk mengontrol aktivitas yang dilakukan subyek sebelum pengambilan data.
3. Peneliti tidak memperhatikan kondisi tempat sarana dan prasarana apakah sudah sesuai dengan standar permainan bolabasket.
4. Peneliti tidak memperhatikan berat bola dan tekanan angin yang digunakan untuk mengambil data.

D. Saran-saran

1. Bagi siswa yang belum mampu melakukan *dribbling* dengan baik, disarankan agar lebih sering melatih diri dengan menambah latihan-latihan yang dapat meningkatkan kualitas kecepatan dan kelincahan.
2. Bagi guru atau pelatih hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam pelaksanaan proses pembelajaran dan melatih bolabasket, khususnya dalam *dribbling* agar hasil evaluasi proses pembelajaran atau latihan lebih objektif.
3. Bagi peneliti selanjutnya perlu diadakan penelitian sejenis dengan objek yang lain, sehingga dapat meningkatkan wawasan dan diperoleh hasil yang lebih mendalam.