

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Terdapat perbedaan hasil tembakan *lay up* sisi sebelah kiri lapangan dan sisi sebelah kanan lapangan dengan teknik *underhand* pada peserta ekstrakurikuler bola basket putra SMA Negeri 1 Ngemplak Yogyakarta, dengan t hitung $12.114 > 2.09$ (t -tabel df 19) dan nilai signifikansi p sebesar $0.000 < 0.05$.
2. Sisi sebelah kanan lapangan lebih baik hasilnya daripada sisi sebelah kiri dalam tembakan *lay up* dengan teknik *underhand* pada pemain bola basket putra SMA Negeri 1 Ngemplak Yogyakarta, dengan t hitung $9.180 > 2.02$ (t -tabel df 38) dan nilai signifikansi p sebesar $0.000 < 0.05$.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi pada:

1. Pelatih menjadi lebih termotivasi untuk melatih tembakan *lay up* dengan teknik *underhand* dari sisi kanan dan sisi kiri pada siswa untuk meningkatkan hasil tembakan *lay up* dengan teknik *underhand*.
2. Atlet menjadi lebih percaya diri melakukan tembakan *lay up* dengan teknik *underhand*.

C. Keterbatasan Penelitian

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

1. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti masih sangat sedikit sebatas pada pemain bola basket SMU Negeri 1 Ngemplak Yogyakarta terkait dengan kurangnya dana untuk meneliti semua atlet bola basket se-DIY.
2. Tidak tertutup kemungkinan para atlet kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes tembakan *lay up* dengan teknik *underhand*.
3. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes, 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 tembakan *lay up* yang lebih bervariasi lagi sebagai upaya untuk meningkatkan hasil tembakan *lay up*.
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

- Asteria Dwiana Rahayu. (2006). Perbedaan Teknik Tembakan *Lay Up* Antara Teknik *Underhand* dan *Overhand* pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola basket SMA N 7 Yogyakarta. Yogyakarta: FIK UNY.
- Beni Achmad Saebani. (2008). *Metode Penelitian*. Bandung: CV PUSTAKA SETIA.
- Deddy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Elizabeth Hurlock. (1994) *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Gempur Safar. (2010). “Metode Kolmogorov Smirnov untuk Uji Normalitas”. *Artikel*. <http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metode-kolmogorov-smirnov-untuk-uji-normalitas/>. (Diunduh 2 Juli 2011).
- <http://www.basketball-plays-and-tips.com>. Diunduh pada tanggal 12 Oktober 2011 pada pukul 19.45 WIB.
- <http://www.basketmipa.blogspot.com/2009/04/lay-up.html>. Diunduh pada tanggal 12 Oktober 2011 pada pukul 20.15 WIB.
- Ibnu Hajar. (1999). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan*. Jakarta: PT Raya Grafindo Persada.
- Imam Sodikun. (1992). *Olahraga Pilihan Bolabasket*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Imam Suyudi. (1979). *Olahraga untuk SPG*. Jakarta . DEPDIBUD
- Len Hoy, Cyril A. Carter. (1980). *Tackle Basketball*. London: Cornerstone
- Rahmat Soepomo. (1970). *Coaching Bolabasket*. Dirjen Pemuda dan Olahraga.
- Suharsimi Arikunto. (1998). *Prosedur penelitian Suatu Pendekatan Praktek IV*. Jakarta: Bina Aksara.
- (2002). *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Bineka Cipta.
- (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukintaka. (1979). *Permainan dan Metodik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Sutrisno Hadi. (1980). *Statistik II*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM.

----- (1991). *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.

Tandiyo Rahayu. (2004). <http://wordpres.com/validitas>. diunduh pada hari rabu 28 Desember 2011 pada pukul 22.15

Wissel, Hal. (1996). *Basketball Step to Success*. Jakarta: Raja Grafindo Persada