

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada BAB sebelumnya, maka hasil penelitian yang dilakukan selama dua bulan dapat disimpulkan bahwa:

Pengaruh yang signifikan, setelah dianalisis menunjukkan harga  $t_{hitung} = 2,13$  dan  $t_{daftar} = 2,09$  dengan demikian harga  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{daftar}$  atau harga  $t_{hitung}$  telah berada di luar daerah penerimaan  $H_0$ . Sehingga hipotesis  $H_0$  yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh latihan teknik dasar terhadap kemampuan *shooting* pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Gorontalo, ditolak dan menerima  $H_A$  yang menyatakan; Terdapat pengaruh latihan teknik dasar terhadap kemampuan *shooting* pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Gorontalo. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini yaitu; terdapat pengaruh latihan teknik dasar terhadap kemampuan *shooting* pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Gorontalo.

#### **5.2 Saran**

Sehubungan dengan hasil penelitian yang dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran yang kiranya dapat dijadikan pedoman bagi para penggemar dan pelaku olahraga khususnya bola basket sebagai berikut:

1. Dalam rangka mengembangkan potensi permainan bola basket guna meningkatkan keterampilan khususnya kemampuan *shooting*, maka sangat efektif diterapkannya latihan teknik dasar
2. Dalam merencanakan program latihan, hendaklah dikaji dengan benar bentuk-bentuk latihan yang akan digunakan, sebab prinsip latihan kekuatan berbeda halnya dengan melatih komponen fisik latihan lainnya.