

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil *analisis* dan pembahasan yang telah diuraikan pada BAB sebelumnya, maka hasil penelitian yang dilakukan selama 8 minggu dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Terdapat pengaruh latihan *dribbling* tinggi terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket putra SMK Negeri 4 Gorontalo.
- 5.1.2 Latihan *dribbling* tinggi memberikan dampak yang *signifikan* terhadap kemampuan ketepatan *shooting* pada permainan bola basket putra SMK Negeri 4 Gorontalo.

5.2 Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian yang dikemukakan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang kiranya dapat dijadikan pedoman bagi para peneliti dan siswa yang ada di SMK Negeri 4 Gorontalo sebagai berikut:

- 5.2.1 Dalam rangka memacu siswa guna meningkatkan kemampuan ketepatan *shooting* pada permainan bola basket, maka sangat *efektif* diterapkannya latihan *dribbling* tinggi.
- 5.2.2 Dalam merencanakan program latihan, hendaknya dikaji dengan benar bentuk-bentuk latihan yang akan digunakan, sebab prinsip latihan *dribbling* tinggi berbeda dengan melatih komponen lainnya.

