

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

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

1. Terdapat pengaruh metode latihan *Dumble* terhadap kemampuan *Dribble BasketBall* pada Siswa Putra kelas 1 SMA Negeri 1 Marisa. Hasil pengujian menunjukkan bahwa  $t_{hitung} = 3.67 > t_{table} = 1,833$  pada tingkat kepercayaan 95%.
2. Terdapat pengaruh metode latihan *Rubber* terhadap kemampuan *Dribble Basket Ball* pada Siswa Putra kelas 1 SMA Negeri 1 Marisa. Hasil pengujian menunjukkan bahwa  $t_{hitung} = 4.125 > t_{table} = 1,833$  pada tingkat kepercayaan 95%.
3. Tidak Terdapat perbedaan pengaruh metode latihan *Dumble* dan latihan *Rubber* terhadap kemampuan *Dribble Basket Ball* pada Siswa Putra kelas 1 SMA Negeri 1 Marisa.

#### 5.2 Saran

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh selanjutnya peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literature tambahan bagi pelaku olahraga pada khususnya dan masyarakat pada umumnya diantaranya sebagai upaya peningkatan mutu olahraga.

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat detail menguji aspek-aspek cabang olahraga basket tidak hanya 1 komponen variabel yang ada di skripsi peneliti tetapi aspek kemampuan atau teknik lain pun di bahas, sehingga akan memperoleh hasil yang baik dalam penelitian ini.
2. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut tentang faktor lain yang mempengaruhi kemampuan *Dribble* bola basket sejalan dengan perkembangan ilmu

pengetahuan dan teknologi terlebih khusus dalam cabang olahraga bola basket.