

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian tingkat kemampuan *lay up shoot* siswa putra SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda, 1 siswa kategori sangat baik (8%), 3 siswa kategori baik (23%), 6 siswa kategori sedang (46%), 2 siswa kategori kurang (15%), dan 1 siswa kategori sangat kurang (8%). Secara keseluruhan dapat dikatakan bahwa dengan skor rata-rata 9, siswa peserta ekstrakurikuler bola basket SMK Muhammadiyah 4 Samarinda memiliki kemampuan *lay up shot* sedang.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Diketahui bahwa tingkat kemampuan *lay up shoot* siswa ekstrakurikuler bola basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda, hasil penelitian ini berimplikasi kepada pihak terkait dengan tingkat kemampuan *lay up shoot* peserta ekstrakurikuler bola basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda yang merupakan pengajar dan pembina dan pelatih ekstrakurikuler.

Secara teoritis, hasil penelitian dapat memberikan kontribusi untuk memperoleh informasi tentang hasil tingkat kemampuan *Lay Up Shoot* peserta kelas bola basket di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda dan dapat menjadi motivasi bagi siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket untuk terus belajar sehingga mereka dapat membuat kemajuan. Tampilannya lebih luwes, sedangkan untuk guru pendidikan jasmani, pelatih

ekstrakurikuler dan pembina menjadi bahan evaluasi keberhasilan kemampuan bermain ekstrakurikuler bolabasket.

C. Saran

Dilihat dari kesimpulan diatas, ada beberapa saran yang disampaikan peneliti, yaitu:

1. Peserta ekstrakurikuler bola basket di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda agar tingkat kemampuan bermain bola basket terus meningkat dan meningkat hingga tercapai prestasi yang maksimal.
2. Pelatih agar menggunakan hasil penelitian ini sebagai pedoman dalam merancang program latihan yang terstruktur bagi anggota ekstrakurikuler bola basket.
3. Peneliti yang akan datang, dapat membuat penelitian pada kemampuan *lay up shoot* bolabasket dengan mengubah atau mengganti variable yang lain dan memperluas penelitian.