

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan terkait pengaruh waktu pembelajaran terhadap motivasi dan keterampilan basket pada siswa anggota ekstrakurikuler basket di SMAN Cimanggung serta melihat perbedaan berdasarkan gender, kesimpulannya adalah: 1) Hasil treatment atau perlakuan selama 8 kali pertemuan menunjukkan adanya peningkatan motivasi pada kelompok pembelajaran pagi dan siang juga berdasarkan gender tetapi peningkatannya tidak signifikan. 2) Begitu juga pada aspek keterampilan basket pada kelompok pembelajaran pagi dan siang juga berdasarkan gender terdapat peningkatan yang signifikan. 3) Terdapat perbedaan secara nilai tetapi tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara waktu pembelajaran yang berbeda serta pada perbedaan aspek gender juga. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya faktor cuaca, hormon, serta kebutuhan fisik.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa saran, di antaranya yaitu: 1) Bagi guru dan pengelola ekstrakurikuler ketika melaksanakan latihan di waktu tertentu lebih memperhatikan cuaca, fisiologis, serta kondisi fisik agar motivasi serta keterampilan basket yang dilatih terdapat peningkatan. 2) Bagi siswa anggota ekstrakurikuler basket untuk lebih memperhatikan faktor internal serta eksternal yang bisa mempengaruhi motivasi dan keterampilan basket dirinya masing-masing agar ketika melakukan latihan mendapat hasil yang lebih baik. 3) Dalam penulisan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan dan kesalahan. Maka dari itu kepada peneliti yang akan mengkaji dengan topik permasalahan yang serupa hendaknya untuk lebih cermat memperhatikan berbagai teori yang lebih mendalam agar ke depannya memperoleh hasil yang lebih baik.