

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Dalam pertandingan *rebound* dan *assist* sangat memiliki pengaruh dalam persentase kemenangan cabang olahraga bola basket, akan tetapi tidak melupakan teknik-teknik dasar mencetak poin seperti *shooting* dan *layup*. Dengan menguasai teknik dasar tersebut dan di tunjang dengan *rebound* dan *assist* maka ada kesempatan besar untuk meraih target juara. Apabila *rebound* dan *assist* tim sangat baik sedangkan teknik dasar *shoot* atau *layup* tidak di latih maka hal tersebut tidak akan bisa mencapai target juara. Karna kembali lagi kepada prinsip bola basket yang mencetak angka sebanyak-banyaknya ke dalam keranjang lawan. Hal utama adalah mencetak poin dan ditunjang dengan *rebound* dan *assist* maka kesempatan target juara sangat besar. Berdasarkan rumusan masalah penelitian ini *rebound* dan *assist* memberikan pengaruh terhadap kemenangan cabang olahraga bola basket.

#### B. SARAN-SARAN

Saran-saran yang dapat penulis kemukakan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Bola Basket UPI Bandung, Pembina dan pelatih bola basket hendaknya berlatih teknik dasar *shoot* dan *lay up* agar tim dapat mencetak poin. Kemudian ditunjang dengan latihan *rebound* dan *assist* untuk menunjang tim agar target juara bisa tercapai.
2. Untuk para atlet tinggi badan tidak menunjang keberhasilan *rebound* akan tetapi teknik dasarlah yang mempengaruhi kualitas *rebound*.
3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi para atlet. Karena faktor persentase kemenangan cabang olahraga

bola basket tidak hanya *rebound* dan *assist*. Faktor lain perlu diteliti, karena masih banyak faktor lain yang menunjang persentase kemenangan yang harus diteliti lebih dalam.