

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada latar belakang masalah, tinjauan teoretis, penentuan metode penelitian, pengolahan dan analisis data sebagai deskripsi dari variabel penelitian, serta perumusan diskusi penemuan, maka dalam penelitian ini penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut :

1. Gambaran antropometrik atlet scorpio basket ball pada umumnya berada dalam kategori sedang dan baik sekali.
2. Kemampuan shooting atlet scorpio basket ball berada dalam kelompok umur 16 pada umumnya berada dalam kategori baik sekali.
3. Tidak Terdapat hubungan yang signifikan antara antropometrik dengan kemampuan shooting pada olahraga bola basket.

#### **B. Saran-Saran**

Setelah mengetahui hasil penelitian yang telah diperoleh, selanjutnya penulis mengajukan beberapa saran yang dapat digunakan sebagai pemahaman dan literatur pada proses latihan dan ketika memilih pemain. Adapun beberapa saran tersebut diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Penulis berharap kepada pelatih dan Pembina dalam memberikan latihan kepada atlet harus seimbang antara latihan fisik, teknik, taktik dan mental, agar perkembangan atlet stabil dan dapat menampilkan prestasi yang maksimal sesuai dengan apa yang diharapkan.
2. Penulis berharap dalam pembinaan atlet, pelatih dan Pembina bisa menyediakan seorang pencari bakat (scouting) dalam merekrut atau mencari bibit-bibit potensial.
3. Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian yang terbatas pada aspek antropometrik dan shooting pada olahraga bola basket, sehingga penulis menyarankan pula kepada peneliti berikutnya untuk mengukur kemampuan dari aspek yang lebih luas lagi yaitu : aspek fisik, teknik, taktik

dan psikologis. selain itu penulis menyarankan untuk meneliti kategori-kategori pemanjatan lainnya seperti dribble, rebound, passing, dll. Sehingga dapat lebih menggamarkan proses pembinaan yang sebenarnya.

4. Kepada para peneliti selanjutnya penulis menganjurkan, apabila akan melakukan penelitian sebaiknya mencari literatur-literatur yang beragam demi kelancaran penelitian serta menentukan permasalahan yang jelas.

