

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji hipotesis diperoleh kesimpulan sebagai berikut: (1) Secara keseluruhan terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan, antara metode latihan pemahaman bermain dan metode latihan data base statistik terhadap performa atlet bolabasket. Dari data keseluruhan, metode latihan pemahaman bermain memberikan pengaruh yang lebih baik daripada metode latihan data base statistik, hal ini disebabkan karena melalui metode pemahaman bermain terdapat tahapan pengulangan yang berkaitan dengan teknik dalam situasi permainan sehingga tidak hanya pemahaman bermain saja yang dilatih tetapi keterampilan teknikpun diberikan; (2) Terdapat interaksi antara metode latihan dan kemampuan awal keterampilan bermain bolabasket yang memberikan perbedaan pengaruh terhadap performa atlet bolabasket. Hal ini disebabkan dengan adanya tes untuk mengukur kemampuan awal keterampilan bermain bolabasket, dikelompokkan mana yang kemampuan awal tinggi dan rendah. Dari kemampuan awal tersebut, akan terlihat apakah terdapat interaksi antara variabel atribut terhadap performa atlet; (3) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan, antara metode latihan pemahaman bermain dan data base statistik terhadap performa atlet bolabasket pada kelompok kemampuan awal keterampilan bermain bolabasket tinggi. Dari hasil data, metode latihan pemahaman bermain memberikan pengaruh lebih baik daripada metode latihan data base statistik. Hal ini disebabkan karena metode pemahaman bermain untuk kelompok kemampuan awal bermain bolabasket tinggi, kemampuan tekniknya sudah tinggi sehingga mudah mengimplementasikan kemampuannya dalam situasi memecahkan masalah saat di lapangan. Berbeda dengan yang kemampuan rendah, akan kesulitan untuk memecahkan masalah karena kemampuan keterampilan teknik dasarnya belum baik; (4) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan pemahaman bermain dan metode latihan data base statistik terhadap performa atlet bolabasket pada kelompok tingkat keterampilan bermain bolabasket rendah. Dari hasil data, metode latihan data base statistik memberikan pengaruh lebih baik daripada metode latihan pemahaman bermain. Hal ini disebabkan karena kelompok

kemampuan awal rendah diberikan latihan drill yang lebih dibandingkan dengan yang kemampuan awal tinggi, sedangkan bagi yang kelompok kemampuan awal rendah mengalami kebosanan saat diberikan metode latihan drill/ pengulangan.

B. Implikasi

Implikasi yang akan dibahas meliputi : (1) implikasi terhadap teori dan (2) dampak terhadap penerapan praktis:

(1) Implikasi terhadap teori, berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa dalam permainan bolabasket terdapat dua metode latihan yang masing-masing dapat meningkatkan baik itu terhadap taktik bermain yang berdasarkan metode latihan pemahaman bermain, maupun dari teknik dasar yang berdasarkan hasil dari metode latihan data base statistik.

Melalui metode latihan pemahaman bermain, atlet diberikan konsep kesadaran bermain walaupun dalam penerapannya dibutuhkan teknik yang tepat untuk memecahkan masalah pada situasi saat bermain. Proses penerapan pemahaman bermain tidak diberikan latihan khusus pada teknik dasar secara terpisah, namun sekaligus diberikan dalam suasana bermain yang mirip dengan permainan sesungguhnya. Kemampuan memecahkan masalah merupakan bagian dari ciri-ciri orang yang sudah terampil memainkan permainan bolabasket, karena dengan kemampuan yang tinggi secara otomatisasi sudah mampu mengatasi masalah-masalah yang kompleks pada saat bermain.

Sedangkan metode latihan yang dapat meningkatkan teknik dasar bermain bolabasket, yaitu melalui metode latihan data base statistik. Metode latihan ini, berdasarkan hasil kajian di lapangan serta didukung dengan beberapa kajian teori yang ternyata cocok untuk atlet berbakat usia yang kemampuan awalnya rendah. Fakta di lapangan menunjukkan melalui metode latihan data base statistik akan meningkatkan kemampuan teknik dasar bermain, karena dengan metode latihan data base statistik kemampuan teknik dasar atlet dianalisis terkait kekurangan kemampuan bermain atlet tersebut. Sehingga ketika setelah diberikan metode latihan data base statistik, performa atlet memiliki peningkatan yang signifikan khususnya bagi atlet berbakat usia 11-14 tahun yang berkemampuan rendah.

Maka implikasi terhadap teoritis dalam penelitian ini adalah membantu memperkuat kualitas sumber daya manusia, terutama penguatan terhadap kompetensi teknik dasar maupun menguatkan kompetensi pemecahan masalah melalui metode latihan pemahaman bermain dan metode latihan data base statistik. Selain itu, secara teoritis dapat dikembangkan penelitian ini dengan teori lain seperti teori *Knowledge of performance* atau teori *Knowledge of result*, bahkan dapat dikembangkan dengan teori-teori lain.

2). Implikasi terhadap penerapan praktis, dari hasil penelitian ini bagi para pelatih di klub dapat dijadikan sebagai sumber pertimbangan dalam menerapkan program latihan bagi atlet berbakat usia 11-14 tahun yang berkemampuan tinggi dan rendah khususnya dalam permainan bolabasket. Selain itu, dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi para pemangku jabatan dibidang pembinaan prestasi khususnya diorganisasi bolabasket (PERBASI) dalam menyusun konsep program pembinaan atlet berbakat untuk dijadikan bahan masukan dalam meningkatkan performa atlet serta menggunakan catatan statistik untuk kepentingan seleksi atlet. Selain itu, bagi pemangku kebijakan di dinas pendidikan, catatan statistik dapat digunakan untuk seleksi atlet berprestasi baik untuk penerimaan siswa baru maupun untuk mewakili atlet prestasi ke jenjang antar pelajar daerah maupun nasional.

C. Saran/ Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah penulis lakukan dan kemukakan, terdapat beberapa hal yang ingin penulis sampaikan sebagai masukan dan saran sebagai berikut:

1) Metode latihan bagi atlet berbakat usia 11-14 tahun yang berkemampuan awal tinggi disarankan lebih baik menggunakan metode latihan pemahaman bermain daripada menggunakan metode latihan data base statistik. Sedangkan bagi atlet berbakat usia 11-14 tahun yang berkemampuan awal rendah lebih baik menggunakan metode latihan data base statistik. Selain itu, dapat dikembangkan secara praktik ke dalam bentuk TGfU dan/atau Game Sense Approach.

2) Jika tidak mengukur kemampuan awal keterampilan bermain, disarankan untuk menjalankan metode latihan pemahaman bermain, metode latihan data base

statistik maupun kedua metode latihan tersebut secara bergantian agar performa atlet berbakat usia 11-14 tahun dapat meningkatkan performa terbaik.

3) Bagi peneliti selanjutnya, untuk metode pemahaman bermain diharapkan pada saat latihan *drill*nya itu harus dilakukan secara berulang-ulang dan detail jika terjadi kesalahan yang dilakukan oleh atlet.

4) Bagi peneliti selanjutnya, untuk metode latihan data base statistik diharapkan pada saat latihan *drill* disesuaikan dengan situasi permainan, contohnya saat latihan *dribbling* atlet tidak hanya latihan dribbling lurus atau zig-zag saja tetapi dikembangkan dengan adanya penjagaan yang tidak terlalu ketat.