

## **BAB V**

### **SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan kecepatan rata-rata yang ditempuh setiap pemain berdasarkan posisinya.
- 2) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan kecepatan maksimum yang ditempuh setiap pemain berdasarkan posisinya.
- 3) Kecepatan rata-rata dan kecepatan maksimum setiap pemain dalam permainan bola basket relatif sama karena para pemain merupakan tim yang sudah terlatih dan memiliki taktik bertahan dan menyerang yang kolektif secara tim.

#### **5.2 Implikasi dan Rekomendasi**

##### **5.2.1 Implikasi**

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan kecepatan rata – rata dan kecepatan maksimum yang ditempuh setiap pemain berdasarkan posisinya. Implikasi dari penelitian ini meliputi beberapa hal yang dapat dimanfaatkan oleh berbagai pihak yaitu sebagai berikut :

- 1) Pentingnya penggunaan alat GPS untuk merekam dan menganalisis kondisi fisik atlet seharusnya sudah menjadi salah satu peralatan yang wajib dimiliki sebuah tim baik pemula maupun professional. Karena dengan penggunaan alat modern seperti itu dapat memantau secara akurat dan cepat tentang perkembangan atlet, sehingga para pelatih dapat menyusun program latihan yang tepat untuk para atletnya.

##### **5.2.2 Rekomendasi**

Setelah memaparkan implikasi penelitian. Peneliti bermaksud untuk mengemukakan beberapa hal terkait rekomendasi penelitian. Rekomendasi yang

diajukan oleh peneliti diharapkan dapat bermanfaat dalam membantu memberikan gambaran dari penelitian ini. Maka dari itu peneliti merekomendasikan beberapa hal untuk penelitian selanjutnya yaitu sebagai berikut:

- 1) Dalam penelitian ini penulis hanya menggunakan sampel satu tim bola basket yang terdiri dari 10 (sepuluh) orang, agar hasil lebih optimal peneliti selanjutnya dapat menggunakan sampel yang lebih besar misalnya menggunakan sampel seluruh tim yang bertanding dalam sebuah kompetisi tertentu seperti Indonesia Basketball League (IBL) atau tim-tim bola basket amatir yang bertanding dalam liga amatir.
- 2) Kedepannya penulis berharap penelitian sejenis yang menggunakan peralatan canggih dan modern untuk kemajuan olahraga di Indonesia semakin marak dan terus berkembang, yang dapat berdampak langsung bagi kemajuan olahraga di Indonesia pada umumnya.