

BAB V

KESIMPULAN,IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian pengaruh metode latihan *BEEF* terhadap keterampilan *shooting* bola basket usia remaja adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan metode *beef* terhadap keterampilan *shooting* bola basket usia remaja.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil kesimpulan, penulis memiliki implikasi agar dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai kajian ilmiah, teori dan bagian penulis selanjutnya **mengenai metode latihan *BEEF* terhadap keterampilan *shooting* bola basket usia remaja.**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu acuan atau bahan pertimbangan bagi para pelatih bola basket untuk mengembangkan kemampuan anak di usia muda untuk meningkatkan keterampilan *shooting*.

5.3 Saran

Atas dasar hasil penelitian, maka saran-saran yang dapat dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Bagi para pembina pelatih bola basket usia muda agar menerapkan metode latihan *BEEF* sedini mungkin
2. Bagi pemain flamboyan disarankan dapat meningkatkan keterampilan *shooting* secara sistematis dan berkesinambungan.
3. Bagi peneliti selanjutnya penulis berharap agar dapat menyempurnakan penelitian dengan wawasan dan jangkauan yang luas, karena penulis masih merasa memiliki banyak kekurangan dalam penelitian ini karena keterbatasan tenaga,waktu serta mater.