

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Tidak ada hubungan kekuatan otot lengan, keseimbangan dan konsentrasi terhadap *Shooting* bola basket pada Klub Taruna Kabupaten Sumenep.

#### **B. SARAN**

Bagi para peneliti diharapkan dapat mengembangkan dan menyempurnakan penelitian dengan cara melakukan penelitian menggunakan variable lain yang dapat lebih mempengaruhi kekuatan otot lengan, keseimbangan dan konsentrasi terhadap medium shoot bola basket. Bagi atlet yang medium shootnya kurang, maka hendaknya memperbanyak latihan individu agar dapat membuat teknik medium shootnya lebih baik lagi. Sedangkan, saran untuk klub yaitu dapat memberikan penyuluhan tentang kekuatan otot lengan, keseimbangan dan konsentrasi terhadap shooting medium shoot bola basket secara spesifik dan lebih memperbanyak literature atau bahan bacaan secara tertulis ataupun menggunakan media online. Dalam skripsi ini masih ada banyak kekurangan, untuk peneliti selanjutnya sebaiknya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian instrumen penelitian ini. Bagi penelitian selanjutnya hendaknya menambah variabel lain yang dapat mempengaruhi.