

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan data yang diperoleh dan penelitian yang dilaksanakan tentang pengaruh variasi latihan *dribble crossover* terhadap hasil *dribbling* bolabasket pada peserta ekstrakurikuler SMPN 1 Sumenep tahun 2018, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa latihan *dribble crossover* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *dribbling* bolabasket pada peserta ekstrakurikuler SMPN 1 Sumenep tahun 2018, dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sebesar $36,053 > 1,729$ (t-tabel df 19).
2. Pengaruh penerapan variasi latihan *dribble crossover* terhadap hasil *dribbling* bolabasket pada peserta ekstrakurikuler SMPN 1 Sumenep tahun 2018 signifikan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, beberapa saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi pelatih, untuk memberikan latihan yang lebih bervariasi lagi sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan *dribble* bola basket.
2. Bagi siswa, lebih semangat untuk terus latihan dan mencapai keberhasilan menjadi pemain basket yang lebih baik lagi.