

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat keterampilan *passing* dalam permainan bola basket pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMAN 11 Medan, dapat disimpulkan bahwa secara umum keterampilan *passing* siswa berada pada kategori cukup. Dari 18 siswa yang mengikuti tes, sebanyak Baik Sekali sebanyak 2 siswa (11%), Baik sebanyak 6 siswa (33%), Cukup sebanyak 4 siswa (22%), Kurang sebanyak 5 siswa (28%), dan Kurang Sekali sebanyak 1 siswa (6%). Dengan nilai rata-rata sebesar 17, hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan *passing* yang berada pada tingkat cukup/sedang dan masih memerlukan peningkatan. Hasil ini memberikan gambaran bahwa kegiatan ekstrakurikuler yang berlangsung selama ini sudah memberikan kontribusi terhadap penguasaan teknik dasar *passing*, namun pelaksanaan latihan yang lebih terfokus, terstruktur, dan berkelanjutan tetap diperlukan agar keterampilan siswa dapat meningkat secara merata dan optimal.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta manfaat praktis yang telah dirumuskan, disampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru/Pelatih:

Disarankan agar guru dan pelatih bola basket memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam menyusun program latihan teknik

dasar, khususnya keterampilan *passing*. Latihan hendaknya dilakukan secara rutin dan variatif agar peningkatan kemampuan siswa berlangsung optimal dan merata.

2. Bagi Siswa:

Siswa peserta ekstrakurikuler bola basket diharapkan menjadikan hasil evaluasi ini sebagai motivasi untuk meningkatkan intensitas latihan, terutama pada aspek *passing*. Siswa dengan kategori kemampuan rendah perlu mendapatkan perhatian lebih melalui latihan tambahan atau bimbingan individu.

3. Bagi Sekolah:

Sekolah diharapkan mendukung kegiatan ekstrakurikuler bola basket melalui penyediaan fasilitas, waktu latihan yang memadai, serta pelatih yang kompeten. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar dalam merancang strategi pembinaan atlet guna membentuk tim sekolah yang kompetitif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dijadikan referensi awal untuk studi lanjutan dengan cakupan lebih luas. Peneliti berikutnya disarankan meneliti keterampilan lain seperti shooting, dribbling, atau kemampuan bertahan, serta mengevaluasi faktor internal dan eksternal yang memengaruhi keterampilan tersebut.