

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Hasil analisis statistik antara *pretest* dan *posttest* pada hasil tes jump ekstrakuriler SMPN 1 Tambun utara olahraga basket menunjukkan ada pengaruh yang signifikan. Memberikan pengalaman tentang teknik *jump shoot* pada siswa ekstrakurikuler bola basket meningkatkan kemampuan mereka dengan adanya penelitian ini. Peneliti menjadi lebih banyak mengenal sifat siswa sekolah SMPN 1 Tambun utara ekstrakurikuler bola basket dan bagaimana cara pendekatan dalam melatih siswa tersebut. Peneliti memperoleh pengalaman praktek dengan ikut memberikan program latihan teknik *jump shoot* pada olahraga bola basket, sehingga dapat melihat langsung apa saja hal-hal positif dari latihan pada jarak bertahap dan berpindah teknik *jump shoot*.