

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan peningkatan hasil belajar *Shooting* dengan metode *Beef* pada siswa ekstrakurikuler SMP NEGERI 9 BEKASI Kecamatan Jatiasih Kota Bekasi, mendapatkan hasil yang efektif, karena setiap siklus yang dilaksanakan oleh siswa mengalami peningkatan dari semua aspek penilaian yang ada dalam penelitian sebagai berikut :

1. Hasil *posttest* peserta didik meningkat setelah diberikan perlakuan, berbeda dengan hasil sebelumnya yaitu *pretest*. Yang dapat dilihat ketika test awal terdapat 7 siswa yang tidak tuntas dari 10 siswa keseluruhan nilai terendah 5 dengan presentase 70% nilai tertinggi sebesar 7 dengan presentase yang tuntas yaitu 30% dari jumlah siswa.
2. Kemudian dilakukan tindakan lanjutan yaitu *posttest* dengan hasil yang signifikan nilai rata-rata siswa mencapai 9,2 dengan presentase siswa yang tidak tuntas yaitu dan presentase siswa yang tuntas 70% nilai tersebut sudah diatas kriteria ketuntasan minimal (KKM), sehingga menghasilkan peningkatan sesuai dengan tujuan penelitian yang diharapkan.
3. Latihan shooting dengan konsep *BEEF* mampu meningkatkan secara signifikan keterampilan *shooting* bola basket di SMPN 9 BEKASI.

## **B. Saran**

Penulis menyadari penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, karna keterbatasan pengalaman yang dimiliki penulis serta masih banyak faktor lain yang dapat menentukan berhasil atau tidaknya penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan :

1. Siswa hendaknya menggunakan pola Latihan *BEEF* ini sebagai salah satu pembelajaran agar dapat meningkatkan hasil latihan pada ekstrakurikuler tersebut.
2. Dalam penelitian ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan model latihan *shooting*.
3. Pelatih hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan, menyampaikan materi dan diharapkan sebagai motivator dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler yang lebih mengutamakan proses dan hasil atlet.