

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan data, penulis memperoleh kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian mengenai Hubungan *Agility* dan Kemampuan *Vertical Jump* sebagai berikut:

- a. Karakteristik pada penelitian ini di dominasi oleh perempuan yang terdiri dari 18 sampel (60,0%), dengan usia di dominasi oleh usia 16 tahun sebanyak 18 reponden (60,0%), kemudian untuk tinggi badan didominasi oleh sampel dengan tinggi badan 161-170 cm sebanyak 14 sampel (46,7%) dan untuk karakteristik berat badan didominasi oleh sampel dengan berat badan 50-60 kg yaitu 16 sampel (53,3%).
- b. Pada penelitian ini didapatkan bahwa 11 sampel (36,7%), memiliki kemampuan *agility* kategori baik.
- c. Pada penelitian ini didapatkan bahwa 12 (40,0%) sampel memiliki kemampuan *vertical jump* dengan kategori kurang baik.
- d. Adanya hubungan tidak searah yang memiliki derajat kolerasi kuat dengan *agility* dan kemampuan *vertical jump* pada pemain bola basket Madrasah Aliyah Negeri 4 Jakarta.

V.2 Saran

- a. Peneliti selanjutnya dapat menjadikan salah satu referensi dan dapat mengembangkan dari hasil penelitian ini.
- b. Peneliti selanjutnya dapat mempersiapkan diri dan kondisi dalam pengambilan sampel baik dari bagian sarana serta peralatan penelitian.
- c. Peneliti selanjutnya mempersiapkan sampel yang lebih banyak dari sampel penelitian ini.