

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat perbedaan pengaruh pengembangan *life skills* kelompok yang mengikuti model latihan bola basket yang diberi perlakuan dengan siswa yang mengikuti model latihan bola basket tanpa adanya perlakuan. Hal ini karena siswa yang mengikuti latihan bola basket yang diberi perlakuan didalamnya terdapat model yang sudah terintegrasi dengan aspek-aspek pengembangan *life skills*. Perlakuan yang dimaksud disini adalah kegiatan latihan olahraga bola basket yang sudah memiliki model yang didalamnya terdapat hubungan antara partisipasi olahraga dengan perkembangan *life skills*. Pada dasarnya pelatih seharusnya menciptakan lingkungan belajar yang mendorong pengembangan *life skills*. Dapat dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa terdapat perbedaan pengaruh pengembangan model latihan bola basket integrasi dan nonintegrasi *life skills* dalam rangka *positive youth development (PYD)* terhadap peningkatan *life skills*. Selanjutnya adalah bahwa *life skills* mengalami peningkatan, pada kelompok yang diintegrasikan *life skills* dan yang tidak diintegrasikan *life skills*.
2. Terdapat perbedaan pengaruh model latihan bola basket integrasi dan nonintegrasi *life skills* dalam rangka *PYD* berdasarkan *gender*, dimana semua kelompok mengalami peningkatan, kelompok *gender* perempuan dan laki-laki yang mengintegrasikan *life skills* lebih besar dibandingkan kelompok yang tidak mengintegrasikan *life skills*. Dapat dikatakan bahwa status atlet, yang dimiliki perempuan dan laki-laki mengalami perkembangan dalam olahraga secara bersamaan dengan usaha-usaha yang disengaja. Keberhasilan model latihan dengan tindakan dan perilaku pelatih merupakan faktor yang mendasar terhadap para pemain yang mengembangkan *life skills*. Kelompok yang mengintegrasikan *life skills* dapat terlihat perkembangannya setelah memahami model olahraga berbasis *life skills* ketika mereka mengalaminya di dalam kegiatan olahraga maupun didalam kegiatan nonolahraga.

3. Terdapat perbedaan pengaruh antara model latihan bola basket integrasi dan nonintegrasi *life skills* dalam rangka *PYD* kategori usia sekolah. Berdasarkan kategori usia, kategori usia SD, SMP dan SMA mengalami peningkatan *life skills*. Kategori usia SMP mengalami peningkatan sedikit lebih besar dibandingkan kelompok usia SD dan SMA. Ini menunjukkan model olahraga telah dianggap penting bagi perkembangan psikososial mulai dari usia SD sampai SMA karena memberikan kesempatan untuk mempelajari keterampilan hidup yang penting. Dengan integrasi *life skills*, anak lebih dapat mengintegrasikan *life skills*nya dalam olahraga dan juga ke dalam kehidupan sehari-hari. Pada kategori usia sekolah semua kelompok mengalami peningkatan, tetapi kelompok yang mengintegrasikan *life skills* lebih besar dibandingkan kelompok yang tidak mengintegrasikan *life skills*. Seluruh kategori usia merasakan betapa pentingnya *life skills* ketika sudah masuk dalam pengaturan olahraga. Mereka dapat mengontrol dirinya maupun mengontrol orang lain dalam pengaturan olahraga maupun nonolahraga, sehingga *life skills* secara otomatis akan dikuasai pada kemampuan dirinya.

5.2 Implikasi

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan implikasi pada perkembangan olahraga. Pada proses latihan ataupun pembelajaran sangatlah penting untuk memasukan komponen *life skills*. Tidak hanya memperoleh keterampilan yang baik, tetapi memperoleh *life skills* yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui model olahraga yang diberikan muatan *life skills*, olahraga mampu menjadi sebuah instrumen yang memberikan pengaruh positif dalam memberikan kemampuan terhadap peserta didik betapa pentingnya komponen *life skills* yang perlu mereka miliki sehingga dalam situasi yang tidak menentu terus mampu berkompetisi dalam persaingan globalisasi ini.

5.3 Rekomendasi

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan, keterlibatan siswa dalam model latihan olahraga bola basket mampu memberikan dampak yang positif dalam peningkatan *life skills* dengan mengedepankan prinsip *intentionally structure* dan integrasi. Dengan demikian peneliti memberikan saran kepada seluruh para pelatih maupun kepada guru pendidikan jasmani agar memasukan model pelatihan dengan terencana dan integrasi *life skills* ke dalam model perencanaan latihan. Integrasi *life skills* terbukti dapat meningkatkan beberapa aspek psikososial pada siswa melalui latihan olahraga bola basket. Model latihan integrasi *life skills* membantu siswa untuk mempersiapkan diri ketika akan menghadapi tantangan yang akan hadapi pada kehidupan sehari-hari. Model latihan integrasi *life skills* harus selalu berlanjut agar seluruh komponen dalam *life skills* dapat terwujud pada olahraga maupun nonolahraga. Hal tersebut harus juga didukung oleh lingkungan siswa seperti rumah, sekolah dan masyarakat. Jika semua komponen dapat memahami betapa pentingnya *life skills* maka seluruh masyarakat di berbagai kalangan akan terciptanya *PYD*.