

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hipotesis yang sudah dianalisa, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

- 5.1.1 Terdapat perbedaan antara pelatihan Hoki yang terintegrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* terhadap *Positive youth development*. Pelatihan Hoki terintegrasi *life skills* lebih baik dari pada nonintegrasi *life skills*.
- 5.1.2 Terdapat perbedaan antara pelatihan Hoki yang terintegrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* terhadap peningkatan keterampilan bermain. Pelatihan Hoki terintegrasi *life skills* lebih baik dari pada nonintegrasi *life skills* terhadap keterampilan bermain.
- 5.1.3 Terdapat 8 komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi kelompok terintegrasi *life skills* integrasi yaitu komunikasi interpersonal, kerja sama dan kecakapan social, dan pemecahan masalah. Sedangkan kelompok non integrasi yaitu penetapan tujuan.

5.2 Implikasi dan Rekomendasi

Implikasi dari penelitian ini yaitu diharapkan para pelatih dapat mengubah paradigma sistem pelatihan Hoki dengan mengintegrasikan *life skills* atau *life skills* dalam program olahraga yang terstruktur dan disengaja atau intentionally structure dengan prinsip-prinsip pengajaran *life skills* dan transfer *life skills* pada domain luar olahraga dalam rangka meningkatkan keterampilan bermain dan Posiitve Youth Development (PYD). Hal ini dapat membentuk atlet-atlet yang berkualitas baik dari segi *kecakapan* olahraga maupun *life skills* atau *life skills* yang dapat diterapkan dalam kehidupannya sehari-hari.