

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan program latihan bola voli yang mengintegrasikan nilai-nilai universal olahraga universal. Dalam program ini, para peserta latihan akan terlibat dalam pembelajaran nilai-nilai *fair play*, *problem solving*, *communication*, *teamwork*, *discipline*, dan *leadership*. Integrasi nilai-nilai universal olahraga ini bertujuan untuk membantu para peserta mengembangkan keterampilan dan sikap yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari. Program latihan ini dirancang untuk mengajarkan para peserta untuk bermain dengan jujur, menghargai peraturan, dan menjunjung tinggi integritas dalam situasi kompetitif. Mereka juga akan belajar bagaimana mengatasi masalah, berkomunikasi secara efektif, bekerja sama dalam tim, menjaga disiplin, dan mempraktikkan kepemimpinan yang efektif. Dengan menerapkan nilai-nilai universal olahraga ini dalam latihan bola voli, diharapkan para peserta dapat mentransfer nilai-nilai tersebut ke dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari. Fokus penelitian ini adalah membandingkan program-program latihan bola voli dalam meningkatkan nilai-nilai universal olahraga dalam konteks pengembangan positif remaja. Terdapat tiga program yang menjadi perhatian utama dalam penelitian ini. Pertama, program pelatihan bola voli yang berbasis pada integrasi nilai-nilai universal olahraga yang ditransfer ke dalam kehidupan sehari-hari (kelompok eksperimen 1). Kedua, program pelatihan bola voli yang juga berbasis pada integrasi nilai-nilai universal olahraga, tetapi tidak ada transfer nilai-nilai tersebut ke dalam kehidupan sehari-hari (kelompok eksperimen 2). Ketiga, kelompok kontrol yang merupakan kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan bola voli tanpa adanya integrasi nilai-nilai universal olahraga. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

Pertama, hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dalam perkembangan nilai-nilai universal olahraga antara kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan bola voli dengan program yang berbeda. Meskipun kelompok pertama mengikuti pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang ditransfer dalam kehidupan sehari-hari, sementara kelompok kedua mengikuti

pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang non-transfer, tidak ada perbedaan yang signifikan ditemukan. Faktor yang mungkin menyebabkan hal ini adalah kedua program tersebut menerapkan prinsip-prinsip Bean & Forneris (2016), yaitu Program olahraga remaja yang dirancang dengan struktur yang terstruktur dan disengaja bertujuan untuk memberikan pengalaman olahraga yang terorganisir dan bermakna bagi peserta. Sejalan itu kedua kelompok tersebut menerapkan prinsip-prinsip dalam penelitian Kendellen et al. (2017), fokus pada satu keterampilan hidup per pelajaran, pengenalan keterampilan hidup di awal pelajaran, penerapan strategi pengajaran keterampilan hidup selama pelajaran, dan diskusi keterampilan hidup di akhir pelajaran.

Kedua, terdapat perbedaan yang signifikan dalam perkembangan nilai-nilai universal olahraga antara kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang ditransfer dalam kehidupan sehari-hari, dibandingkan dengan kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan bola voli tanpa integrasi nilai-nilai universal olahraga. kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang ditransfer dalam kehidupan sehari-hari mengalami perkembangan yang signifikan dalam hal nilai-nilai universal olahraga. Hal ini kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang ditransfer dalam kehidupan sehari-hari menerapkan prinsip-prinsip Bean & Forneris (2016) yaitu Program olahraga remaja yang dirancang dengan struktur yang terstruktur dan disengaja bertujuan untuk memberikan pengalaman olahraga yang terorganisir dan bermakna bagi peserta. Sejalan itu kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang ditransfer dalam kehidupan sehari-hari menerapkan prinsip-prinsip dalam penelitian Kendellen et al. (2017), fokus pada satu keterampilan hidup per pelajaran, pengenalan keterampilan hidup di awal pelajaran, penerapan strategi pengajaran keterampilan hidup selama pelajaran, dan diskusi keterampilan hidup di akhir pelajaran.

Ketiga, terdapat perbedaan yang signifikan dalam perkembangan nilai-nilai universal olahraga antara kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasi nilai-nilai universal olahraga yang non-transfer, dibandingkan dengan kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan bola voli tanpa integrasi nilai-nilai

universal olahraga. Kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan bola voli dengan integrasinilai-nilai universal olahraga yang non-transfer, mengalami perkembangan yang signifikan dalam halnilai-nilai universal olahraga. Hal ini kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasinilai-nilai universal olahraga yang non-transfer menerapkan prinsip-prinsip Bean & Forneris (2016) yaitu Program olahraga remaja yang dirancang dengan struktur yang terstruktur dan disengaja bertujuan untuk memberikan pengalaman olahraga yang terorganisir dan bermakna bagi peserta. Sealian itu kelompok pemuda yang mengikuti pelatihan dengan integrasinilai-nilai universal olahraga yang non-transfer menerapkan prinsip-prinsip dalam penelitian Kendellen et al. (2017), fokus pada satu keterampilan hidup per pelajaran, pengenalan keterampilan hidup di awal pelajaran, penerapan strategi pengajaran keterampilan hidup selama pelajaran, dan diskusi keterampilan hidup di akhir pelajaran.

5.2 Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa program latihan bola voli yang mengintegrasikan nilai-nilai universal olahraga universal dan mentransfernya ke dalam kehidupan sehari-hari memiliki dampak yang signifikan dalam perkembangannilai-nilai universal olahraga pemuda. Dengan menerapkan prinsip-prinsip yang terstruktur dan disengaja, program-program ini dapat membantu pemuda mengembangkan keterampilan dan sikap yang positif, termasuk *fair play*, *problem solving*, *communication*, *teamwork*, *discipline*, dan *leadership*. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kelompok pemuda yang mengikuti program dengan transfer nilai-nilai universal olahraga mengalami perkembangan yang lebih besar dalam hal nilai-nilai universal olahraga dibandingkan dengan kelompok pemuda yang tidak mengalami transfer nilai-nilai tersebut. Hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan integrasinilai-nilai universal olahraga dalam program latihan pemuda untuk mengoptimalkan perkembangan mereka secara menyeluruh. Implikasi ini menggarisbawahi pentingnya membangun struktur yang terstruktur dan disengaja dalam program olahraga pemuda, serta penerapan prinsip-prinsip yang ditemukan dalam penelitian terkait, untuk menciptakan pengalaman olahraga yang positif dan membantu pemuda dalam pengembangan pribadi dan sosial mereka.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dijelaskan, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi dengan harapan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan. Adapun rekomendasi yang peneliti kemukakan adalah sebagai berikut:

1. Mengintegrasikan nilai-nilai universal olahraga dalam program latihan pemuda: Menyarankan penggunaan pendekatan yang terstruktur dan disengaja untuk mengintegrasikan nilai-nilai universal olahraga dalam program latihan pemuda. Hal ini dapat melibatkan penyusunan rencana pelatihan yang mencakup pembelajaran nilai-nilai seperti *fair play*, *problem solving*, *communication*, *teamwork*, *discipline*, dan *leadership*.
2. Memperhatikan transfer nilai-nilai universal olahraga ke dalam kehidupan sehari-hari: Mendorong program-program latihan untuk memperhatikan bagaimana nilai-nilai universal olahraga dapat ditransfer ke dalam kehidupan sehari-hari peserta. Ini dapat dilakukan melalui penggunaan contoh konkret, diskusi reflektif, dan aplikasi nilai-nilai universal olahraga dalam situasi kehidupan nyata di luar lapangan.
3. Melibatkan peran penting pelatih dan mentor: Mengakui pentingnya peran pelatih dan mentor dalam membantu pemuda mengembangkannya nilai-nilai universal olahraga. Mendorong para pelatih dan mentor untuk menjadi panutan yang baik dalam mengajarkan dan mempraktikkan nilai-nilai universal olahraga serta memberikan bimbingan yang terarah dalam konteks latihan dan kompetisi.
4. Menciptakan lingkungan yang mendukung: Mengupayakan penciptaan lingkungan olahraga yang aman, inklusif, dan mendukung bagi pemuda. Hal ini meliputi penegakan aturan dan norma yang jelas, promosi sikap menghargai dan menghormati, serta penghindaran diskriminasi atau pelecehan.
5. Mendorong keterlibatan orang tua dan keluarga: Mengajak orang tua dan keluarga untuk terlibat dalam program latihan pemuda dan mendukung pengembangannya nilai-nilai universal olahraga di luar lapangan. Melalui keterlibatan orang tua, nilai-nilai universal olahraga dapat diperkuat dan diterapkan dalam konteks kehidupan sehari-hari.

6. Menyediakan kesempatan kepemimpinan: Memberikan kesempatan bagi pemuda untuk mengambil peran kepemimpinan dalam konteks olahraga. Ini dapat meliputi menjadi kapten tim, mentor junior, atau terlibat dalam pengambilan keputusan terkait program latihan.

Rekomendasi-rekomendasi tersebut bertujuan untuk meningkatkan efektivitas program latihan pemuda dalam mengembangkannilai-nilai universal olahraga yang berdampak positif dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menerapkan rekomendasi ini, diharapkan program-program olahraga pemuda dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna dan memberikan manfaat yang luas bagi pesertanya.