

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Terdapat perbedaan pengaruh antara integrasi dalam latihan dan kompetisi dengan integrasi dalam latihan nonkompetisi dan nonintegrasi kecakapan hidup terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Integrasi dalam latihan dan kompetisi lebih baik daripada integrasi dalam latihan nonkompetisi dan non integrasi dalam pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Kelompok integrasi dalam latihan dan kompetisi memiliki hasil yang paling baik dengan nilai rata-rata peningkatan kecakapan hidup tertinggi yaitu 34.57, integrasi dalam latihan nonkompetisi kedua dengan nilai rata-rata kecakapan hidup 19.84, serta yang ketiga yaitu kelompok nonintegrasi kecakapan hidup dengan peningkatan kecakapan hidup paling rendah dengan nilai rata-rata 9.
- 2) Terdapat perbedaan pengaruh antara integrasi kecakapan hidup dalam latihan dan kompetisi dengan integrasi dalam latihan nonkompetisi terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Integrasi kecakapan hidup dalam latihan dan kompetisi lebih baik daripada integrasi latihan nonkompetisi terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Kelompok latihan *softball* dengan integrasi kecakapan hidup berbasis kompetisi lebih baik daripada kelompok latihan *softball* dengan integrasi kecakapan hidup nonkompetisi dengan selisih peningkatan rata-rata yaitu 14,72.
- 3) Terdapat perbedaan pengaruh antara integrasi kecakapan hidup dalam latihan dan kompetisi dengan nonintegrasi kecakapan hidup terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Integrasi dalam latihan dan kompetisi lebih baik daripada nonintegrasi kecakapan hidup terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Kelompok latihan *softball* dengan integrasi kecakapan hidup berbasis kompetisi lebih baik daripada kelompok

latihan *softball* dengan nonintegrasi kecakapan hidup dengan selisih peningkatan rata-rata yaitu 25,57.

- 4) Terdapat perbedaan pengaruh antara integrasi kecakapan hidup dalam latihan dan nonkompetisi dengan nonintegrasi kecakapan hidup terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Integrasi nonkompetisi lebih baik daripada nonintegrasi kecakapan hidup terhadap pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD. Kelompok latihan *softball* dengan integrasi kecakapan hidup berbasis latihan nonkompetisi lebih baik daripada kelompok latihan *softball* dengan nonintegrasi kecakapan hidup dengan selisih peningkatan rata-rata yaitu 10.84.

## 5.2 Implikasi

Temuan penelitian yang tercantum dalam kesimpulan berimplikasi terhadap hal-hal berikut:

1. Program latihan *softball* yang terintegrasi dengan delapan komponen kecakapan hidup yang diberikan secara terstruktur disengaja memberikan dampak positif bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *softball*. sehingga siswa dapat menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Program latihan *softball* yang terintegrasi berbasis kompetisi memberikan pengaruh yang lebih baik terhadap kecakapan hidup, siswa menjadi lebih termotivasi dan mendapatkan kesempatan yang lebih. Hal ini berdampak sangat baik bagi perkembangan personal development siswa.
3. Harapannya adalah pola pembinaan dan pelatihan dalam cabang olahraga *softball* khususnya dapat menerapkan program latihan yang terintegrasi dengan kecakapan hidup.
4. Organisasi dan instansi terkait dapat merencanakan dan mendesain kompetisi yang dilaksanakan continue sepanjang tahun.

### 5.3 Rekomendasi

1. Hasil penelitian perlu disosialisasikan kepada pembina, pelatih dan guru olahraga sebagai praktisi dilapangan agar olahraga *softball* dapat menjadi sarana yang ideal dalam membentuk kecakapan hidup. Melalui program integrasi kecakapan hidup yang diterapkan dalam aktivitas olahraga diharapkan atlet dan siswa mendapatkan hasil dari aktivitas jasmani serta terbentuknya *personal development* yaitu kecakapan hidup dalam rangka *positive youth development*.
2. Kajian penelitian ini perlu terus dikembangkan dan dilakukan penelitian lainnya yang berhubungan dengan pengembangan *personal development* bagi atlet dalam berbagai cabang olahraga, seperti dihubungkan dengan gaya hidup yang berkelanjutan mengingat impact dari research terkait bidang ini adalah menyangkut keberlangsungan hidup manusia seutuhnya.