

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data pada temuan dan pembahasan yang dipaparkan bab sebelumnya, maka simpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 5.1 Simpulan

Penelitian ini mengeksplorasi implementasi model aktivitas panjat tebing sebagai sarana pengembangan *life skills* pada siswa Menengah Pertama di Kota Tasikmalaya dengan tujuan mencapai Positive Youth Development. Hasil penelitian menunjukkan beberapa temuan signifikan yang dapat dijadikan dasar kesimpulan.

1. Integrasi gerak panjat ke samping dalam latihan panjat tebing tidak hanya menambah dimensi baru dalam olahraga tersebut, tetapi juga memperkaya pengalaman peserta dengan mengembangkan keterampilan fisik, psikologis, dan sosial melalui konsep *Positive Youth Development* (PYD), sehingga menciptakan lingkungan holistik yang mendukung pertumbuhan pribadi yang kuat dan adaptif dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.
2. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok panjat tebing yang mengintegrasikan *life skills* dengan kelompok yang tidak. Terhadap kelompok yang mengintegrasikan *life skills* dalam aktivitas panjat tebing mengalami peningkatan yang lebih besar dalam perkembangan keterampilan hidup dibandingkan dengan kelompok non-integrasi.
3. Perbedaan pengaruh juga terlihat antara kelompok panjat tebing terintegrasi *life skills* dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti perlakuan. Terhadap kelompok yang menjalani aktivitas panjat tebing dengan integrasi *life skills* menunjukkan dampak positif yang lebih besar, mengindikasikan bahwa pengaruh tersebut tidak hanya disebabkan oleh faktor waktu atau pertumbuhan alamiah.
4. Perbedaan pengaruh juga terdapat antara kelompok panjat tebing non-integrasi *life skills* dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti perlakuan. Menariknya, kelompok non-integrasi *life skills* juga memberikan pengaruh

positif yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, menunjukkan bahwa aktivitas panjat tebing sendiri memiliki potensi positif pada perkembangan remaja, meskipun tanpa pengintegrasian khusus *life skills*.

Dari uraian diatas, penelitian ini menyimpulkan bahwa aktivitas panjat tebing, terutama jika diintegrasikan dengan pembelajaran *life skills*, dapat menjadi alat yang efektif dalam mencapai *Positive Youth Development* pada siswa Menengah Pertama. Dengan memahami dampak positif dari aktivitas ini, sekolah dan masyarakat dapat mempertimbangkan untuk memasukkan panjat tebing dalam kurikulum atau kegiatan ekstrakurikuler sebagai upaya nyata dalam mendukung perkembangan positif remaja.

## 5.2 Implikasi

Implikasi penelitian ini mencakup aspek pendidikan, pengembangan diri, dan olahraga. Pengintegrasian gerakan panjat dan tebing panjat dengan *life skills* memiliki potensi positif dalam *Positive Youth Development* di tingkat Menengah Pertama. Temuan ini memberikan landasan untuk:

1. Pengembangan Kurikulum: Integrasi aktivitas panjat tebing dengan *life skills* dapat menjadi dasar untuk pengembangan kurikulum yang berfokus pada pengembangan keterampilan hidup pada tingkat pendidikan menengah pertama.
2. Program Ekstrakurikuler: Sekolah dapat mempertimbangkan peningkatan program ekstrakurikuler yang menekankan pada panjat tebing sebagai sarana untuk meningkatkan kecakapan hidup siswa.
3. Pelatihan Guru dan Pelatih: Guru dan pelatih dapat diberdayakan untuk memahami dan mengimplementasikan metode pengajaran yang mengintegrasikan *life skills* dalam aktivitas olahraga, khususnya panjat tebing.
4. Pengembangan Keterampilan Hidup: Siswa dapat mengembangkan keterampilan hidup seperti kepemimpinan, kerjasama, dan ketahanan mental melalui partisipasi dalam aktivitas panjat tebing yang terstruktur.
5. Pembinaan Psikososial: Penelitian ini menyoroti potensi panjat tebing sebagai bentuk intervensi psikososial yang dapat membantu siswa mengatasi stres dan mengembangkan kesejahteraan psikologis.

6. Pendekatan Holistik dalam Pendidikan: Menunjukkan bahwa pendekatan holistik, yang menggabungkan aspek fisik dan psikososial, dapat memperkaya pengalaman pendidikan siswa.

### 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan temuan dan implikasi penelitian, beberapa rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dapat dipertimbangkan:

1. Pengembangan Program Pelatihan untuk Guru dan Pelatih: Mengembangkan program pelatihan untuk guru dan pelatih yang bertujuan untuk memahami secara lebih mendalam integrasi *life skills* dalam konteks panjat tebing. Pelatihan ini dapat mencakup strategi pengajaran, evaluasi, dan dukungan psikososial.
2. Pengembangan Program Pelatihan untuk Atlet dan Siswa: Program ini bertujuan untuk membekali atlet dan siswa dengan pemahaman yang lebih dalam tentang integrasi *life skills* dalam konteks panjat tebing. Pelatihan ini mencakup strategi pengajaran keterampilan panjat tebing, evaluasi kemajuan individu, serta dukungan psikososial untuk mengembangkan ketahanan mental, keterampilan komunikasi, dan kemandirian dalam menghadapi tantangan dalam olahraga dan kehidupan sehari-hari.
3. Pengembangan Program Pelatihan untuk Peneliti: Program ini dirancang untuk memberikan peneliti pemahaman yang lebih mendalam tentang integrasi *life skills* dalam konteks panjat tebing. Pelatihan ini meliputi metodologi penelitian yang tepat, analisis data yang komprehensif, serta pemahaman yang mendalam tentang dampak integrasi *life skills* terhadap perkembangan atlet dan siswa. Selain itu, program ini juga memberikan dukungan untuk merancang dan melaksanakan penelitian yang berkualitas serta memfasilitasi diseminasi hasil penelitian untuk meningkatkan pemahaman dan praktek di bidang ini.
4. Penelitian lanjutan : Riset lanjutan untuk mengevaluasi dampak *integrasi life skills* dalam *Out of School Hours Activity (OSHA)* terhadap pengembangan karakter dan keterampilan hidup siswa di luar jam pelajaran. Penelitian ini dapat memperkaya pemahaman dan penerapan praktik pendidikan ekstrakurikuler.