

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Maka dapat disimpulkan dari hasil pembahasan dan pengolahan data dapat dilihat bahwasanya integrasi *life skills* dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli Siswa Kelas V & VI di SD Negeri Sindangwangi terdapat pengaruh integasi *life skills* dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di Sekolah Dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, dengan nilai Sig (2-tailed) $0,002 < 0,005$, berarti H_1 diterima dan H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh integasi *life skills* dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di Sekolah Dasar. Integrasi *life skills* (kelompok eksperimen) memberikan pengaruh yang lebih besar dibandingkan (kelompok kontrol) yang tidak menggunakan pembelajaran *life skills* terhadap kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SDN Sindangwangi Kabupaten Sumedang.

Integrasi kecakapan hidup (*life skills*) dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli siswa kelas V & VI SD Negeri Sindangwangi memiliki pengaruh integrasi kecakapan hidup (*life skills*) dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SD, hal ini dapat disimpulkan dari hasil pembahasan dan pengolahan data. H_1 diterima dan H_0 ditolak sesuai hasil pengolahan data dengan nilai sig (2-tailed) $0,002 < 0,005$. Dapat dikatakan bahwa kecakapan hidup (*life skills*) berpengaruh pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah dasar. Di SDN Sindangwangi, kelompok eksperimen yang mengintegrasikan pembelajaran kecakapan hidup (*life skills*) memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap kegiatan ekstrakurikuler bola voli dibandingkan kelompok kontrol yang tidak.

5.2 Implikasi

Peneliti melakukan penelitian di SD Negeri Sindangwangi Kabupaten Sumedang kurang lebih dua bulan, hasil dari penelitian ini terdapat peningkatan pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli yang terintegrasi dengan nilai-nilai *life skills* dan yang tidak terintegrasi dengan nilai-nilai *life skills*, namun peningkatannya lebih tinggi pada program yang terintegrasi dengan nilai-nilai *life skills* dibandingkan program yang tidak terintegrasi *life skills*. peneliti berharap dapat memberikan implikasi untuk diberikan pada program kegiatan ekstakurikuler bola

voli siswa kelas V & VI ini untuk meningkatkan integrasi *life skills*. Tetapi tidak hanya program kegiatan ekstrakurikuler bola voli saja. Guru juga harus mencoba menekankan penerapan pembelajaran yang terintegrasi *life skills* dengan latar belakang guru harus lebih memahami penerapan pembelajaran *life skills* ini. Selain itu, diharapkan siswa untuk mengembangkan sikap positif dan memahami bagaimana mengikuti proses pembelajaran.

Oleh karena itu, guru sekolah dasar harus berpikir tentang menciptakan program yang mengintegrasikan keterampilan hidup ke dalam kegiatan ekstrakurikuler sementara juga menekankan pengembangan keterampilan hidup anak-anak, bukan hanya bagian teknis atau fisik dari permainan.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitiannya yang melibatkan siswa kelas V dan VI SDN Sindangwangi di Kabupaten Sumedang, peneliti mengusulkan rekomendasi sebagai berikut:

1. Hal ini bertujuan agar dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, siswa akan mengembangkan sikap dan keterampilan positif dalam mengikuti proses pembelajaran.
2. Peneliti berharap bahwa Sekolah SDN Sindangwangi Kabupaten Sumedang dapat melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan untuk proses belajar mengajar sehingga anak-anak dapat belajar secara efektif.
3. Dalam pendidikan jasmani peneliti menyarankan guru untuk lebih berinovatif dan kreatif menerapkan suatu model pembelajaran agar siswa dapat menumbuhkan keterampilan yang baik, salah satunya pendekatan yang dapat digunakan model pembelajaran integrasi *life skills*.
4. Penelitian di sekolah dasar dapat dilakukan dengan ukuran sampel yang lebih besar dan untuk penelitian selanjutnya dalam program pembelajaran keterampilan hidup (*life skills*) peneliti harus lebih menarik dan terbaru melakukan penelitian serupa.