

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, penulis dapat menyimpulkan bahwa program latihan bola basket yang terintegrasi dengan kecakapan hidup memiliki pengaruh positif terhadap pengembangan aspek-aspek kecakapan hidup, dengan demikian penerapan program integrasi kecakapan hidup dalam olahraga memberikan kontribusi positif yang signifikan terhadap peningkatan kecakapan hidup, khususnya dalam permainan bola basket, sebagai bagian dari upaya mendukung *positive youth development*. Kecakapan hidup tidak hanya bermanfaat dalam konteks olahraga, tetapi juga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mendukung berbagai aktivitas.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian ini, penulis menyadari bahwasannya masih terdapat dampak-dampak lain dari penerapan kecakapan hidup pada ranah pembelajaran olahraga, oleh sebab itu penelitian lebih lanjut perlu dilakukan guna melihat hasil yang lebih memuaskan.

Bagi pelatih atau guru, disarankan untuk lebih aktif menerapkan program kecakapan hidup dalam program latihan maupun proses pembelajaran. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh siswa atau atlet. Bagi atlet atau siswa, diharapkan mereka dapat memahami konsep kecakapan hidup melalui olahraga dan mampu mengembangkan keterampilan tersebut, yang berguna baik dalam konteks olahraga maupun kehidupan sehari-hari. Demikianlah kesimpulan dan saran dari penelitian yang berjudul **“Pengembangan Kecakapan Hidup Melalui Pembelajaran Permainan Bola Basket Dalam Rangka *Positive Youth Development*”** yang dipaparkan oleh penulis. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat maupun yang membaca penelitian ini.