

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Penelitian ini berfokus pada tiga masalah, yaitu perbedaan pengembangan antara kelompok yang diberi program *physical activity* (ekstrakurikuler bolabasket) diintegrasikan dengan *emotion* dan *social skills*, kelompok yang diberi program *physical activity* (ekstrakurikuler bolabasket) dan kelompok yang diberi aktivitas ekstrakurikuler akademis. Dalam penelitian ini, integrasi *emotion* dan *social skills* dengan program yang disengaja dan disusun (terstruktur) menjadi bagian yang paling menjadi perhatian. Dalam program tersebut diharapkan dapat memajukan pendidikan khususnya di bidang pendidikan jasmani, juga suatu pembaharuan yang dapat diterapkan sebagai kurikulum untuk meningkatkan aspek afektif siswa sekolah. Berikut ini merupakan kesimpulan yang didapat dalam penelitian ini:

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa terdapat skor tertinggi dan pengaruh yang signifikan dalam menerapkan *physical activity* (ekstrakurikuler bolabasket dengan integrasi *emotion* dan *social skills*) terdapat perkembangan *emotion* dan *social skills* siswa pada kelompok eksperimen I. Hasil yang diperoleh pada kelompok eksperimen I juga lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok eksperimen II dan kelompok kontrol dari segi pengembangan *emotion* dan *social skills* nya. Pada pelaksanaannya *emotion* dan *social skills* diterapkan atau diintegrasikan ketika *physical activity* ekstrakurikuler bolabasket berlangsung, karena *emotions* dan *social skills* merupakan salah satu faktor kunci dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pada masa remaja *emotion* dan *social skills* dibutuhkan untuk beradaptasi dengan masyarakat dan lingkungan. Masa remaja bisa disebut sebagai masa dimana seorang menemukan jati dirinya agar bisa berinteraksi dengan teman, guru, orang tua atau masyarakat dilingkungannya. Oleh karena itu dalam *physical activity* pun *emotion* sangat diperlukan oleh seseorang supaya tidak merugikan

dirinya sendiri, teman satu tim, wasit, penonton dan pelatih. Pada masa remaja, *emotion* seseorang cenderung lebih tinggi karena seorang anak memiliki ego yang tinggi dan belum bisa mengendalikan emosinya sehingga emosi menjadi meledak-ledak ketika sesuatu terjadi kepadanya. Selain *emotion*, *social skills* dibutuhkan dalam *physical activity*, sebab *social skills* bukan hanya diperukon terhadap diri sendiri tetapi diperlukan untuk menciptakan kekompakan sesama teman satu tim. *Social skills* dalam *physical activity* tentu dibutuhkan dan memerlukan kekompakan sesama tim supaya sesama tim bisa berkomunikasi dan bekerja sama dengan teman satu timnya.

Hasil penelitian pada kelompok eksperimen II menunjukkan bahwa terdapat skor sedang dan pengaruh signifikan dalam menerapkan *physical activity* (ekstrakurikuler bolabasket) non integrasi terhadap perkembangan *emotion* dan *social skills* siswa. Pada eksperimen II berbeda dengan kelompok eksperimen I yang terdapat proses integrasi, sebab pada kelompok ini proses integrasi tidak dilakukan tetapi siswa hanya mendapat perlakuan *physical activity* (ekstrakurikuler bolabasket). Sehingga hasil yang didapatkan pada kelompok ini pengembangan *emotion* dan *social skills* tidak maksimal. Meskipun pengaruh dari *physical activity* tetap signifikan terhadap *emotion* dan *social skills*, namun perolehan skor pada eksperimen II tetap lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan aktivitas ekstrakurikuler akademik.

Pada kelompok kontrol, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat skor rendah dan pengaruh signifikan dalam penerapan aktivitas pembelajaran ekstrakurikuler akademik terhadap perkembangan *emotion* dan *social skills* siswa. Pada kelompok kontrol, hasil penelitian tetap memiliki pengaruh yang signifikan, namun cenderung memiliki skor yang rendah dan terjadi penurunan pada perkembangan *emotion* dan *social skills* sehingga skor yang didapatkan cenderung lebih rendah dibandingkan kelompok eksperimen I dan kelompok eksperimen II.

Pada kelompok eksperimen I dengan proses integrasi *emotion* dan *social skills*, memiliki skor lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok eksperimen II dan kelompok kontrol karena dalam prosesnya terdapat program yang dibuat secara sengaja untuk mengembangkan *emotion* dan *social skills* khususnya pada usia

remaja. Program tersebut disusun sedemikian rupa agar setiap komponen dan setiap aspek dalam *emotion* dan *social skills* sehingga dapat tersampaikan dan dapat diterapkan oleh siswa baik dalam proses penelitian maupun dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga dari penelitian ini, dapat dipastikan bahwa program dengan proses integrasi memiliki hasil yang lebih maksimal dalam pengembangan *emotion* dan *social skills* siswa dibandingkan dengan program yang tanpa integrasi (nonintegrasi).

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis mengemukakan implikasi dari hasil penelitian menunjukkan bahwa *emotion* dan *social skills* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *physical activity*. Dapat mengendalikan *emotion* dan *social skills*, siswa terlihat lebih dapat berkomunikasi dan saling menghargai dengan sesama tim dalam *physical activity*. Dalam *physical activity*, siswa dapat menurunkan egonya untuk dapat bisa saling menghargai untuk menjaga kekompakan dengan teman satu timnya, pelatih, wasit dan penonton. Maka dari itu pada saat bertanding siswa dapat secara leluasa untuk mengeluarkan kemampuannya karena apabila kurangnya kemampuan *emotion* dan *social skills*, siswa dapat merusak kemampuan yang dimilikinya dari hasil latihan yang sudah diberikan oleh pelatih selama latihan yang sudah dijalankannya.

5.3 Rekomendasi

Dari penelitian yang dilakukan dengan hasil pengolahan dan analisis data, peneliti dapat memberikan rekomendasi khususnya untuk sekolah tempat penelitian dilaksanakan. Berikut saran-saran dari penulis :

Pertama, kepada guru pendidikan jasmani, berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data, dalam *physical activity* dibutuhkan *emotion* dan *social skills* untuk meningkatkan kemampuan siswa menjadi lebih baik ketika pembelajaran, memiliki kualitas pertemanan yang lebih baik, siswa dapat menyelesaikan masalah lebih konstruktif dan siswa dapat saling menghargai dengan sesama teman dan menghormati guru atau orangtua. Maka guru dapat menggunakannya dalam proses pembelajaran sebab peran guru turut mendukung terhadap terbentuknya *emotion*

dan *social skills* siswa dan guru harus bersifat *continue* dalam integrasi *emotion* dan *social skills* ketika *physical activity* berlangsung.

Kedua, diharapkan khususnya kepada para guru penjas untuk senantiasa agar lebih kritis lagi terhadap permasalahan yang ditemui dalam proses pembelajaran

Ketiga, bagi siswa disarankan agar lebih fokus dan bersemangat lagi dalam mengikuti *physical activity* agar hasil yang didapat sesuai yang diharapkan sehingga dapat terjadinya feed back antara siswa dan guru.

Keempat, bagi pihak sekolah diharapkan dapat memperhatikan siswa selain sarana dan prasarana, maka harus diperhatikan pula dari segi psikologi siswa terutama dalam *emotion* dan *social skills* untuk menunjang *physical activity* di sekolah.

Kelima, sehubungan dengan adanya keterbatasan penulis dalam melaksanakan penelitian ini, dianjurkan kepada rekan-rekan mahasiswa terutama pada rekan-rekan Pendidikan Olahraga untuk dapat mengembangkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas lagi dan lebih dapat ditinjau kembali sejauh mana siswa yang memiliki *emotions* dan *social skills* tinggi untuk mampu mempertahankan keadaan psikologisnya terhadap *physical activity*. Sehubungan dengan hal tersebut, penelitian ini bisa dijadikan bahan rekomendasi untuk melaksanakan penelitian-penelitian lanjutan.