

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **A. KESIMPULAN**

Penelitian ini mengungkap beberapa simpulan yang dapat diambil. Program *life skills* yang diberikan memberikan dampak yang sangat besar terhadap perkembangan anak. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya pada aktivitas pendidikan jasmaninya saja, tetapi lebih luas lagi mempersiapkan peserta didik agar siap menghadapi berbagai tantangan yang akan dihadapi di lingkungan sekitarnya. Peserta didik akan lebih siap menghadapi berbagai macam masalah yang akan dihadapi dimasa yang akan datang.

Penerapan program *life skills* yang diterapkan pada pembelajaran pendidikan jasmani menjadi sangat penting. Kelompok yang diberikan muatan *life skills* menjadi kelompok yang paling meningkat perubahannya dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan muatan *life skills*. Dari delapan komponen yang diberikan ada satu komponen yang paling menonjol peningkatannya, yaitu komponen penetapan tujuan. Peneliti melihat selama proses pemberian komponen *life skills* peserta didik lebih fokus terhadap tujuan yang ingin dicapai, baik tujuan secara berkelompok atau pun individu. Hal tersebut yang mengakibatkan komponen penetapan tujuan menjadi komponen yang paling menonjol perkembangannya. Sedangkan kecakapan sosial menjadi komponen yang paling rendah perkembangannya. Setelah dianalisis ternyata faktor tempat tinggal peserta didik yang mempengaruhinya. Kondisi lingkungan yang kurang baik mempengaruhi perkembangan kecakapan sosial mereka. Hasil dalam penelitian ini bersifat tidak general, dalam artian hanya berlaku pada sampel yang diteliti di SMAN 4 Bandung. Namun secara keseluruhan dari delapan komponen tersebut mengalami peningkatan yang berarti, terbukti terdapat perbedaan yang signifikan terhadap peserta didik yang diberikan muatan *life skills* daripada siswa yang tidak mendapat muatan *life skills*.

## **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, pelaksanaan penelitian, pertemuan pertama peneliti mengintegrasikan 1 komponen. Pertemuan berikutnya menjadi 2 komponen, begitu seterusnya sampai 8 komponen terpenuhi, hanya saja setiap pertemuan hanya fokus pada satu komponen, komponen lainnya hanya pengulangan sebagai pengingat kepada peserta didik. Selama ini baik guru maupun peserta didik masih kurang menyadari bahwa dalam pendidikan jasmani banyak dampak positif yang ditimbulkan. Biasanya hanya terfokus pada ranah psikomotornya saja. Pendidikan jasmani diyakini mampu menjadi sebuah instrumen yang memberikan pengaruh positif dalam menyadarkan peserta didik tentang pentingnya komponen *life skills* yang perlu mereka miliki.

## **C. Rekomendasi**

Setelah melihat hasil dari penelitian yang telah dilakukan, keterlibatan peserta didik dalam aktivitas pendidikan jasmani mampu memberikan dampak yang berarti dalam peningkatan *life skills*. Dengan demikian peneliti memberikan saran kepada guru pendidikan jasmani khususnya agar memberikan program *life skills* pada saat pengajaran pendidikan jasmani. Karena program *life skills* tidak hanya membangkitkan minat peserta didik dalam melakukan aktivitas pendidikan jasmani, lebih luas lagi program *life skills* membantu peserta didik mempersiapkan dirinya agar siap menghadapi semua tantangan yang akan mereka hadapi dikemudian hari. Program *life skills* harus bersifat *continue*, yang artinya harus berkelanjutan. Hal tersebut harus didukung oleh lingkungan tempat peserta didik seperti rumah, sekolah dan masyarakat. Jika semua komponen pendukung paham betapa pentingnya program *life skills* maka masyarakat yang positif akan terwujud.