

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Fokus penelitian ini tertuju dalam mengungkapkan perbedaan latihan pencak silat dalam mengembangkan *life skills* dalam rangka pengembangan anak muda yang positif, yaitu antara yang integrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* dan sebagai kelompok kontrol adalah yang tidak ikut dalam kegiatan olahraga. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

Pertama, terdapat perbedaan perkembangan *life skills* antara kelompok latihan pencak silat yang terintegrasi *life skills*, kelompok latihan pencak silat yang nonintegrasi *life skills* dan kelompok yang tidak mengikuti latihan olahraga dalam rangka pengembangan anak muda yang positif. Perbedaan tersebut signifikan dengan posisi keunggulan tertinggi ada pada kelompok latihan pencak silat yang terintegrasi *life skills*, baru kemudian kelompok latihan pencak silat yang nonintegrasi *life skills* dan terakhir kelompok yang tidak mengikuti latihan olahraga. Hal ini membuktikan bahwa keterlibatan dalam pencak silat dapat mengembangkan *life skills* terutama apabila dalam proses latihannya diintegrasikan.

Kedua, terdapat perbedaan perkembangan *life skills* antara kelompok latihan pencak silat yang terintegrasi *life skills* dengan kelompok latihan pencak silat yang nonintegrasi *life skills* dalam rangka pengembangan anak muda yang positif. Kelompok latihan pencak silat integrasi *life skills* lebih baik daripada latihan pencak silat yang nonintegrasi *life skills*. Hal ini disebabkan oleh karena peran integrasi terlihat sangat menonjol, sesuai dengan prinsip-prinsip pembelajaran, yaitu bahwa sesuatu yang dibahas dan dijadikan bahan ajaran sekalipun itu sisipan dapat memberikan pengaruh yang lebih positif.

Ketiga, terdapat perbedaan perkembangan *life skills* antara kelompok latihan pencak silat yang terintegrasi *life skills* dengan kelompok yang tidak terlibat dalam latihan pencak silat dalam rangka pengembangan anak muda yang positif. Kelompok latihan pencak silat integrasi *life skills* lebih baik daripada kelompok yang tidak latihan pencak silat. Hal ini disebabkan oleh karena peran keterlibatan

dalam pencak silat termasuk integrasi *life skills* terlihat sangat menonjol sehingga memberikan manfaat yang jauh lebih besar daripada yang sama sekali tidak terlibat dalam pencak silat.

Keempat, terdapat perbedaan perkembangan *life skills* antara kelompok latihan pencak silat yang nonintegrasi *life skills* dengan kelompok yang tidak terlibat dalam latihan olahraga dalam rangka pengembangan anak muda yang positif. Kelompok latihan pencak silat nonintegrasi *life skills* lebih baik daripada kelompok yang tidak latihan pencak silat. Hal ini disebabkan oleh karena peran keterlibatan dalam pencak silat nonintegrasi *life skills* terlihat lebih unggul sehingga memberikan manfaat yang lebih baik daripada yang sama sekali tidak terlibat dalam pencak silat.

5.2 Implikasi

Temuan penelitian seperti dipaparkan pada simpulan berimplikasi terhadap beberapa hal, terkait pelatihan pencak silat yang terintegrasi dengan delapan komponen *life skills* secara terstruktur dan disengaja, maka akan meningkatkan kemampuan beradaptasi pemuda secara positif baik dilingkungan masyarakat maupun dilingkungan latihan. Sehingga secara efektif dapat menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari dimasa yang akan datang. Dengan demikian program pelatihan yang telah dibuat, secara berkelanjutan dapat dijadikan sebagai referensi bagi para pelatih dalam membuat atau menyusun program latihan pencak silat.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah di paparkan, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dengan harapan dapat bermfaat bagi semua pihak yang berkepentingan. Adapun rekomendasi yang peneliti kemukakan adalah sebagai berikut:

Pertama, latihan pencak silat dengan terintegrasi *life skills* diharapkan dapat diterapkan pada proses atau program latihan agar dapat membantu pengembangan pemuda yang positif dalam upaya meningkatkan kecakapan hidupnya.

Kedua, bagi pelatih saat ini harus menyadari bahwa seyogyanya dalam program latihan tidak hanya berfokus pada kemampuan fisik dan teknik saja, melainkan juga harus mengintegrasikan *life skills* ke dalam program latihannya untuk menunjang pengembangan kecakapan hidup atlet kearah yang positif.

Ketiga, bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan program pelatihan pencak silat yang diintegrasikan dengan komponen *life skills* pada permainan atau cabang olahraga yang lain dengan waktu yang lebih lama untuk mendapatkan hasil yang lebih baik.