

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Guru dan pelatih merupakan peran yang sangat penting dalam menerapkan model life skills agar peserta didik dapat menjadi lebih terampil dan tanggung dalam menghadapi berbagai tantangan dalam hidup. Tujuan yang ingin dicapai oleh pembelajaran pendidikan jasmani sangat dimungkinkan untuk bersinergi dengan dimensi kecakapan hidup, baik kecakapan hidup generic maupun spesifik. Hal ini memberikan gambaran bahwa pendidikan kecakapan hidup dapat diberikan melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Konteks pengembangan kecakapan hidup melalui aktivitas olahraga dan pendidikan jasmani mungkin unik dan memiliki potensi yang lebih besar untuk dibina bagi pengembangan pemuda yang positif (PYD) dengan program yang terstruktur dengan sengaja. Secara khusus, pemuda dalam program olahraga yang disengaja dirasakan program-program menjadi berkualitas lebih tinggi. Potensi untuk konteks olahraga memiliki pengaruh positif tambahan pada pemuda, setidaknya dari perspektif pemuda, didukung oleh penelitian sebelumnya yang telah memeriksa hasil PYD dalam berbagai konteks ekstrakurikuler.

Data di peroleh dengan melakukan analisis pada 15 jurnal yang akan diteliti dari 128 jurnal yang di ambil dari 4 data base yaitu SAGE, Taylor&Francis, Science Direct dan Google Scholar dengan kata kunci *life skills, intentionally structured, positive youth gevelopment*, pendidikan jasmani dan olahraga. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa kegiatan aktivitas olahraga yang berorientasi kelompok, menjadi ranah yang sangat berpotensi untuk pengembangan kecakapan hidup (*life skills*) pada remaja yaitu kemampuan remaja dalam mengontrol dirinya untuk menyelesaikan masalah tanpa menambah masalah, sehingga ada kepercayaan yang tersebar luas di masyarakat bahwa partisipasi dalam program pendidikan jasmani dan olahraga yang terstruktur di sengaja dalam penerapannya dapat menghasilkan program yang berkualitas dimana hal ini dapat berkontribusi bagi pengembangan pemuda kearah yang positif dan pada penelitian inipun memiliki hasil yang dapat di simpulkan selaras dengan kepercayaan yang tersebar luas di masyarakat, yaitu

bahwa Program Intentionally structured yang di terapkan dalam pendidikan jasmani dan olahraga dalam pelaksanaan nya dapat berpengaruh terhadap pengembangan pemuda positif.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil analisis penelitian serta implikasi analisis terhadap pengaruh program intentionally structured dalam pendidikan jasmani dan olahraga terhadap pengembangan *Life Skills* dalam rangka pemuda positif (PYD), maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti lain Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk mampu mengeksplorasi factor-faktor lain yang dapat mempengaruhi atau mendorong pengembangan kecakapan hidup pada kaum muda, serta dapat menjelaskan lebih lengkap tentang manfaat dari program pengembangan kecakapan hidup terhadap pengembangan kemampuan pemuda berupa PYD untuk menuju kehidupan dewasa, dimana *life skills* yang dimaksud mencakup ranah kompetensi kognitif, sosial, emosional , kejuruan dan budaya sehingga didapatkan hasil yang lebih komprehensif.
2. Bagi guru dan pelatih
  - a. Peranan guru atau pelatih sangat dominan dalam membentuk karakter siswa sehingga harus dapat menempatkan dirinya sebagai panutan yang dapat memberi teladan yang baik di lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, maupun lingkungan masyarakat.
  - b. Guru lebih mengembangkan strategi pembelajaran yang terstruktur di sengaja yang dapat membuat siswa aktif belajar dan mempraktikkan nilai-nilai karakter yang dikembangkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga untuk mencapai hasil yang maksimal dari program kecakapan hidup yaitu menciptakan kesempatan kesempatan bagi remaja berdasarkan kekuatan (Strengt) mereka dan membuat remaja terkoneksi dengan sesama dan lingkungannya serta mengasah life skill sebagai bekal ke tahap dewasa nantinya, Sehingga pemuda dewasa memiliki kemampuan untuk menghadapi perbedaan dan menyelesaikan target hidupnya dengan baik.