

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Dikehidupan saat ini dimana banyaknya tantangan hidup yang dirasakan, sering kali didapatkan anak-anak dan remaja mengalami kekurangan dalam hal keterampilan hidup salah satunya keterampilan sosial. Sehingga dalam rangka membantu remaja dan pemuda dalam melewati tantangan hidup tersebut dianggap sangat penting. Penulis percaya bahwa partisipasi olahraga di lingkungan sekolah dapat menjadi kegiatan yang menarik bagi anak dan remaja. Pendidikan jasmani dan olahraga sekolah juga memiliki potensi yang besar dalam hal mendidik anak khususnya berkenaan dengan mengembangkan keterampilan sosial, meskipun efek dari jenis model pengajaran tersebut harus diperiksa secara empiris. Program olahraga sekolah dan pendidikan jasmani dianggap sebagai sarana yang ideal untuk mempromosikan PYD karena dapat menyediakan kegiatan yang aman, diawasi, dan terstruktur.

Studi kajian tinjauan sistematis ini pun dilakukan dengan tujuan untuk meninjau program pendidikan jasmani dan olahraga sekolah yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan sosial dalam rangka PYD. Sebanyak 2849 artikel jurnal penelitian yang di teridentifikasi melalui empat database yaitu *Google Scholar*, *Taylor & Francis*, *SAGE*, dan *Microsoft academic* dengan menggunakan metode *systematic literature reviews* yang akhirnya dengan melalui berbagai kriteria peneliti hanya menyertakan 14 artikel jurnal untuk di review. Hasil penelitian ini secara garis besar yakni:

1. Terdapat tujuh program yang dilakukan para peneliti sebelumnya untuk mengembangkan keterampilan sosial, walaupun proses dan implementasinya berbeda-beda diantara yakni *Sport Education Model*, *fair play game*, modifikasi *TPSR*, kegiatan ekstrakurikuler, program diluar jam belajar namun masih berbasis pendidikan jasmani (*Life Sport Camp*, aktivitas fisik dijam istirahat makan siang, pelatihan sepak bola, *Girl on the run*) dan dua studi menggunakan program khusus (*TAP/ Transfer Ability Program* dan pelatihan nilai-nilai keterampilan sosial).

2. Keterampilan sosial yang dihasilkan dari implementasi program aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga sekolah secara keseluruhan studi yang disertakan diantaranya; aspek empati pengendalian diri, asertif, kepatuhan (partisipasi lebih aktif, sikap sportivitas, adanya pengurangan defisit perilaku sosial), tanggung jawab, ketegasan, hubungan teman sebaya, aspek kerjasama dan kemampuan akademis. Selain itu adapula yang mengalami perkembangan kompetensi sosial.

Program olahraga yang diintegrasikan oleh keterampilan sosial memiliki potensi besar untuk inklusi, namun potensi ini tidak dapat direalisasikan tanpa guru atau pelatih yang terampil, berpengetahuan dan peduli. Tanpa adanya rasa peduli seorang guru dan pelatih tidak akan berusaha memberikan yang terbaik dalam membuat program yang baik. Tanpa pengetahuan yang luas juga ia akan kesulitan membuat program yang tepat untuk mencapai tujuan yang diinginkan yakni menjadikan peserta didik memiliki keterampilan sosial dan dapat tangguh dalam menghadapi berbagai tantangan hidup kedepannya. Penyelenggara olahraga juga dapat memastikan pelatih dan staf program menggunakan bahasa inklusif yang memungkinkan semua peserta didik merasa disambut dan didukung. Sebagai contoh, program harus dirancang untuk melibatkan semua peserta muda, dan staf program harus mendorong, memperkuat, dan mendorong partisipasi dan membangun hubungan selama program berlangsung.

Kegiatan remaja salah satunya aktivitas olahraga diluar jam pelajaran tampaknya menjadi konteks bagi remaja untuk bertemu dan belajar tentang teman yang berbeda dari mereka dalam etnis, ras, dan kelas sosial. Maka dari itu kegiatan remaja sering dipromosikan sebagai penyediaan kesempatan pemuda untuk mengembangkan keterampilan sosial, termasuk belajar untuk bekerja dengan orang lain, mengembangkan keterampilan kepemimpinan, dan mengembangkan kompetensi sosial. Hal ini memberikan gambaran bahwa pendidikan keterampilan sosial dapat diberikan melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sekolah serta memiliki potensi yang lebih besar untuk dibina bagi PYD dengan program yang terstruktur dengan sengaja.

Kesimpulan utama dari penelitian ini yakni partisipasi dalam aktivitas olahraga dalam naungan program sekolah dan komunitas yang terintegrasi program

keterampilan sosial ataupun keterampilan hidup menjadi salah satu wadah yang dapat memberikan kesempatan untuk remaja dan pemuda mengembangkan nilai-nilai positif.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil analisis penelitian mengenai pengaruh program yang dibuat terencana dan terstruktur dalam pendidikan jasmani dan olahraga sekolah terhadap pengembangan *Social Skills* dalam rangka PYD, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan untuk mampu mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi atau mendorong pengembangan keterampilan sosial pada kaum muda, serta dapat menjelaskan lebih lengkap tentang manfaat dari program pengembangan keterampilan sosial terhadap PYD untuk menuju kehidupan yang lebih baik lagi dimasa depan. Selain itu sedikit penelitian yang meneliti lebih dalam mengenai olahraga sekolah khususnya club olahraga yang dikaitkan langsung dengan keterampilan sosial remaja.maka dari itu penelitian mengenai olahraga sekolah yang lebih spesifik dalam rangka PYD khususnya bagi keterampilan sosial remaja bisa jadi penelitian selanjutnya.
2. Bagi Penyelenggara Program
  - a. Diharapkan dapat membangun hubungan positif dengan administrasi, guru, pelatih, dan personel terkait lainnya demi mengimplementasikan program secara efektif. Adanya dukungan positif dan komunikasi terbuka diantara semua personel yang terlibat memfasilitasi koordinasi yang efektif dan mendorong infrastruktur yang positif untuk pelaksanaan program .
  - b. Peranan pengajar baik itu guru atau pun pelatih sangat dominan dalam membentuk karakter siswa sehingga seorang pengajar harus bisa bersikap tegas dalam menjalankan misi pengajarannya. Pengajar juga harus dapat menempatkan dirinya sebagai panutan yang dapat memberi teladan yang baik di lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, maupun lingkungan masyarakat. fokus para pengajar mungkin lebih baik kearah mengarahkan bukan untuk mengajar remaja, tetapi membantu mereka untuk

mengajarkan diri mereka sendiri. Bersikap responsif dan memberikan struktur, tantangan, dan dukungan salah satu bentuk dalam mengarahkan remaja kearah yang lebih positif.

- c. Pengajar lebih mengembangkan strategi pembelajaran yang terstruktur di sengaja yang dapat membuat peserta didik aktif belajar dan mempraktikkan nilai-nilai karakter yang dikembangkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sekolah untuk mencapai hasil yang maksimal dari program keterampilan sosial yaitu menciptakan kesempatan kesempatan bagi remaja berdasarkan kekuatan (*Strengt*) mereka dan membuat remaja terkoneksi dengan sesama dan lingkungannya serta mengasah keterampilan sosialnya sebagai bekal ke tahap dewasa nantinya, sehingga pemuda dewasa memiliki kemampuan untuk menghadapi perbedaan dan menyelesaikan target hidupnya dengan baik.
- d. Pengajar perlu banyak melakukan observasi pada peserta didiknya terkait apa saja penghambat terjadinya transfer yang kurang sesuai dengan yang diinginkan dimana keterampilan yang telah diajarkan ternyata tidak teraplikasikan di kegiatan lainnya sehingga tidak membentuk perilaku positif ketika peserta didik beraktifitas.

### 3. Keluarga

Keluarga juga menjadi faktor yang tak kalah penting dalam menumbuhkan nilai nilai keterampilan sosial remaja. Berikan anak-anak anda kepercayaan dalam memutuskan untuk memilih kegiatan yang ia ingin ikuti selama itu adalah kegiatan positif. Berikan penguatan, dorongan, motivasi pada remaja sehingga mereka dapat mengembangkan hal-hal yang positif melalui pertispasinya dalam kegiatan remaja. Tak lupa orang tua tetap memberikan arahan ketika kegiatan yang diikuti anak anaknya sudah mengarah kehal hal yang berdampak negatif.