

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Berdasarkan hipotesis yang sudah dianalisa, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Terdapat perbedaan pengaruh antara pelatihan hoki yang terintegrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* terhadap perkembangan *life skills* dalam rangka *Positive Youth Development*. Pelatihan hoki terintegrasi *life skills* lebih baik daripada nonintegrasi *life skills*.
2. Komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kelompok terintegrasi *life skills* adalah komunikasi interpersonal, kerjasama tim dan kecakapan sosial. Sedangkan komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kelompok nonintegrasi *life skills* adalah kerjasama tim.

5.2. Implikasi dan Rekomendasi

Implikasi dari penelitian ini yaitu diharapkan para pelatih dapat mengubah paradigma sistem pelatihan olahraga dengan mengintegrasikan *life skills* atau kecakapan hidup dalam program olahraga yang terstruktur dan disengaja atau *intentionally structure* dengan prinsip-prinsip pengajaran *life skills* dan transfer *life skills* pada domain luar olahraga dalam rangka *Positive Youth Development (PYD)*. Hal ini dapat membentuk atlet-atlet yang berkualitas baik dari segi keterampilan olahraga maupun *life skills* atau kecakapan hidup yang dapat diterapkan dalam kehidupannya sehari-hari.