

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebagaimana diuraikan sebelumnya, kesimpulan umum yang didapat dikemukakan dari hasil penelitian ini adalah *life skills* dapat dikembangkan melalui pengintegrasian *life skills* dalam permainan sepak bola melalui pembelajaran *cooperative learning*. Selanjutnya, berkaitan dengan pertanyaan dan hipotesis penelitian, secara khusus dapat dikemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- Terdapat pengaruh model *cooperative learning* terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills*
- Tidak terdapat pengaruh signifikan tanpa integrasi *life skills* terhadap *life skills*
- Terdapat perbedaan antara terintegrasi *life skills* dan tanpa integrasi *life skills* terhadap perkembangan *life skills*.

Secara umum, temuan ini mendukung prinsip-prinsip pengajaran *life skills* (Kendellen et al., 2016), program-program yang terstruktur secara sengaja (Bean & Forneris, 2016), Luvian, L & Juliantine, T . (2017). Penerapan Model *Cooperative learning* untuk Meningkatkan Keterampilan Bermain Sepakbola dan Kerjasama Siswa dan pengembangan *life skills* (Cronin & Allen, 2017) yang seharusnya mendorong penelitian dimasa depan untuk menggunakan kerangka kerja ini ketika menyelidiki pengembangan kaum muda melalui olahraga

#### 5.2 Implikasi

Temuan penelitian seperti dipaparkan pada simpulan berimplikasi terhadap beberapa hal, terkait pelatihan sepak bola yang terintegrasi dengan delapan komponen *life skills* secara terstruktur dan disengaja, maka akan berpengaruh model *cooperative learning* untuk meningkatkan kecakapan hidup (*life skills*) 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 sepak bola

### **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 sepak bola dengan terintegrasi *life skills* diharapkan dapat diterapkan pada proses atau program latihan menggunakan model *Cooperative learning* kecakapan hidupnya dapat mempersiapkan diri di kehidupan sehari hari dan di lingkungan masyarakat. 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.