

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dapat diambil kesimpulan sebagai berikut; Pertama, terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok olahraga futsal yang diintegrasikan *life skills* dengan kelompok olahraga futsal yang tidak diintegrasikan *life skills*. Hal ini membuktikan bahwa apabila dalam olahraga futsal diintegrasikan *life skills* maka dapat mengembangkan pemuda yang positif. *Life skills* juga bisa membantu kegiatan pembelajaran akan lebih bermakna sehingga olahraga dijadikan sebagai wahana untuk memberikan pengalaman dalam mendorong pembelajaran yang efektif.

Kedua, integrasi *life skills* dalam olahraga futsal untuk mengembangkan pemuda yang positif lebih baik dibandingkan dengan tidak terintegrasi *life skills*. Hal ini terjadi karena olahraga futsal yang diintegrasikan *life skills* dalam proses pembelajarannya dilakukan secara terstruktur, dijelaskan setiap komponen *life skills*, disimulasikan dan didiskusikan pada setiap akhir pembelajaran sedangkan olahraga futsal tidak terintegrasi *life skills* proses pembelajarannya yaitu dengan bermain futsal sebagaimana biasanya.

5.2 Implikasi

Temuan pada penelitian seperti dipaparkan pada simpulan berimplikasi terhadap beberapa hal, terkait olahraga futsal yang terintegrasi dengan delapan komponen *life skills* secara terstruktur dan disengaja, maka akan meningkatkan kecakapan hidup (*life skills*) di lingkungan masyarakat maupun di lingkungan latihan. Sehingga secara efektif dapat menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari di masa 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 olahraga futsal.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dengan harapan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan. Adapun rekomendasi yang peneliti kemukakan adalah sebagai berikut: *Pertama*, latihan olahraga futsal dengan terintegrasi *life skills* diharapkan dapat diterapkan pada proses atau program latihan yang dapat mempersiapkan diri pada kehidupan sehari-hari maupun lingkungan masyarakat. *Kedua*, bagi pelatih harus menyadari bahwa dalam program latihan tidak hanya berfokus pada kemampuan fisik dan teknik dasar, namun seharusnya mengintegrasikan *life skills* dalam program latihannya agar dapat mengembangkan kecakapan hidup atlet yang baik dan positif.