BAB V
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penjelasan dan analisis data dapat di ambil kesimpulan, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara permainan tenis lapang yang terintegrasi *life skills* dengan permainan tenis lapang yang tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills* pada siswa SMK 45 Lembang. Hal ini peguji menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan terhadap peningkatan *life skills* pada siswa SMK 45 Lembang melalui permainan tenis lapang yang terintegrasi *life skills.* Karena pada kelompok eksperimen diberikan materi tentang *life skills* pada setiap pertemuan sehingga peningkatan *life skills* lebih baik dibanding dengan kelompok kontrol. Dengan demikian pengembangan *life skills* melalui permainan tenis lapang dapat dilaksanakan dengan baik.

5.2 Implikasi

1. Penelitian ini dijadikan rekomendasi oleh banyak pihak khususnya para guru ekstrakulikuler tenis lapang, agar lebih menyadari pentingnya mengembangkan dan meningkatkan *life skills* siswa.
2. Penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam mengembangkan *life skills* melalui aktivitas olahraga maupun pendidikan jasmani.
3. Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan para guru ekstrakulikuler tenis lapang dalam mengembangkan *life skills* siswa.

5.3 Rekomendasi

1. Pada penelitian selanjutnya, untuk lebih mendalami data yang di peroleh baik *pretest* dan *posttest* dengan menambah banyaknya populasi agar perhitungan lebih akurat dan mencapai titik yang paling tepat dengan apakah perubahan ketika terjadi peningkatan atau tidaknya ketika dilakukan *life skills* siswa yang mengikuti ekstrakulikuler tenis lapang. Manfaat pengembangan *life skills* seharusnya terus diteliti dengan berbagai karakter anak dengan latar belakang yang berbeda. Karena penelitian ini berfokus hanya pada 1 instansi

saja. Keanekaragaman yang bias meningkatkan populasi yang diteliti. Seperti meneliti disekolah dalam lingkup Kecamatan, Kota atau Kabupaten.

2. Pada penelitian selanjutnya lebih mendalami dalam membahas pengembangan *life skills* sehingga dapat terlihat komponen *life skills* yang lebih menonjol dalam pengembangan *life skills*