

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Setelah melalui berbagai tahapan, mulai dari paparan latar belakang masalah sebagai dasar pengambilan masalah penelitian, yakni terkait dengan pentingnya pengembangan berfikir positif dikalangan remaja sebagai cikal bakal penerus bangsa. Sesuai dengan tujuan penelitian ini yakni mengintegrasikan kecakapan hidup dalam salah satu cabang permainan yaitu hoki maka peneliti dapat menyimpulkan setelah melalui tahapan treatment selama 12 kali pertemuan. Hasil atau simpulan dari penelitian ini peneliti paparkan sebagai berikut.

- 5.1.1. Kondisi awal keadaan *life skills* untuk *Positive Youth Development* pada kelompok terintegrasi berada pada kondisi cukup baik
- 5.1.2. Kondisi awal keadaan *life skills* untuk *Positive Youth Development* pada kelompok nonintegrasi berada pada kondisi cukup baik.
- 5.1.3. 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 dari pada nonintegrasi *life skills*.
- 5.1.4. Komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kelompok terintegrasi *life skills* adalah Kecakapan Sosial Dan Komunikasi Interpersonal. Sedangkan komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kelompok nonintegrasi *life skills* adalah Pemecahan Masalah dan Pengambilan Keputusan.
- 5.1.5. Terdapat kontribusi sebesar 83,3 antara *life skills* terhadap *Positive Youth Development*.

#### 5.2 Implikasi

Mengacu pada hasil penelitian serta simpulann maka peneliti mengimplikasikan hal-hal sebagai berikut:

- 5.2.1 Diharapkan setiap pelatih dapat merencanakan setiap program latihannya ke dalam program *life skills* dalam olahraga yang terstruktur dengan prinsip-prinsip program pengajaran *life skills*.

5.2.2 Penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi dalam pelatihan hoki

5.2.3 Penelitian ini diharapkan mejadi salah satu alasan pelatih hoki menggunakan program *life skills* dalam proses latihannya.

### 5.3 Rekomendasi

Mengacu pada hasil penelitian serta implikasi dilapangan maka peneliti merekomendasikan hal-hal sebagai berikut:

5.3.1 Lingkup penelitian ini masih berskala kecil yakni menggunakan sample atlet hoki SMAN 27 Kota Bandung. Untuk penelitian selanjutnya peneliti merekomendasikan untuk mengambil sampel yang lebih luas atau lebih besar supa yahsil penelitian dapat di generalisasikan pada setiap atlet bukan hanya hoki tapi cabor lainnya. Pada penelitian selanjutnya menentukan jadwal dan tempat yang sesuai untuk penelitian.

5.3.2 Penerapan pada penelitian ini hanya diterapkan hanya sebanyak 12 pertemuan, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan pertemuan yang bervariasi, baik lebih sedikit maupun lebih besar.

5.3.3 Mengingat hasil penelitian memberikan dampak yang signifikan terhadap PYD maka peneliti merekomendasikan agar guru/pelatih dapat menerapkan metode ini untuk mengembangkan kecakapan hidup dikalangan remaja.

5.3.4 Pada penelitian selanjutnya lebih mempertimbangkan kembali waktu penelitian agar lebih lama agar program latihan yang diberikan dapat bermanfaat.