

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut; Yang pertama, Terdapat peningkatan terhadap kecakapan hidup dari pemberian program pengembangan kecakapan hidup dalam meningkatkan kecakapan hidup peserta didik dalam rangka *Positive Youth Development* (PYD). Dan peningkatan ini terjadi karena latihan ekstrakurikuler futsal yang diberikan program kecakapan hidup dalam proses pembelajarannya dilakukan secara terstruktur, dijelaskan setiap komponen kecakapan hidup, disimulasikan serta didiskusikan pada setiap akhir pembelajaran. Sedangkan ekstrakurikuler futsal yang tidak diberikan program pengembangan kecakapan hidup dalam proses latihan yaitu dengan program latihan futsal sebagaimana biasanya. Hal ini menunjukkan bahwa apabila dalam sebuah ekstrakurikuler diberikan program latihan dengan pengembangan kecakapan hidup, maka dapat mengembangkan pemuda yang positif. Kecakapan hidup juga mampu membantu sebuah kegiatan pembelajaran menjadi lebih bermakna, sehingga olahraga dapat dijadikan sebagai sarana dalam mendorong pembelajaran yang efektif.

Yang kedua, Terdapat peningkatan namun tidak signifikan terhadap kecakapan hidup dari pemberian program pengembangan kecakapan hidup dalam meningkatkan kecakapan hidup peserta didik dalam rangka PYD. Menurut Bruner et al. (2021) peningkatan ini disebabkan oleh beberapa factor, yaitu yang pertama usia dapat mempengaruhi hasil pengembangan kecakapan hidup, waktu latihan, dan peningkatan nilai rata-rata kemungkinan hal ini terjadi juga terhadap kelompok kontrol karena disebabkan skor hasil akhir pada tindak lanjut pada desain eksperimental yang mengandung kondisi kontrol misalnya penelitian yang melibatkan minimal dua kelompok sampel yaitu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan satu kelompok sampel lainnya sebagai kelompok kontrol hasilnya tetap terbuka untuk kemungkinan terjadinya efek *Hawthorne*, yaitu

perubahan perilaku seseorang karena kesadaran bahwa dirinya sedang diamati. Tanpa disadari efek ini merupakan hal yang tidak bisa dihindari oleh peneliti saat melakukan penelitian.

Yang ke tiga, terdapat perbedaan pengaruh pemberian program pengembangan kecakapan hidup terhadap kelompok eksperimen dan kontrol. Peningkatan pada kelompok eksperimen ini dikarenakan dalam pembuatan program latihan yang menekankan pada komponen kecakapan hidup serta mengacu pada empat dasar penerapan pengajaran kecakapan hidup ke dalam pembelajaran olahraga seperti yang di sebutkan oleh (Kendellen et al., 2017). Adapun pokok empat dasar dalam tersebut antara yaitu fokus pada satu kecakapan hidup per-pelajaran, memperkenalkan kecakapan hidup pada awal pelajaran, menerapkan strategi untuk mengajarkan kecakapan hidup secara menyeluruh pada pelajaran, dan tanyakan kecakapan hidup pada akhir pelajaran. Sehingga dengan meningkatnya kecakapan hidup peserta didik, diharapkan mampu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Bruner et al. (2021) program pengembangan secara positif memengaruhi berbagai hasil PYD. Secara umum, temuan ini berimplikasi namun secara umum PYD berbasis olahraga melaporkan hasil perubahan yang lebih tinggi

5.2 Implikasi

Terdapat beberapa temuan pada penelitian seperti yang telah dipaparkan pada simpulan berimplikasi terhadap beberapa hal yaitu terkait dengan ekstrakurikuler futsal yang mengembangkan komponen kecakapan hidup secara terstruktur dan disengaja, maka akan meningkatkan kecakapan hidup. Hal ini diharapkan mampu diintegrasikan di lingkungan keluarga, masyarakat maupun di lingkungan latihan atau sekolah. Sehingga mampu secara efektif dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari di masa yang akan datang. Dengan demikian program pelatihan yang telah dibuat oleh peneliti bisa digunakan secara berkelanjutan ataupun dapat dijadikan sebagai referensi bagi para pelatih dalam membuat atau menyusun program latihan olahraga futsal yang menanamkan kecakapan hidup dalam latihannya. Diharapkan juga para pengajar ataupun pelatih dapat merubah paradigma sistem pelatihan atau pengajaran olahraga dengan menanamkan nilai

Febra Ritanza, 2023

PENGEMBANGAN KECAKAPAN HIDUP MELALUI EKSTRAKURIKULER FUTSAL DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT (PYD)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | Perpustakaan.upi.edu

kecakapan hidup dalam program olahraga yang terstruktur dan disengaja dengan prinsip-prinsip pengajaran kecakapan hidup pada domain luar olahraga dalam rangka *Positive Youth Development* (PYD). Sehingga dengan diterapkannya program pengembangan kecakapan hidup ini mampu membentuk peserta didik yang berkualitas baik dari segi keterampilan olahraga maupun kecakapan hidup yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan tepat mereka tinggal.

Bruner et al. (2021) menyatakan bahwa iklim PYD berfokus pada hubungan orang dewasa (pemimpin/pelatih) yang positif dan suportif, hubungan teman sebaya, dan keterlibatan orang tua, program kecakapan hidup juga berfokus pada kegiatan peningkatan kecakapan hidup dan kegiatan transfer serta hasil PYD dalam domain pribadi, sosial, dan fisik. Berdasarkan hasil dan model, perbedaan dibuat antara pembelajaran implisit dan eksplisit sebagai media untuk memfasilitasi hasil perkembangan positif dalam olahraga. Pendekatan implisit berfokus pada pengembangan hasil PYD khusus olahraga, akan tetapi tidak dengan sengaja mengidentifikasi dan mengajarkan hasil PYD ini sebagai keterampilan hidup yang dapat ditransfer dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai perbandingan, pendekatan berfokus pada pengembangan lingkungan olahraga di mana pengalihan kecakapan hidup ke pengaturan non-olahraga sengaja diajarkan oleh para pelatih yang membuat program.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka peneliti mengajukan beberapa rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dengan harapan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan dalam proses penelitiannya. Adapun rekomendasi yang peneliti dapat kemukakan yaitu sebagai berikut: Pertama, latihan ekstrakurikuler futsal dengan program pengembangan kecakapan hidup diharapkan dapat diterapkan pada proses atau program latihan ekstrakurikuler lainnya, sehingga peserta didik atau atlet mampu untuk mempersiapkan diri serta mampu untuk menerapkan kecakapan hidup kedalam kehidupan sehari-hari, lingkungan masyarakat maupun di lingkungan sekolah.

Kedua, untuk guru atau pelatih harus menyadari bahwa dalam program latihan tidak hanya berfokus pada kemampuan fisik maupun teknik dasar saja, namun juga harus mempersiapkan bekal bagi peserta didik untuk kehidupan mereka kedepannya dengan cara menerapkan program latihan pengembangan kecakapan hidup dalam program latihannya agar dapat mengembangkan kecakapan hidup peserta didik yang baik dan positif.

Ketiga, untuk peneliti atau penelitian selanjutnya bisa mencoba menerapkan program penelitian pengembangan kecakapan hidup ini kedalam ekstrakurikuler lainnya. Dikarenakan dalam penelitian ini hanya terdapat sampel berjenis kelamin laki-laki, maka penelitian selanjutnya diharapkan mengujicoba program pada ekstrakurikuler lain dengan sampel laki-laki dan perempuan. Seperti, apakah program pengembangan ini hanya berdampak pada satu jenis kelamin saja dan juga menerapkan komponen kecakapan hidup yang lebih bervariasi sesuai dengan kebutuhan yang ada di masyarakat pada saat ini.

Keempat, penelitian selanjutnya harus memperhatikan kemungkinan terjadinya efek *Hawthorne*, yaitu perubahan perilaku seseorang karena kesadaran bahwa dirinya sedang diamati. Tanpa disadari efek ini merupakan hal yang tidak bisa dihindari oleh peneliti saat melakukan penelitian.

Kelima, untuk peneliti atau penelitian selanjutnya bisa mencoba menerapkan program penelitian pengembangan kecakapan hidup ini kepada pelatih/pembina ekstrakurikuler. Diharapkan dengan diterapkannya pada guru ekstrakurikuler maka program pengembangan ini tetap berlanjut karena pemahaman mereka tentang betapa pentingnya program pengembangan pemuda yang positif ini diterapkan kepada peserta didik.