

**ANALISIS TINGKAT KECAKAPAN HIDUP SISWA YANG MENGIKUTI
EKSTRAKULIKULER BULUTANGKIS DI SEKOLAH MENENGAH
ATAS KABUPATEN PANDEGLANG**



SKRIPSI

disusun untuk memenuhi salah satu syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh:

Gifar Azmal Rusmana

2107777

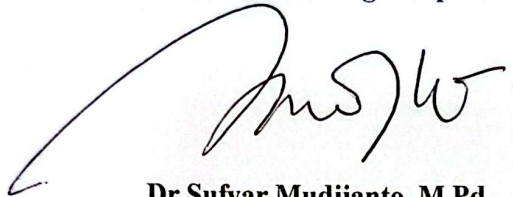
**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2025

LEMBAR PENGESAHAN
GIFAR AZMAL RUSMANA
2107777

ANALISIS TINGKAT KECAKAPAN HIDUP SISWA YANG MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER BULUTANGKIS DI SEKOLAH MENENGAH ATAS
KABUPATEN PANDEGLANG

Disetujui dan disahkan oleh:
Dosen Pembimbing Skripsi I



Dr.Sufyar Mudjianto, M.Pd
NIP. 197503222008011005

Dosen Pembimbing Skripsi II



Dr.Burhan Hambali, M.Pd
NIP. 920200119881118101

Diketahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Dr. H. Carsiwan, M.Pd
Nip. 1971010520021211001

LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI

Analisis Tingkat Kecakapan Hidup Siswa Melalui Ekstrakurikuler Bulutangkis Di
Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pandeglang

Oleh:

Gifar Azmal Rusmana

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
sarjana pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Gifar Azmal Rusmana 2025

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak
seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang atau cara lainnya tanpa ijin dari
penulis.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyusun penelitian skripsi yang berjudul “Analisis Tingkat Kecakapan Hidup Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Bulutangkis di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pandeglang.” Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam proses akademik serta sebagai bagian dari kontribusi dalam dunia pendidikan.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penyusun mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, keluarga, rekan-rekan mahasiswa, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan moral maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai Tingkat Kecakapan Hidup Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bulutangkis di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pandeglang, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi sekolah, guru dan siswa

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan proposal ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi referensi bagi penelitian lebih lanjut.

Bandung, Juli 2025

Peneliti

Gifar Azmal Rusmana

2107777

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, nikmat, serta ridha-Nya, sehingga penulisan skripsi yang berjudul “Analisis Tingkat Kecakapan Hidup Siswa Melalui Ekstrakurikuler Bulutangkis Di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pandeglang” telah diselesaikan oleh penulis. Selama proses penulisan dan penyusunan untuk menyelesaikan skripsi ini, penulis telah mendapatkan dukungan serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kehormatan serta ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada semua pihak yang turut membantu serta mendukung penyelesaian skripsi ini, di antaranya :

1. Segala puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, serta hidayah nya, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Tanpa kehendak dan ridha nya, semua proses ini tentu tidak akan berjalan sebagaimana mestinya. Alhamdulillah, Allah memberikan saya kekuatan di saat lelah, petunjuk di saat bingung, serta harapan di saat hampir menyerah
2. Bapak Dr. H. Carsiwan, M.Pd. selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang selalu memberikan dukungan dan motivasi terhadap mahasiswa
3. Kepada Bapak Dr.Sufyar Mudjianto M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi 1 sekaligus wali dosen selama masa perkuliahan yang telah membimbing, memberikan ilmu, dan pengarahan kepada penulis selama proses penulisan skripsi, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Terimakasih atas segalanya semoga Bapak selalu diberikan Kesehatan dan lindungan Allah SWT.
4. Kepada Dr.Burhan Hambali,M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi 2 yang selalu memberikan arahan, motivasi, masukan serta saran kepada penulis dalam penulisan skripsi ini sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya terima kasih atas bimbingan serta ilmu yang telah diberikan semoga allah swt membalas segala kebaikan yang telah diberikan

dan semoga diberikan Kesehatan,kemudahan dalam hal apapun dan selalu dalam lindungan Allah SWT

5. Kepada para staf Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan arahan serta bantuan bagi penulis selama menjalani perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
6. Kepada Yth. Kepala Sekolah,dewan guru, dan staf SMAN 1,2,6,8,10 Pandeglang yang telah membantu dan memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Kepada kedua orang tua tercinta Bapak Trisna Rusmana dan Ibu Nuraisyah. Terima kasih atas doa yang tak pernah putus, kasih sayang yang tulus, serta dukungan moral dan materiil yang tak ternilai harganya. Kalian adalah sumber kekuatan terbesar dalam setiap langkah penulis.
8. Kepada keluarga penulis, kakak gifri,serta adik adik penulis gifrani,giftiar fahira,gifrahmi dan juga kakek,nenek yang selalu memberikan semangat dukungan,doa dan motivasi. Kehadiran kalian menjadi pelipur lara di tengah kesibukan dan tekanan selama menyusun skripsi ini. Terima kasih atas kepercayaan dan terus mendukung penulis hingga tahap ini.
9. Kepada Teman-teman penulis Rifqi qijey,Lukman dan Chaerul Bakti,penulis ucapkan terimakasih atas dukungan dan bantuan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini
10. Kepada Latif,Rama Nugraha,Rama Tri,Wahid , Terima kasih atas perhatian, doa, dan semangat yang kalian berikan, meski mungkin jarang bertemu secara langsung. Dukungan teman-teman, baik lewat pesan singkat, cerita lama yang di ulang kembali, maupun tawa ringan yang terbagi saat bertukar kabar, benar-benar menjadi penyemangat tersendiri di tengah perjalanan panjang ini.
11. Kepada Aldi Abdul Hamid Terima kasih atas saran,arahan,dukungan dan bantuan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik,semoga allah memberikan kemudahan disaat keadaan apapun semoga selalu dalam lindungan allah SWT

12. Kepada rekan-rekan, rizki sofian, joan, abdan, farel, kimi, zidan yang selalu menjadi support system dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, terima kasih sudah menjadi teman sejak awal perkuliahan hingga sampai titik ini semoga Allah memudahkan segala keinginan rekan-rekan dan semoga hal-hal baik selalu menyertai rekan-rekan semua
13. Kepada rekan-rekan PJKR D, penulis ucapkan terima kasih untuk teman-teman, sulthan, gani, hanif, iyas, balya, raya, Andika, thoriq, risky, ikis, komala, dinda, nisa, wulan, rere dan seluruh teman-teman di PJKR D, yang telah menjadi bagian penting penulis selama kuliah, terima kasih atas cerita, canda tawa, dan segala dukungan, semangat yang penulis terima semoga Allah memudahkan dan dilancarkan di setiap perjalanan kelak
14. Terima kasih kepada klub Persib Bandung bukan hanya sebagai sebuah klub sepak bola semata, tetapi sebagai sumber semangat, harapan, dan kebanggaan yang telah menemani perjalanan hidup penulis selama ini. Di tengah segala kesibukan, tekanan, dan kelelahan dalam menyelesaikan tugas akhir ini,

ABSTRAK
ANALISIS TINGKAT KECAKAPAN HIDUP SISWA YANG MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER BULUTANGKIS DI SEKOLAH MENENGAH
ATAS KABUPATEN PANDEGLANG

Gifar Azmal Rusmana

gifarazmal@upi.edu

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing I : Dr.Sufyar Mudjianto, M.Pd

Pembimbing II : Dr.Burhan Hambali, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecakapan hidup siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di Sekolah Menengah Atas (SMA) Kabupaten Pandeglang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif deskriptif, dengan pengumpulan data melalui instrumen Life Skill Scale for Badminton Sport (LSSBS) yang telah memenuhi syarat validitas (0,69) dan reliabilitas tinggi (0,94). Sampel penelitian dipilih dengan teknik purposive sampling, melibatkan 121 siswa dari lima sekolah di Kabupaten Pandeglang yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif melalui bantuan perangkat lunak SPSS. Hasil analisis menunjukkan bahwa secara keseluruhan, tingkat kecakapan hidup siswa berada pada kategori tinggi, dengan rata-rata skor 80,82. Distribusi data lebih lanjut menunjukkan bahwa sebanyak 11% siswa berada pada kategori sangat tinggi, 30% pada kategori tinggi, 26% pada kategori sedang, 25% pada kategori rendah, dan 8% berada dalam kategori sangat rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswa memiliki kecakapan hidup yang tinggi, masih terdapat siswa yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa keterlibatan dalam ekstrakurikuler bulutangkis berkontribusi positif terhadap pengembangan kecakapan hidup siswa. Namun demikian, diperlukan upaya lebih lanjut untuk mendorong peningkatan kualitas kegiatan ekstrakurikuler dan memberikan pendampingan yang lebih intensif, khususnya bagi siswa yang berada dalam kategori kecakapan hidup rendah dan sangat rendah. Hasil ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam merancang program pengembangan karakter melalui kegiatan olahraga khususnya ekstrakurikuler bulutangkis.

Kata Kunci : Kecakapan Hidup, Ekstrakurikuler, Bulutangkis

ABSTRACT

ANALYSIS OF THE LIFE SKILLS LEVEL OF STUDENTS PARTICIPATING IN BADMINTON EXTRACURRICULAR ACTIVITIES IN SENIOR HIGH SCHOOLS IN PANDEGLANG REGENCY

Gifar Azmal Rusmana
gifarazmal@upi.edu

*Physical Education, Health, and Recreation Study Program,
Universitas Pendidikan Indonesia*

*Advisor I : Dr. Sufyar Mudjianto, M.Pd
Advisor II : Dr. Burhan Hambali, M.Pd*

This study aims to analyze the level of life skills of students who participate in badminton extracurricular activities at Senior High Schools (SMA) in Pandeglang Regency. The method used in this study is a descriptive quantitative method, with data collection through the Life Skill Scale for Badminton Sport (LSSBS) instrument, which has met the validity requirements (0.69) and high reliability (0.94). The research sample was selected using purposive sampling, involving 121 students from five schools in Pandeglang District who actively participated in badminton extracurricular activities. Data analysis was conducted using descriptive statistics with the assistance of SPSS software. The analysis results showed that overall, the students' life skills were in the high category, with an average score of 80.82. Further data distribution showed that 11% of students were in the very high category, 30% in the high category, 26% in the moderate category, 25% in the low category, and 8% in the very low category. These findings indicate that although most students have high life skills, there are still students in the low and very low categories. The conclusion of this study is that involvement in badminton extracurricular activities contributes positively to the development of students' life skills. However, further efforts are needed to improve the quality of extracurricular activities and provide more intensive guidance, especially for students in the low and very low life skills categories. These results are expected to serve as input for schools in designing character development programs through sports activities, particularly badminton extracurricular activities.

Keywords : Life Skill, Extracurricular, Badminton

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2. Rumusan Masalah Penelitian	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
1.5. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Uraian Teori.....	7
2.2. Penelitian Terdahulu yang Relevan	11
2.3 Kerangka Teori	18
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1. Jenis Penelitian	22
3.2. Populasi dan Sampel	23
3.3. Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.4 Prosedur Analisis Data	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	25
4.1 Hasil	25
4.2 Pembahasan.....	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43

5.1 Kesimpulan.....	43
5.2 Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	12
Tabel 3. 1 Total Sampel Yang Digunakan	23
Tabel 4. 1 Nilai Indikator Statistik Deskriptif Kecakapan Hidup	25
Tabel 4. 2 Nilai Keseluruhan Statistik Deskripti Kecakapan Hidup Siswa	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Grafik Presentase Indikator Kerjasama.....	26
Gambar 4. 2 Grafik Presentase Indikator Penetapan Tujuan	26
Gambar 4. 3 Grafik Presentase Manajemen Waktu	27
Gambar 4. 4 Grafik Presentase Keterampilan Emosional.....	28
Gambar 4. 5 Grafik Presentasi Keterampilan Berkomunikasi	29
Gambar 4. 6 Grafik Presentase Keterampilan Sosial	29
Gambar 4. 7 Grafik Presentase Kepemimpinan	30
Gambar 4. 8 Grafik Presentase Penyelesaian Masalah Dan Pengambilan Keputusan	30
Gambar 4. 9 Grafik Presentase Tingkat Kecakapan Hidup Siswa Keseluruhan...	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Sk Penetapan Judul Dan Dosen Pembimbing.....	51
Lampiran 2 Surat Izin Dan Surat Balasan Penelitian.....	56
Lampiran 3 Instrumen Penelitian	66
Lampiran 4 Data Kuesioner Hasil Penelitian.....	71
Lampiran 5 Dokumentasi Pengambilan Data	82
Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup.....	86

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulrahman, B., Hendrayana, Y., & Juliantine, T. (2021). Life Skills Development in Youth through Physical Education and School Sports. *International Conference of Sport for Development and Peace*, 3(1), 81–89.
- Budiman, B., Rusmana, R., & Wargadinata, L. U. (2020). Outdoor Education Of Emphathy Student. *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 117–127.
- Burhan Hambali, B. (2024). *PENGEMBANGAN INSTRUMEN SKALA KECAKAPAN HIDUP PADA OLAHRAGA BULUTANGKIS DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Chinkov, A. E., & Holt, N. L. (2016). Implicit transfer of life skills through participation in Brazilian jiu-jitsu. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(2), 139–153.
- Cohen, C., Texier, B. D., Quéré, D., & Clanet, C. (2015). The physics of badminton. *New Journal of Physics*, 17(6), 63001.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). Mixed methods procedures. *Research Defign: Qualitative, Quantitative, and Mixed M Ethods Approaches*.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105–119.
- Cuevas, J. (2020). An Examination of the Motivation Factors of Participation in Extracurricular Activities and their Effect on Academic Achievement and the Intention to Pursue Post-Secondary Education. *International Journal of Social Sciences & Educational Studies*.
<https://doi.org/10.23918/ijsses.v7i4p122>
- de Prada Creo, E., Mareque, M., & Portela-Pino, I. (2021). The acquisition of teamwork skills in university students through extra-curricular activities. *Education + Training*, 63(2), 165–181. <https://doi.org/10.1108/ET-07-2020-0185>
- DURHAN, T. A. (2021). THE RELATIONSHIP BETWEEN THE EFFECT OF SPORTS ON LIFE SKILLS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS AND STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS EXTRACURRICULAR ACTIVITIES. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(12), 332–377.
- Duz, S., & Aslan, T. V. (2020). The Effect of Sport on Life Skills in High School Students. *Asian Journal of Education and Training*, 6(2), 161–168.

- Fakhretdinova, G., Osipov, P., & Dulalaeva, L. (2021). *Extracurricular Activities as an Important Tool in Developing Soft Skills*. 480–487. https://doi.org/10.1007/978-3-030-68201-9_47
- Fazari, M., Damayanti, I., & Rahayu, N. I. (2017). Hubungan kecerdasan intelektual (iq) dan kecerdasan emosional (eq) dengan keterampilan bermain dalam cabang olahraga bulutangkis. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, 2(1), 33–37.
- Fraenkel, Jack R. Norman E. Wallen, H. H. H. (2023). *How to Design and Evaluate Research in Education*.
- Guo, J., Tang, X., Marsh, H., Parker, P., Basarkod, G., Sahdra, B., Ranta, M., & Salmela-Aro, K. (2021). The roles of social-emotional skills in students' academic and life success: A multi-informant and multicohort perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/ahg8p>
- Hartoyo, A., Touvan, Y., Samodra, J., Suryadi, D., Hidayat, S., Syam, A., & Sinulingga, A. (2024). What are the trends in shared leadership development and leadership life skills formation through sport activities: a literature review. *Retos*. <https://doi.org/10.47197/retos.v58.107445>
- Hidayat, Y., & Hambali, S. (2019). Peranan ekstrakurikuler olahraga terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Olahraga*, 5(1), 59–65.
- Ivaniushina, V. A., & Aleksandrov, D. A. (2015). Socialization through informal education: The extracurricular activities of Russian schoolchildren. *Russian Education & Society*, 57(4), 189–213.
- Kirchhoff, E., & Keller, R. (2021). Age-specific life skills education in school: A systematic review. *Frontiers in Education*, 6, 660878.
- Napolitano, C., Sewell, M., Yoon, H., Soto, C., & Roberts, B. (2021). *Social, Emotional, and Behavioral Skills: An Integrative Model of the Skills Associated With Success During Adolescence and Across the Life Span*. 6. <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.679561>
- Neves, T., Malafaia, C., Menezes, I., & Ribeiro, N. (2023). The impact of extracurricular activities on university students' academic success and employability. *European Journal of Higher Education*, 14, 389–409. <https://doi.org/10.1080/21568235.2023.2202874>
- Permadi, A. A., Mukti, A. T., & Kurniawati, A. (2023). PENGEMBANGAN DIRI EKSTRAKURIKULER CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS DI SMA NEGERI 18 GARUT. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 179–190.

- Pharaswal, L., & Latif, A. (2023). The Benefits of Participating in Extracurricular Activities. *GFPNSS- International Journal of Multidisciplinary Research*. <https://doi.org/10.46376/ijmr/4.9.2023.2384-2388>
- Pierce, S., Erickson, K., & Sarkar, M. (2020). High school student-athletes' perceptions and experiences of leadership as a life skill. *Psychology of Sport and Exercise*. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101716>
- Pratama, M. S. F. N., Yudiana, Y., Hambali, B., & Rohmah, O. (2023). Analisis Dimensi Life Skills Dalam Pembinaan Olahraga Bulutangkis. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 7(1), 38–46.
- Rusmana, R. (2021). PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA TERHADAP PERKEMBANGAN LIFE SKILLS SISWA. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(2), 306–314.
- Sharma, M., Tokas, S., Sharma, S., & Mishra, M. (2022). Role of Sports Activities in Developing Decision Making Skill. *World Journal of English Language*. <https://doi.org/10.5430/wjel.v12n3p141>
- Soto, C., Napolitano, C., & Roberts, B. (2020). Taking Skills Seriously: Toward an Integrative Model and Agenda for Social, Emotional, and Behavioral Skills. *Current Directions in Psychological Science*, 30, 26–33. <https://doi.org/10.1177/0963721420978613>
- Subarkah, A., & Marani, I. N. (2020). Analisis teknik dasar pukulan dalam permainan bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 5(2), 106–114.
- Sugiyono, P. D. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Wahidah, N., Mudjihartono, Y. H., Hambali, B., & Komariyah, L. (2023). Analisis Tingkat Kecakapan Hidup Dalam Perspektif Gender di Klub Bulutangkis Kota Bandung. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(2), 245–253.
- Yabunaka, Y., Kametani, R., & Tsuchiya, H. (2023). Generalization of Psychosocial Skills to Life Skills in Collegiate Athletes. *Sports*, 11(2), 20.
- YILMAZ, A., & Güven, Ö. (2018). Ders dışı sportif etkinliklere yönelik öğrenci tutum ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi (DSEÖTÖ). *Journal of Human Sciences*, 15(4).
- Yulianto, A. G., Satrianingsih, B., & Faridah, A. (2025). *Ekstrakurikuler sebagai Wahana : Strategi Efektif Mengembangkan Life Skills Siswa Extracurricular Activities as a Vehicle : An Effective Strategy to Develop Students ' Life Skills*. 4(2024), 103–110.