

**POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT MELALUI KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER OLAH RAGA DI SDN 053 CISITU**



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Oleh :

Zihan Maharani

2102488

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN

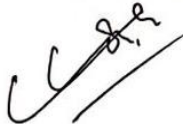
Zihan Maharani

2102488

**POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT MELALUI KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SDN 053 CISITU**

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



Didin Budiman, M.Pd

NIP. 197409072001121001

Pembimbing II



Ricky Wibowo, M.Pd

NIP. 198607182015041002

Mengetahui,

Ketua Program

Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Lukmanul Haqim Lubay, M.Pd

NIP. 197508122009121004

LEMBAR HAK CIPTA

POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SDN 053 CISITU

Oleh
Zihan Maharani

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Zihan Maharani
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, fotokopi atau lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PERYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Positive Youth Development Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di Sdn 053 Csitu" ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya sendiri.

Bandung, Juli 2025

Penulis,

Zihan Maharani

NIM. 2102488

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **“POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SDN 053 CISITU”**. Tidak lupa sholawat beserta salam kepada Rasulullah Muhammad SAW, para keluarganya, sahabatnya, hingga kepada kita selaku umatnya hingga akhir zaman. Proposal ini bertujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Peneliti sangat menyadari bahwa dalam proposal ini masih banyak kekurangan. Maka dari itu, kritik serta saran dari pembaca sangat dibutuhkan bagi peneliti agar dapat menyempurnakan proposal skripsi ini. Semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak dan dapat digunakan dengan sebagaimana mestinya.

Bandung, Juli 2025

Zihan Maharani

2102488

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah dengan penuh rasa syukur atas kelancaran, kemudahan dan ketabahan, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, karena atas rahmat dan karunianya sehingga penulis diberikan kesehatan, kecerdasan, kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini. Dan tidak lupa kepada junjungan Nabi Muhammad SAW.
2. Bapak Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd., MA. selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Prof. Agus Rusdiana, M.A., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
4. Bapak Dr. Lukmannul Haqim Lubay, M.Pd. selaku ketua prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani yang senantiasa selalu memberikan yang terbaik bagi orang-orang yang ada disekitarnya.
5. Bapak Didin Budiman, M.Pd. salah satu dosen pembimbing akademik sekaligus pembimbing I, berkatnya saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Dengan penuh kesabarannya dan juga motivasinya serta saran yang begitu bermanfaat bagi penulis.
6. Bapak Ricky Wibowo, M.Pd. selaku dosen akademik program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani. Yang senantiasa selalu memberikan yang terbaik bagi orang-orang disekitarnya. Dan juga pembimbing II dalam penyusunan skripsi, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Atas kesabarannya yang luar biasa selama bimbingan berlangsung dan juga motivasi serta saran yang sangat bermanfaat bagi penulis agar bisa menjadi lebih baik lagi.
7. Bapak ibu dosen dan juga staf PGSD PENJAS yang telah memberikan banyak hal sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Bapak Sobari selaku staf Prodi PGSD PENJAS yang selalu memberikan arahan, saran, dukungan, do'a yang sangat sangat bermanfaat bagi penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya.

9. Superhero dan Panutanku, Ayahanda Rana Setiaputra, S. Pd. terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, Namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
10. Pintu surgaku, Ibunda Murtini, yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi serta do'a hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
11. Kakak tercinta Moch Zaidan Rahmatullah yang setiap paginya memberikan do'a dan dukungan kepada penulis agar dapat diberikan kelancaran dan kekuatan.
12. Terimakasih kepada Bapak Alvi, Bapak Raka, dan Ibu Rusmini selaku guru pendidikan jasmani yang berada di SDN 053 Cisitu Kota Bandung penulis mengucapkan terimakasih banyak karena telah mengizinkan penulis untuk melakukan proses pengambilan data skripsi.
13. Terimakasih kepada murid-murid Estrakurikuler Futsal dan Pencak Silat SDN 053 Cisitu yang telah rela mengorbankan waktu dan tenaga sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
14. Terimakasih kepada teman Positif (Cheni Febrianti, Syfani Fadilah, Siti Sonia Nurjanah) yang telah kebersamai selama masa perkuliahan mulai dari awal perkuliahan hingga saat ini, terimakasih telah memberikan banyak cerita, pengalaman, kebersamaan, serta mau menemani dalam keadaan senang maupun susah.
15. Terimakasih kepada Diana, Denia, Maya, Putri, Sripuji dan teman akademi futsal Belions lainnya yang hingga sampai pada detik ini masih bersama dan berharap terus bersama, yang telah memberikan cerita klasik, suka dan duka menjadi satu didalamnya serta memberikan dukungan dari segala hal sehingga penulis bisa menjalankan segala sesuatunya dengan sebaik baiknya dan penuh semangat.
16. Terimakasih kepada salah satu sahabat saya Annisa Puti Lenggogeni yang selalu mensupport, selalu mendengarkan keluhan penulis, serta selalu membantu penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.

17. Zihan Maharani, *last but no least*, ya! diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya yang bisa dibilang tidak mudah. Terima kasih sudah bertahan.

ABSTRAK

POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SDN 053 CISITU

zihanmah@upi.edu

Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan
Indonesia

Pembimbing I : Didin Budiman, M. Pd.

Pembimbing II : Ricky Wibowo, M, Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji *positive youth development* siswa sekolah dasar yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga, khususnya futsal dan pencak silat, di SDN 053 Cisit, Bandung. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif komparatif, penelitian ini melibatkan 42 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal dan pancak silat yang dipilih melalui *purposive sampling*. Positive Youth Development Sustainability Scale (PYDSS) digunakan sebagai instrumen, yang mencakup enam indikator: karakter, kompetensi, koneksi, kepedulian, kepercayaan diri, dan kontribusi. Analisis data meliputi statistik deskriptif, uji normalitas dan homogenitas, dan uji-t sampel independen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat PYD tinggi (47,6%) hingga sangat tinggi (28,6%). Meskipun skor rata-rata peserta futsal (108,80) sedikit lebih tinggi daripada peserta pencak silat (107,27), perbedaannya tidak signifikan secara statistik ($p = 0,653$). Temuan ini menunjukkan bahwa baik olahraga berbasis tim maupun individu berkontribusi positif terhadap pengembangan PYD. Penelitian ini menekankan pentingnya program ekstrakurikuler yang dirancang dengan baik sebagai media untuk pembentukan karakter dan pengembangan psikososial dalam pendidikan dasar.

Kata Kunci : Ekstrakurikuler, Positive Youth Development, Olahraga

ABSTRACT
POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT THROUGH EXTRACURRICULAR
SPORTS ACTIVITIES AT SDN 053 CISITU

zihanmah@upi.edu

*Primary School Teacher Education Physical Education, Indonesian University of
Education*

Supervisor I : Didin Budiman, M. Pd.

Supervisor II : Ricky Wibowo, M, Pd.

This study aims to examine the positive youth development of elementary school students participating in extracurricular sports activities, specifically futsal and pencak silat, at SDN 053 Cisitu, Bandung. Using a comparative descriptive quantitative approach, this study involved 42 students participating in extracurricular futsal and pencak silat activities selected through purposive sampling. The Positive Youth Development Sustainability Scale (PYDSS) was used as an instrument, which includes six indicators: character, competence, connection, caring, confidence, and contribution. Data analysis included descriptive statistics, normality and homogeneity tests, and independent sample t-tests. The results showed that most students had high (47.6%) to very high (28.6%) levels of PYD. Although the average score of futsal participants (108.80) was slightly higher than that of pencak silat participants (107.27), the difference was not statistically significant ($p = 0.653$). These findings suggest that both team-based and individual sports contribute positively to the development of PYD. This study emphasizes the importance of well-designed extracurricular programs as a medium for character formation and psychosocial development in elementary education.

Keyword : Extracurricular, Positive Youth Development, Sport

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR HAK CIPTA.....	ii
LEMBAR PERYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Positive Youth Development (PYD).....	8
2.1.1 Pengertian Positive Youth Development	8
2.1.2 Komponen-Komponen PYD	9
2.1.3 Prinsip Dasar Positive Youth Development.....	10
2.1.4 PYD dalam Konteks Pendidikan Dasar	11
2.2 Hakikat Ekstrakurikuler.....	12
2.2.1 Definisi Ekstrakurikuler	12
2.2.2 Tujuan Ekstrakurikuler	13
2.2.3 Fungsi Ekstrakurikuler.....	14
2.2.4 Ekstrakurikuler Olahraga	14
2.3 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	15
2.4 Hubungan PYD Dengan Kegiatan Ekstrakurikuler.....	17
2.5 Penelitian Yang Relevan.....	18

2.6	Kerangka Berpikir	19
2.7	Hipotesis Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN		21
3.1	Desain Penelitian	21
3.2	Partisipan	21
3.3	Populasi dan Sampel	21
3.3.1	Populasi	21
3.3.2	Sampel	22
3.4	Instrumen Penelitian	23
3.5	Prosedur Penelitian	24
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas	24
3.6.1	Uji Validitas	24
3.6.2	Uji Reliabilitas	25
3.7	Teknik Analisis Data	26
3.7.1	Teknik Analisis Deskriptif	26
3.7.2	Uji Prasyarat Analisis	27
BAB IV HASIL & PEMBAHASAN		29
4.1	Hasil Penelitian	29
4.1.1	Analisis Karakteristik Responden	29
4.1.2	Analisis Deskriptif Statistik	30
4.1.3	Uji Normalitas	32
4.1.4	Uji Homogenitas	33
4.1.5	Uji Hipotesis	33
4.2	Pembahasan	35
BAB V KESIMPULAN & SARAN		39
5.1	Kesimpulan	39
5.2	Saran	39
DAFTAR PUSTAKA		41
LAMPIRAN		45

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian	22
Tabel 3. 2 Penskoran Instrumen PYDSS	24
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas	25
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	29
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Ekstrakurikuler	30
Tabel 4. 3 Deskriptif Statistik PYDSS	30
Tabel 4. 4 Hasil Persentase Skor Siswa Keseluruhan	31
Tabel 4. 5 Hasil Persentase Skor Siswa Ekstrakurikuler	31
Tabel 4. 6 Test of Normality.....	32
Tabel 4. 7 Hasil Uji Homogenitas	33
Tabel 4. 8 Hasil Uji Statistik Deskriptif.....	34
Tabel 4. 9 Hasil Pengolahan Independent Sample T-Test.....	34
Tabel 4. 10 Hasil Tes Statistik Independent Sample T-Test	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Penelitian	46
Lampiran 2. Surat Izin Uji Validitas Instrumen	50
Lampiran 3. Surat Balasan Izin Uji Validitas Instrumen	51
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian	52
Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian	53
Lampiran 6. Lembar Pernyataan Validasi Kebahasaan Instrumen.....	54
Lampiran 7. Kuesioner PYDSS.....	55
Lampiran 8. Hasil Jawaban Kuesioner Siswa	58
Lampiran 9. Data Hasil Kuesioner Oleh Siswa.....	64
Lampiran 10. Hasil Analisis Deskriptif	65
Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas, Uji Homogenitas, Uji Independent Sample Test.....	66
Lampiran 12. Dokumentasi	68

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, M. D., Ho, W. K. Y., Al-Haramlah, A., & Mataruna-Dos-Santos, L. J. (2020). Motivation to participate in physical activity and sports: Age transition and gender differences among India's adolescents. *Cogent Psychology*, 7(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1798633>
- Andika, S. G., Kusnadi, K., & Sokibi, P. (2020). Sistem Pendukung Keputusan Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler Untuk Siswa Sma Menggunakan Metode Simple Multi Attribute Rating Technique (Studi Kasus : Sma Santa Maria Cirebon). *Jurnal Digit*, 9(1), 59. <https://doi.org/10.51920/jd.v9i1.133>
- Angga, P. D., Makki, M., Putra, G. P., & Indraswati, D. (2023). Pregi (Program Edukasi Gizi Dan Aktivitas Fisik): Peningkatan Pemahaman Perilaku Hidup Sehat Melalui Gizi Seimbang Dan Aktivitas Fisik Bagi Anak Sekolah Dasar Di Kota Mataram. *Jurnal Interaktif: Warta Pengabdian Pendidikan*, 3(2), 111–125. <https://doi.org/10.29303/interaktif.v3i2.103>
- Annisa, M. N., Dewi, D. A., & Furnamasari, Y. F. (2021). Peran Ekstrakurikuler dalam Meningkatkan Karakter Kewarganegaraan Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 7286–7291.
- Arbeni, W., Windiani, A., Sariyani, D., & Sihotang, B. (2025). *Test Reliability Analysis in Educational Evaluation : A Quantitative Approach to Consistency and Validity*. 5(1), 59–64.
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27. <https://doi.org/10.1080/02671520701809817>
- Balkis, S., Tarrapa, S., Al Muhajir, M., & Makassar, R. (2024). Implementasi PYD Dalam Membentuk Karakter Peserta Didik. *Jurnal Kependidikan Media*, 13, 40–48.
- Budiwanto, S. (2017). Metode Statistika Untuk Mengolah. 2017, 233.
- Casteel, A., & Bridier, N. L. (2021). Describing populations and samples in doctoral student research. *International Journal of Doctoral Studies*, 16, 339–362. <https://doi.org/10.28945/4766>
- Conway, R. J., Heary, C., & Hogan, M. J. (2015). An evaluation of the measurement properties of the five Cs model of Positive Youth Development. *Frontiers in Psychology*, 6(DEC), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01941>
- Eka Matra, Y. K. (2025). *Reliabilitas alat ukur, jenis-jenis dan faktor- faktor yang mempengaruhinya*. 9(1), 77–86.
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Ghani, A. (2021). Rekonstruksi Pendidikan Life Skill Melalui Pengembangan Pendidikan Keterampilan Dalam Kurikulum Madrasah. *Halimi: Journal of Education*, 1(2), 19–39.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58–78. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>
- Hakim, I. (2020). Manajemen Kegiatan Ekstrakurikuler Di Madrasah. *Jurnal Al-Hikmah*,

- 2(2), 149–153.
- Halimah, N., Nofitri, F., & Fitria, Y. (2023). Pengaruh Penilaian Formatif Berbasis Quizizz terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Basicedu*, 7(1), 376–382. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i1.4571>
- Hayati, M. (2020). *Kontribusi keterampilan belajar abad 21 dalam pengembangan pembelajaran pendidikan agama islam berbasis multiple intelligences*.
- Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Hermawan, D. A., & Rachman, H. A. (2018). Pengaruh pendekatan latihan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan shooting peserta ekstrakurikuler basket. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 100–109. <https://doi.org/10.21831/jk.v0i0.20349>
- Holt, N. L., Tink, L. N., Mandigo, J. L., Fox, K. R., Mandigo, L., & Fox, R. (2015). DO YOUTH LEARN LIFE SKILLS THROUGH THEIR INVOLVEMENT IN HIGH SCHOOL SPORT ? A CASE STUDY. *Canadian Journal of Education*, 31(2), 281–304.
- Indrayani, I., & Ahmad Rithaudin. (2018). Tingkat Pemahaman Siswa Kelas Atas Terhadap Pembelajaran Permainan Tradisional Di Sekolah Dasar Swasta Se-Kecamatan Mlati Sleman Tahun Ajaran 2018/2019. *E-Journal PGSD Penjas*, 1–23.
- Inriyani, Y., Wahjoedi, & Sudarmiatin. (2020). Peran kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan prestasi belajar IPS. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 1–7. <https://core.ac.uk/download/pdf/267023922.pdf>
- Intan Oktaviani Agustina, Juliantika Juliantika, Selly Ade Saputri, & Syahla Rizkia Putri N. (2023). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Pembinaan Dan Pengembangan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 1(4), 86–96. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v1i4.2001>
- Jones, M. I., Lavalley, D., & Tod, D. (2011). Developing communication and organization skills: The ELITE life skills reflective practice intervention. *Sport Psychologist*, 25(2), 159–176. <https://doi.org/10.1123/tsp.25.2.159>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Riskedas 2018: Status Kesehatan Anak Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kendellen, K., Camiré, M., Bean, C. N., Forneris, T., & Thompson, J. (2017). Integrating life skills into Golf Canada's youth programs: Insights into a successful research to practice partnership. *Journal of Sport Psychology in Action*, 8(1), 34–46. <https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1205699>
- Khusnul Hamdani, M. (2024). Implementasi Penanaman Life Skill Pada Usia Dini Di Tpa Alba Mandiri Pacitan. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 251–260. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v5i1.1342>
- Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318–328. <https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/download/969/906/>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Lerner, R. M., Almerigi, J. B., Theokas, C., & Lerner, J. V. (2005). Positive youth development: A view of the issues. *Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10–16. <https://doi.org/10.1177/0272431604273211>
- Lestyoningsih, I. H., & Lindawati, S. (2022). Literatur Review: Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Aktifitas Olahraga Pada Anak Usia Sekolah Dan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional ...*, 1(1), 23–32. <http://conference.um.ac.id/index.php/spencer/article/view/3246%0Ahttp://confere>

- nce.um.ac.id/index.php/spencer/article/download/3246/1798
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Nugroho, R. A. (2020). Pelatihan Pembinaan Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Olahraga. *Wahana Dedikasi : Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(1), 56. <https://doi.org/10.31851/dedikasi.v3i1.5374>
- Meilinawati, A. (2020). *Adaptasi Alat Ukur Positive Youth Development Sustainability Scale (PYDSS)*.
- Mahoney, J. L., Larson, R. W., Eccles, J. S., & Lord, H. (2005). *Organized activities as developmental contexts for children and adolescents*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Mossmann, G. J., & Cronin, L. D. (2019). Life skills development and enjoyment in youth soccer: The importance of parental behaviours. *Journal of Sports Sciences*, 37(8), 850–856. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1530580>
- Muhdi, Senowarsito, & S., L. (2018). PENDIDIKAN PYD (LIFE SKILLS) MELALUI CHILD FRIENDLY TEACHING MODEL (CFTM) SEBAGAI DASAR MEMBANGUN KARAKTER SISWA. *E-Dimas*, 3(1), 37. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v3i1.252>
- Novi, S., Arianto, D., & Isti, Q. (2022). PENTINGNYA HAKIKAT PENGEMBANGANN KURIKULUM PADA ANAK USIA DINI. *Jurnal Transformasi Pendidikan*, 6(1), 241–251. <https://lens.org/189-247-898-995-891>
- Nur Shaumi, A. (2015). Pendidikan PYD (LifeSkill) dalam Pembelajaran Sains di SD/MI. *Terampil: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 2(2), 240–252.
- Nurlathifah, N. (2017). Pengaruh Pendekatan Taktis Terhadap Kemampuan Bermain Hoki Dan Pembentukan Kerjasama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 59. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i1.6401>
- Nurmawati, N., Resita, C., & Afrinaldi, R. (2021). Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 20 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 153–161. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3910>
- Nuswantari, N. (2018). Model pembelajaran nilai-nilai toleransi untuk anak sekolah dasar. *Premiere Educandum : Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 8(1), 41. <https://doi.org/10.25273/pe.v8i1.2255>
- Palupi, R., Yulianna, D. A., & Winarsih, S. S. (2021). Analisa Perbandingan Rumus Haversine Dan Rumus Euclidean Berbasis Sistem Informasi Geografis Menggunakan Metode Independent Sample t-Test. *JITU : Journal Informatic Technology And Communication*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.36596/jitu.v5i1.494>
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S. J., & Theodorakis, Y. (2005). The effectiveness of teaching a life skills program in a sport context. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(3), 247–254. <https://doi.org/10.1080/10413200591010139>
- Pierce, S., Kendellen, K., Camiré, M., & Gould, D. (2018). Strategies for coaching for life skills transfer. *Journal of Sport Psychology in Action*, 9(1), 11–20. <https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1263982>
- Pokhrel, S. (2022). The Life Skills Mental Health Connection In Sport. *Landon Gross*, 15(1), 37–48.
- Ramdani, L. A., & Azizah, N. (2019). Permainan Outbound untuk Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 494. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.407>
- Rasyono. (2016). Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(1), 44–49.
- Rosmi, Y. F. (2016). Pendidikan Jasmani Dan Pengembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Wahana*, 66(1), 55–61. <https://doi.org/10.36456/wahana.v66i1.482>

- Rubiyatno. (2014). Peranan Aktivitas Olahraga Bagi Tumbuh Kembang Anak. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 3(1), 54–64., 3(1), 54–64.
- Rulyansah, A., Budiarti, R. P. N., Pratiwi, E. Y. R., & Rihlah, J. (2022). Peningkatan Minat dan Kebugaran Siswa Sekolah Dasar melalui Olah Raga Tradisional. *Indonesia Berdaya*, 3(3), 449–454. <https://doi.org/10.47679/ib.2022239>
- Shilviana, K., & Hamami, T. (2020). Pengembangan Kegiatan Kokurikuler dan Ekstrakurikuler. *Palapa*, 8(1), 159–177. <https://doi.org/10.36088/palapa.v8i1.705>
- Sieng, M., Cloutier, S., & Irimata, K. (2018). Positive Youth Development Sustainability Scale (PYDSS): The development of an assessment tool. *Journal of Social Change*, 10(1), 81–97. <https://doi.org/10.5590/josc.2018.10.1.07>
- Sofyan, H. (2015). *Perkembangan Anak Usia Dini dan Cara Praktis Peningkatannya*.
- Sriwidaningsih, R. R., Hadiansyah, D., & Nugraha, A. G. (2022). Dampak pembelajaran penjas dengan workout exercise terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(2), 203–208. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i2.53552>
- Sudijono, A. (2012). Pengantar Evaluasi Pendidikan. *Jakarta : Raja Grafindo*.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. *Bandung : Alfabeta, CV.*, 11(1), 1–14.
- Supiani, S., Muryati, D., & Saefulloh, A. (2020). Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Keagamaan Di Man Kota Palangkaraya Secara Daring. *ENGANG: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Dan Budaya*, 1(1), 30–39. <https://doi.org/10.37304/enggang.v1i1.2351>
- Supriatna, E. (2023). Penanaman Pendidikan Karakter Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Pramuka Persari Siaga di Sekolah Dasar. *EduBase : Journal of Basic Education*, 4(1), 1–9.
- Suroto, S. (2024). Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Kelas Rendah. *Al-Ihtirafiah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.47498/ihtirafiah.v4i1.3067>
- Triswanti, N., Wibawa, F. S., Aprianda, G., Adha, R., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2021). *Pendahuluan Metode*. 10, 7–11.
- UNICEF. (2021). *On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health* (Vol. 182, Issue 4).
- Weiss, M. R. (2001). Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective. *Fitness Information Technology*.
- Wulandari, D., & Hermiati, D. (2019). Deteksi Dini Gangguan Mental dan Emosional pada Anak yang Mengalami Kecanduan Gadget. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 382–392. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.843>
- Yahya Eko Nopiyanto, & Septian Raibowo. (2020). Pelatihan Olahraga Futsal sebagai Sarana Mengurangi Aktivitas Game Online pada Anak-Anak di Kelurahan Mangunharjo. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(2), 114–124. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v1i2.264>
- Yildirim, Y. (2025). *Teacher and Family Cooperation in Fostering Life Skills in Preschool*. 1–19.
- 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.