

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Struktur Organisasi Tesis .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	9
A. Kegiatan Ekstrakurikuler .....	9
B. Kecakapan Hidup .....	15
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	30
D. Kerangka Berpikir .....	40
E. Hipotesis .....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	44
A. Desain Penelitian .....	44
B. Partisipan .....	45
C. Populasi dan Sampel .....	46
D. Perlakuan atau <i>Treatment</i> Penelitian .....	47
E. Instrumen Penelitian .....	49

F. Pengujian Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	50
G. Prosedur Penelitian .....	52
H. Analisis Data .....	54
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>63</b>
A. Hasil Penelitian .....	63
B. Pembahasan .....	75
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>81</b>
A. Simpulan .....	81
B. Implikasi .....	82
C. Rekomendasi .....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>84</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>89</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>176</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Kerja Tim ( <i>Teamwork</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	20
2.2 Penetapan Tujuan ( <i>Goal Setting</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	21
2.3 Manajemen Waktu ( <i>Time Management</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	22
2.4 Kecakapan Emosional ( <i>Emotional Skills</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	24
2.5 Komunikasi Interpersonal ( <i>Interpersonal Communication</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	25
2.6 Kecakapan Sosial ( <i>Social Skills</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	27
2.7 Kepemimpinan ( <i>Leadership</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	28
2.8 Pemecahan Masalah dan Pengambilan Keputusan ( <i>Problem Solving and Decision Making</i> ) pada Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga .....	30
2.9 Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	30
3.1 Desain Penelitian .....	45
3.2 Program Integrasi Life Skills ke dalam Latihan Ekstrakurikuler Olahraga .....	48
3.3 Dasar Pengambilan Keputusan Uji Normalitas .....	56
3.4 Dasar Pengambilan Keputusan Uji Homogenitas .....	57
3.5 Dasar Pengambilan Keputusan Berdasarkan Nilai Signifikansi atau Probabilitas .....	58
3.6 Dasar Pengambilan Keputusan Berdasarkan Perbandingan F Hitung dengan F Tabel .....	58
3.7 Dasar Pengambilan Keputusan Uji t .....	61
3.8 Dasar Pengambilan Keputusan Uji t dengan Nilai Signifikansi .....	61
4.1 Statistik Deskriptif Hasil Penelitian .....	63
4.2 Rekapitulasi Hasil Uji Normalitas Data <i>Posttest</i> .....	67

4.3 Hasil Uji Homogenitas Data <i>Posttest</i> Semua Kelompok .....	70
4.4 Ringkasan Hasil Analisis varians Satu Jalur .....	71
4.5 Ringkasan Hasil <i>Post Hoc Test</i> Kelompok A dan B .....	72
4.6 Ringkasan Hasil <i>Post Hoc Test</i> Kelompok A dan C .....	72
4.7 Ringkasan Hasil <i>Post Hoc Test</i> Kelompok B dan C .....	73
4.8 Mean Rank Hasil Uji Mann-Whitney U .....	73
4.9 Hasil Uji Mann-Whitney U .....	74
4.10 Mean Rank Hasil Uji Mann-Whitney U .....	75
4.11 Hasil Uji Mann-Whitney U .....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	42
4.1Persentase Perkembangan <i>Life Skills</i> Kelompok A .....	64
4.2Persentase Perkembangan <i>Life Skills</i> Kelompok B.....	64
4.3Persentase Perkembangan <i>Life Skills</i> Kelompok C.....	65
4.4Persentase Perkembangan <i>Life Skills</i> Kelompok Penelitian Sebelum <i>Treatment</i> .....	66
4.5Persentase Perkembangan <i>Life Skills</i> Kelompok Penelitian .....	66
4.6Sebaran Data <i>Posttest</i> Kelompok A.....	68
4.7Sebaran Data <i>Posttest</i> Kelompok B .....	69
4.8Sebaran Data <i>Posttest</i> Kelompok C .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat SK Pembimbing Tesis .....	89
2. Instrumen Asli <i>Life Skills Scale for Sport</i> .....	90
3. Hasil Terjemah Tersumpah Instrumen LSSS .....	92
4. Hasil Terjemah Instrumen LSSS dari Balai Bahasa UPI .....	95
5. Hasil <i>Back Translation</i> Instrumen LSSS dari Balai Bahasa ITB .....	99
6. Hasil Judgement Instrumen dari Guru Bahasa Iscnggris .....	103
7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen LSSS .....	108
8. Instrumen Skala Kecakapan Hidup Bidang Olahraga untuk SMA .....	112
9. Data Hasil <i>Pre-test</i> .....	115
10. Data Hasil <i>Post-test</i> .....	120
11. Output SPSS Hasil Perhitungan Statistika Deskriptif .....	125
12. Output SPSS Hasil Uji Normalitas .....	126
13. Output SPSS Hasil Uji Homogenitas .....	127
14. Output SPSS Hasil Analisis Data Penelitian .....	128
15. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian .....	131
16. Program Integrasi <i>Life Skills</i> ke dalam Latihan Ekstrakurikuler Olahraga .....	134
17. Dokumentasi Kegiatan Integrasi <i>Life Skills</i> dalam Ekstrakurikuler Olahraga .....	167
18. Daftar Riwayat Hidup .....	176