

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILL* MELALUI PERMAINAN  
FUTSAL PADA SISWA MA HUSAINIYAH CICALENGKA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan pada Program Studi Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



**Oleh.**

**Sendi Firmansyah  
NIM. 1706290**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2021**

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILL* MELALUI PERMAINAN FUTSAL  
PADA SISWA MA HUSAINIYAH CICALENGKA**

Oleh

Sendi Firmansyah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Olahraga Pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Sendi Firmansyah2021

Universitas Pendidikan Indonesia

July 2021

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

**HALAMAN PENGESAHAN**

Sendi Firmansyah

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILL* MELALUI PERMAINAN FUTSAL PADA  
SISWA MA HUSAINIYAH CICALENGKA**

Diajukan dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Nuryadi, M.Pd.

NIP.197101171998021001

Pembimbing II



Asep Sumpena, M.Pd.

NIP. 198605032015041001

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Yusuf Hidayat, M. Si

NIP.196808301999031001

## **HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengembangan *Life Skill* Melalui Permainan Futsal pada Siswa MA Husainiyah Cicalengka”, ini beserta seluruh isinya adalah benar – benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juli 2021

Sendi Firmansyah

## KATA PENGANTAR

Allhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas segala rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dalam bentuk skripsi dapat berjalan dengan lancar. Tidak lupa shalawat beserta salam selalu tercurah limpahkan kepada baginda tercinta Habibana Wanabiyana Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan sampai kepada kita selaku umatnya.

Skripsi dengan berjudul “Pengembangan *Life Skill* Melalui Permainan Futsal pada Siswa MA Husainiyah Cicalengka” dan dibuat untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi penyempurnaan skripsi ini dimasa yang akan datang. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Bandung, Juli 2021

Sendi Firmansyah

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ucapkan syukur allhamdulillah, segala puji hanya bagi Allah SWT, subhanallah walhamdulillah wala'ilaahailallah wallahuakbar, yang selalu melimpahkan rahmat dan hidayah-nya kepada penulis. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menerima banyak bimbingan, arahan dan bantuan, serta dorongan dari berbagai pihak baik yang bersifat moral maupun material. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. H. Raden Boyke Mulyana, M.Pd, selaku Dekan FPOK UPI yang telah menyediakan sarana dan prasarana selama perkuliahan, serta atas izinnya dalam proses penelitian skripsi ini.
2. Dr. Yusuf Hidayat, M. Si, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan kemudahan dalam penyusunan skripsi.
3. Dr. Nuryadi, M.Pd, selaku dosen pembimbing satu pada pengerjaan skripsi ini, yang telah memberikan banyak sekali ilmu berupa saran-saran dan pelajaran yang dapat di ambil dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Asep Sumpena, M.Pd, selaku dosen pembimbing dua pada pengerjaan skripsi ini, yang telah memberikan ilmunya dalam penulisan maupun saran-saran dalam proses penyelesaian skripsi ini.
5. Civitas MA Husainiyah Cicalengka yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
6. Ibu Titin dan Bapak Suparman selaku orangtua tercinta yang selalu memberidukung, mendo'akan saya sehingga saya bisa melaksanakan kuliah sampai akhir.
7. Nenek Tiah dan kakek Andi yang selalu menyertai dengan do'a demi kelancaran kuliah saya.
8. Adik saya Rian yang selalu menjadi pembalik mood ketika pusing dengan skripsi.
9. Teman seperjuangan kelas PJKR – D 2017, yang memberikan dukungan kepada saya berupa bombardir motivasi yang sangat mendalam agar segera lulus dan tidak melebihi batas waktu. Terkhusus untuk Sandi KM yang sabar, Ejoy penyedia kosan untuk disinggahi ketika sedang menyusun skripsi.

10. Rekan – rekan HMP PJKR UPI periode 2019 – 2020, yang telah memberikan pengalaman semasa kuliah.
11. Rekan bimbingan skripsi a Arya , Adit, Novia, a Yangyang, Dzulfikar, Riri, Ella, a Uci, Syani, Saepulloh yang telah berjuang bersama saat bimbingan dan menjadi teman sharing dalam penyusunan skripsi.
12. Teman – teman yang baik Ellyna, Niken, Laras, Reni yang selalu mendengarkan keluh kesah drama dalam mengerjakan skripsi dan memotivasi untuk bangkit lagi.
13. Keluarga besar Melaught Drink yang selalu menghibur, dan menjadi pendorong mood untuk mengerjakan skripsi, terutama Doyeng dan Mono saya sangat berterimakasih.
14. Untuk kalian yang pernah hadir dan harus meninggalkan karena takdir, senang bisa mengenalmu walau hanya sesaat tanpa sempat terikat.
15. Luffy , Zoro, Sanji, Takemitchi, Mikey, Draken, Ichigo, Zenitsu, Inosuke, yang telah menjadi tontonan yang menghibur di sela-sela pengerjaan skripsi.
16. Diri saya sendiri Sendi Firmansyah yang telah mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi walau tanpa hadirnya dia disini.

Kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, penulis ucapkan terimakasih yang sebsar-besarnya atas bantuan yang telah diberikan. Semoga Allah selalu melncarkan rezeki dan memberikan kesehatan kepada kalian.

Bandung, Juni 2021

Sendi Firmansyah

NIM. 1706290

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan perbedaan pengembangan *life skills* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal. populasi pada penelitian ini 30 orang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal, sampel yang digunakan sebanyak 20 siswa yang diambil dengan teknik *purposive sampling*, yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan permainan futsal yang terintegrasi *life skills* sedangkan kelompok kontrol diberi perlakuan permainan futsal yang tidak terintegrasi *life skills*. Instrumen yang digunakan adalah angket *life skills*. Uji data penelitian menggunakan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test* dengan bantuan *software SPSS* versi 25. Hasil penelitian menunjukkan (1) Nilai sig  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan pada kelompok yang diberikan perlakuan permainan futsal yang terintegrasi *life skills*. (2) Nilai sig  $0,000 < 0,025$  artinya terdapat perbedaan yang berarti antara kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan permainan futsal yang terintegrasi *life skills*, dengan kelompok kontrol yang diberikan perlakuan permainan futsal yang tidak terintegrasi *life skills*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan permainan futsal yang terintegrasi dengan *life skills*. Karena dalam praktiknya siswa diberikan materi tentang *life skills* pada setiap pertemuan dan dilakukan secara berulang-ulang.

Kata kunci: *Life Skill*, Permainan Futsal, Integrasi *Life Skill*, Pengembangan *Life Skill*



## ABSTRACT

*This study aims to determine the effect and differences in the development of Life Skills of students who take part in futsal extracurriculars. The population in this study was 30 students who took part in futsal extracurriculars, the sample used was 20 students who were taken by purposive sampling technique, which were divided into two groups, namely the experimental group and the control group. The experimental group was given a futsal game that was integrated with Life Skills, while the control group was given a futsal game that was not integrated with Life Skills. The instrument used is a Life Skills questionnaire. The research data test used paired sample t-test and independent sample t-test with the help of SPSS software version 25. The results showed (1) sig value  $0.000 < 0.05$ , which means that there is a significant effect between before and after treatment in the group with given the treatment of futsal game which is integrated with Life Skills. (2) The value of sig  $0.000 < 0.025$  means that there is a significant difference between the experimental group which was given the treatment of the futsal game which was integrated with Life Skills, and the control group which was given the treatment of the futsal game which was not integrated with the Life Skills. Based on the results of the study, it can be concluded that there is a significant increase in the experimental group given the futsal game treatment which is integrated with Life Skills. Because in practice students are given material about Life Skills at each meeting and it is done repeatedly.*

*Keywords: Life Skills, Futsal Game, Life Skill integration, Development of Life Skill.*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>UCAPAN TERIMAKASIH.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian .....	6
1.4.1 Manfaat/signifikansi teori.....	6
1.4.2 Manfaat/signifikansi kebijakan .....	6
1.4.3 Manfaat/signifikansi praktik.....	6
1.4.4 Manfaat/signifikansi isu dan aksi sosial .....	7
1.5 Struktur Organisasi Skripsi: .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 <i>Life Skills</i> .....	9
2.1.1 Pengertian <i>Life Skills</i> .....	9
2.1.2 Konsep <i>Life Skills</i> .....	10
2.1.3 <i>Life Skills</i> Melalui Partisipasi Olahraga .....	11
2.1.4 Komponen <i>Life Skills</i> .....	11
2.1.5 Inti <i>Life Skills</i> .....	12
2.1.6 Tujuan <i>Life Skills</i> .....	13
2.1.7 Tahapan Integrasi <i>Life Skills</i> .....	14
2.2 Permainan Futsal .....	14
2.2.1 Pengertian Permainan Futsal .....	14
2.2.2 Teknik Dasar Permainan Futsal.....	14
2.3 Teori-Teori Yang Mendukung .....	15
2.3.1 Teori Belajar Koneksionisme menurut Edward Lee Thorndike ..	15
2.3.2 Teori Konstruktivisme Merrill.....	16
2.3.3 Teori Kognitivisme Menurut Piaget .....	16

## DAFTAR ISI (Lanjutan)

2.3.4	Teori Behaviorisme Menurut Thorndike.....	17
2.4	Kerangka Berfikir.....	17
2.5	Hipotesis Penelitian.....	18
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>19</b>
3.1	Metode Penelitian.....	19
3.2	Tempat, Waktu, dan Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	19
3.2.1	Tempat Penelitian.....	19
3.2.2	Waktu Penelitian .....	20
3.2.3	Jadwal Pelaksanaan .....	20
3.3	Populasi dan Sampel .....	20
3.3.1	Populasi .....	20
3.3.2	Sampel .....	22
3.4	Desain Penelitian.....	23
3.5	Langkah-Langkah Penelitian.....	23
3.5.1	Langkah-langkah Pelaksanaan Penelitian .....	25
3.6	Jadwal Perlakuan.....	26
3.7	Instrumen Penelitian.....	40
3.8	Teknik Pengumpulan Data .....	54
3.9	Teknik Analisis Data.....	54
3.9.1	Uji Normalitas .....	54
3.9.2	Uji Homogenitas.....	55
3.9.3	Uji Paired Sample t-test.....	55
3.9.4	Uji Independent Sample t-test .....	55
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>56</b>
4.1	Deskripsi Data .....	56
4.2	Uji Prasyarat .....	57
4.2.1	Uji Normalitas .....	57
4.2.2	Uji Homogenitas.....	58
4.3	Uji Hipotesis.....	58
4.3.1	Uji Hipotesis 1 .....	58
4.3.2	Uji Hipotesis 2.....	59
4.4	Pembahasan.....	60
4.4.1	Pengaruh permainan futsal yang terintegrasi <i>Life Skills</i> terhadap peningkatan <i>Life Skills</i> .....	60

## DAFTAR ISI (Lanjutan)

4.4.2 Perbedaan antara permainan futsal yang terintegarsi <i>Life Skills</i> dengan permainan futsal yang tidak terintegrasi <i>Life Skills</i> terhadap peningkatan <i>Life Skills</i> .....	60
4.5 Kelebihan .....	61
4.6 Kekurangan .....	61
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>62</b>
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Implikasi.....	62
5.3 Rekomendasi .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Pelaksanaan .....	20
Tabel 3. 2 Data Antropometrik Populasi .....	21
Tabel 3. 3 Jadwal Perlakuan .....	26
Tabel 4. 1 Deskripsi Hasil Data Angket Life Skills .....	54
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas .....	55
Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas .....	56
Tabel 4. 4 Hasil Uji Paired Sample t-Test .....	56
Tabel 4. 5 Hasil Uji Independet Sample t-Test .....	57

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 3. 1 Langkah-langkah Pelaksanaan Penelitian .....	24
--	----

## DAFTAR PUSTAKA

- Asfar, A.M. irfan Taufan Asfar & andi muhammad iqbal. 2019. “TEORI BEHAVIORISME ( Theory of Behaviorism ).” *Researchgate* (February): 0–32.
- Cronin, Lorcan Donal, and Justine Allen. 2017. “Development and Initial Validation of the Life Skills Scale for Sport.” *Psychology of Sport and Exercise* 28: 105–19. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>.
- Dan, Pendapatan, and Kemandirian Berwirausaha. 2009. “Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skills) Dalam Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (Pekka) Untuk Peningkatan Pendapatan Dan Kemandirian Berwirausaha.” *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* 4(2).
- Darajat, Jajat, and Bambang Abduljabar. 2014. *Aplikasi Statistika Dalam Penjas Lengkap Dengan Penghitungan SPSS*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika.
- Depdiknas. 2003. “Pengembangan Model Pendidikan Kecakapan Hidup.” *Pusat Kurikulum, Balitbang Depdiknas Jl. Gunung Sahari Raya No. 4, Jakarta Pusat* (4).
- Fatchurahman, M. 2012. “Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis Dan Kenakalan Remaja.” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 1(2).
- Gould, Daniel, and Sarah Carson. 2008. “International Review of Sport and Exercise Psychology Life Skills Development through Sport : Current Status and Future Directions.” (March 2013): 37–41.
- Hayden, Laura A. et al. 2015. “An Exploration of Life Skill Development through Sport in Three International High Schools.” *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health* 7(5): 759–75.
- Hermans, Vic, and Rainer Engler. 2011. *Futsal: Technique, Tactics, Training*.
- Johnston, Julie et al. 2012. “Positive Youth Development in Swimming: Clarification and Consensus of Key Psychosocial Assets.” (January 2013): 37–41.
- Juhji, Moh. syamsuri Rachman. 2016. “Implementasi Pendidikan Kecakapan Hidup ( LIFE SKILL ).” 9(2): 169–80.

- Juliantine, Tite, Toto Subroto, and Yunyun Yudiana. 2016. *Belajar Dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI.
- Kendellen, Kelsey et al. 2016. “Jurnal Psikologi Olahraga Dalam Tindakan Mengintegrasikan Kecakapan Hidup Ke Dalam Program Pemuda Golf Canada: Wawasan Ke Dalam Penelitian Yang Berhasil Untuk Mempraktikkan Kemitraan.” 0704(September).
- . 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.
- Keterampilan, Terhadap, Passing Dalam, and Permainan Futsal. 2018. “JUARA : Jurnal Olahraga PENGARUH PENGGUNAAN MODEL PROBLEM BASED LEARNING.” 3(1): 1–7.
- Life, Pengembangan, Skills Melalui, Pendidikan Jasmani, and D A N Olahraga. 2019. “Alvian Agung Nurhaqy, 2019 PENGEMBANGAN LIFE SKILLS MELALUI PENIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu.”
- Mahendra, Agus. 2015. *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika.
- Marwiyah, Syarifatul. 2012. “Konsep Pendidikan Berbasis Kecakapan Hidup.” *Jurnal Falasifa* 3(1): 75–98.
- Mashuri, Hendra. 2019. “Analisis Tingkat Kenikmatan Beraktifitas Fisik Peserta Didik Pendidikan Jasmani Sekolah Menengah Kejuruan.” *Jp.jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)* 3(1): 55–70.
- Novianda, Gede, I Nyoman Kanca, and Gede Eka Budi Darmawan. 2014. “Metode Pelatihan Taktis Passing Berpasangan Statis Dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal.” *E-Journal PKO* 1(2): 3–4.
- Pratiwi, Umi, and Eka Farida Fasha. 2015. “Pengembangan Instrumen Penilaian Hots Berbasis Kurikulum 2013 Terhadap Sikap Disiplin.” *Jurnal Penelitian dan Pembelajaran IPA* 1(1): 123.
- Saripudin, SPd, and MT. 2019. “Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI Tahun 2015.”



- Saufi, M, and Riduan Saberan. 2020. "Basic Life Skills Dalam Pembelajaran Di Sekolah Dasar." *Elementa: jurnal prodi pgsd stkip pgri banjarmasin* 1(3): 190–97.
- Sriyatin, Sriyatin, Adi Sucipto, and Sulikan Sulikan. 2018. "Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Siswa Sdn Sambigede 03 Sumberpucung Malang." *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)* 1(2): 80–91.
- Sugiyono. 2015. *Journal of Cleaner Production Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, Adang. 2009. *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika.
- Supriatin, Atin, and Aida Rahmi Nasution. 2017. "Implementasi Pendidikan Multikultural Dalam Praktik Pendidikan Di Indonesia." *Elementary: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 3(1): 1.
- Supriatna, Mamat. 2006. "Pengembangan Kecakapan Hidup Di Sekolah." *Pengembangan Kecakapan Hidup Di Sekolah*.
- Taufik, Muhamad Syamsul. 2019. "Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Keterampilan Bermain Futsal Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Suryakencana." *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan* 10(02): 68–78.
- Umar, Husein. 2008. *Metode Penelitian Untuk Skripsi Dan Tesis Bisnis*. 2nd ed. J: PT. Rajagrafindo Persada.