

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* DAN PERFORMA DALAM
OLAHRAGA RUGBY**

TESIS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Magister Pendidikan Olahraga



Oleh

Dito Dwi Cahyo
NIM 2002135

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2022**

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* DAN PERFORMA DALAM
OLAHRAGA RUGBY**

LEMBAR HAK CIPTA

Oleh
Dito Dwi Cahyo

Sebuah Tesis yang ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Olahraga Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia

© Dito Dwi Cahyo 2022
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
di photocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN TESIS

DITO DWI CAHYO

2002135

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* DAN PERFORMA DALAM
OLAHRAGA RUGBY**

Disetujui dan disahkan oleh Tim Pembimbing:

Pembimbing I,



Dr. Eka Nugraha, M. Kes. AIFO
195903041987031002

Pembimbing II,



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.
NIP. 196001191986031002

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Olahraga SPs UPI



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.
NIP. 196001191986031002

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Pengembangan *Life skills* dan Performa Dalam Olahraga Rugby” beserta seluruh isinya benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko ataupun sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya ini.

Bandung, Agustus 2022
Penulis

Dito Dwi Cahyo
NIM. 2002135

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan segala nikmat yang telah Allah SWT curahkan kepada penulis, dengan penuh rasa syukur penulis dapat menyelesaikan penulisan tesis yang berjudul “**Pengembangan Life Skill dan Performa dalam Olahraga Rugby**”.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan tesis ini, masih terdapat kekurangan baik dalam proses maupun isi, hal ini karena keterbatasan dalam pengetahuan dan pemahaman penulis, oleh sebab itu penulis menghaturkan permohonan maaf dan mengharapkan masukan serta kritik yang membangun.

Dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga selesainya penulisan tesis ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan bagi pembaca pada umumnya, serta penulis mengharapkan semoga tesis ini dapat menjadi referensi dan sumbangan pemikiran bagi perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan dan olahraga. Penulis mengharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah penulis dan tim pembimbing kerjakan dalam proses penulisan tesis ini dapat menjadi nilai ibadah Aamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bandung, Agustus 2022

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam kesempatan ini, penulis menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini, penulis mendapatkan dukungan, bantuan serta bimbingan dari banyak pihak, baik moril, materil serta doa yang mengarahkan pada selesainya karya tulis ini. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih dari lubuk hati yang paling dalam kepada:

1. Orangtua kami Sumardi dan Sunarsih, yang terus menerus mendukung dan mendoakan putranya agar dapat mencapai apa yang dicita-citakan.
2. Prof. Dr. M. Solehudin, M.Pd., M.A, selaku rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Prof. Dr. Amung Ma'mun, M.Pd, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana serta Dosen Pembimbing II tesis yang telah banyak memberikan arahan serta masukan dan kritik yang membangun dalam proses perkuliahan dan penulisan karya tulis ini.
4. Dr. Eka Nugraha, M. Kes. AIFO, selaku Dosen Wali serta Dosen Pembimbing I, yang telah memberikan arahan serta masukan dan kritik yang membangun dalam proses perkuliahan dan penulisan karya tulis ini.
5. Dr. Yunyun Yudiana, selaku dosen penguji yang memberikan saran dan masukan yang membangun, baik saat seminar proposal hingga ujian sidang, serta selaku Ketua Satuan Pelaksana KONI Jawa Barat pada PON XX Papua yang telah memberikan kepada penulis untuk menjadi bagian dalam tim pelatih.
6. Dr. Sucipto, M.Kes., AIFO, selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan dalam penulisan tesis ini.
7. Seluruh staf pengajar pada Program Studi Pendidikan Olahraga Sekolah Pascasarjana UPI beserta staf dan karyawan yang telah memberikan pengetahuan dan arahan selama proses perkuliahan.
8. Pengurus beserta Atlet Tim Rugby Kota Bandung yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk dapat melakukan penelitian.

9. Istri dan kedua anak penulis, yang selalu memberikan motivasi, dukungan serta doa yang tiada henti.
10. Keluarga besar POR angkatan 2022 konsentrasi Pendidikan Jamsani yang terus menerus memberikan motivasi dan dukungan dalam cara yang beragam.
11. Seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam proses penulisan karya tulis ini.

Dari lubuk hati, penulis mengucapkan banyak terimakasih atas segala jasa dan kontribusinya, semoga Allah SWT mencatat sebagai amal shalih Aamiin, dan semoga Allah SWT dapat mengampuni segala kesalahan yang dilakukan selama proses penulisan karya tulis ini Aamiin.

PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* DAN PERFORMA DALAM OLAHRAGA RUGBY

Dito Dwi Cahyo

Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia
dwicahyodito@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengembangan *life skills* pada kelompok yang diintegrasikan secara terstruktur program *life skills* dengan kelompok tanpa diintegrasikan program *life skills* dalam olahraga rugby, serta untuk mengetahui perbedaan performa bermain pada kedua kelompok. Desain dalam penelitian ini adalah *pre test-post test control group design*. Instrumen yang digunakan *Life Skills Scale for Sport* (LSSS) yang telah diadopsi serta *Game Performance Assesment Instrument* (GPAI). Hasil penelitian menunjukkan bahwa: terdapat perbedaan yang signifikan pengembangan *life skills* pada kelompok yang diintegrasikan program *life skills* dengan kelompok tanpa diintegrasikan program *life skills* dalam olahraga rugby, tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap performa bermain pada kedua kelompok.

Kata kunci: *Life skills*, Performa, Rugby

DEVELOPMENT OF LIFE SKILLS AND PERFORMANCE IN RUGBY

Dito Dwi Cahyo

Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, West Java, Indonesia
dwicahyodito@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the development of life skills in groups that were integrated with a structured life skills program with groups without being integrated into life skills programs in rugby, as well as to determine differences in playing performance in the two groups. The design in this study was a pre-test-post-test control group design. The instrument used is the Life Skills Scale for Sport (LSSS) which has been adopted and the Game Performance Assessment Instrument (GPAI). The results showed that: there was a significant difference in the development of life skills in the group that was integrated with the life skills program and in the group without the integration of the life skills program in rugby, there was no significant difference in the game performance of the two groups.

Keywords: Life skills, Performance, Rugby

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4 Secara Teoritis.....	6
1.4 Secara Praktik.....	6
1.5 Struktur Organisasai.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
2.1 Paradigma Pengembangan Melalui Olahraga	9
2.2 Pengertian <i>Life skills</i>	10
2.2.1 <i>Team work</i>	12
2.2.2 <i>Goal Setting</i>	12
2.2.3 <i>Time Management</i>	13
2.2.4 <i>Emotional Skills</i>	13
2.2.5 <i>Interpersonal Communication</i>	13
2.2.6 <i>Social Skills</i>	13
2.2.7 <i>Leadership</i>	13
2.2.8 Problem Solving and Decision Making	13
2.3 Performa Bermain	16

2.4 Olahraga Rugby	18
2.4.1 <i>Integrity</i>	19
2.4.2 <i>Passion</i>	19
2.4.3 <i>Solidarity</i>	20
2.4.4 <i>Discipline</i>	20
2.4.5 <i>Respect</i>	20
2.5 Penelitian Terdahulu	21
2.6 Kajian Teoritis Penelitian.....	22
2.7 Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Partisipan.....	25
3.1 Populasi dan Sampel	26
3.4 Instrumen Penelitian.....	26
3.4.1 <i>Life skills Scale for Sport (LSSS)</i>	26
3.4.2 Game Performance Assesment Instrument (GPAI)	27
3.5 Prosedur Penelitian.....	28
3.5.1 Tahap Persiapan	28
3.5.2 Tahap Pelaksanaan	28
3.5.3 Tahap Pelaporan.....	29
3.6 Analisis Data	29
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Temuan.....	31
4.1.1 Hasil Pengolahan dan Analisis Data	31
4.1.1.1 Uji Normalitas.....	32
4.1.1.2 Uji Homogenitas	33
4.1.2 Uji Hipotesis	34
4.1.2.3 Uji Hipotesis Pertama	34
4.1.2.4 Uji Hipotesis Kedua	36
4.2 Pembahasan.....	37
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	42
5.1 Simpulan	42

5.2 Implikasi.....	43
5.3 Rekomendasi	43

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Data Deskriptif Hasil Penelitian Life Skills.....	31
Tabel 4.2	Data Deskriptif Hasil Penelitian Performa Bermain.....	31
Tabel 4.3	Uji Normalitas Data <i>Life skills</i>	32
Tabel 4.4	Uji Normalitas Data Performa Bermain	33
Tabel 4.5	Uji Homogenitas Data <i>Life skills</i>	33
Tabel 4.6	Uji Homogenitas Data Performa Bermain	34
Tabel 4.7	Hasil Uji <i>Paired Sample T-test</i> <i>Life skills</i>	35
Tabel 4.8	Hasil Uji <i>Mann-Whitney Gain Score</i> <i>Life skills</i>	35
Tabel 4.9	Hasil Uji <i>Paired Sample T-test</i> Performa Bermain	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Desain Penelitian <i>Pre-Test Post-Test Control Group Design</i>	24
Gambar 4.1	Perbandingan Skor <i>Life skills</i>	37
Gambar 4.2	Perbandingan Pencapaian Komponen <i>Life skills</i>	38
Gambar 4.3	Perbandingan Skor Performa Bermain.....	39
Gambar 4.4	Perbandingan Pencapaian Komponen Performa Bermain	40

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. SK Pembimbing
- Lampiran 2. Surat Penelitian
- Lampiran 3. Surat PRUI Kota Bandung
- Lampiran 3. Buku Bimbingan
- Lampiran 4. Angket LSSS
- Lampiran 5. Form GPAI
- Lampiran 6. Program Latihan dengan Integrasi *Life skills*
- Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Anira, . (2019). *Pengaruh Physical Activity Terhadap Peningkatan Life skills*. S2 Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arnold, P. J. (2006). Sport and Moral Education, (February 2015), 37–41. <https://doi.org/10.1080/0305724940230106>
- Asia Rugby. (2019). Asia Rugby drives record-breaking year for rugby's global growth. [Online] . Diakses dari : <https://www.asiarugby.com/2019/07/10/rugbys-globalgrowth/>
- Bean, C., & Forneris, T. (2016). Examining the Importance of Intentionally Structuring the Youth Sport Context to Facilitate Positive Youth Development. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(4), 410–425. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1164764>
- Beheshtifar, M. (2013). Social Skills : A Factor to Employees' Success, 3(3), 74–79.
- Beutler, Ingrid. (2008). *Sport serving development and peace: Achieving the goals of the United Nations through sport*. *Sport in Society*, 11(4), 359–369. doi:10.1080/17430430802019227
- Bompa, Tudor & Claro, Frederick. (2009). Periodization in Rugby. United Kingdom: Meyer & Meyer Sport.
- Brunelle, Danish, S. J., & Forneris, T. (2007). The Impact of a Sport-Based Life Skill Program on Adolescent Prosocial Values.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2009). High school athlete perspectives on support, communication, negotiation and life skill development. *Qualitative Research in Sport, Exercise, and Health Education*, 1(1), hlm. 72-88.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). Experimental and quasi-experimental designs for research. Boston: Houghton Mifflin.
- Clarke AC, Anson JM, Pyne DB (2017) . Game movement demands and physical profiles of junior, senior and elite male and female rugby sevens players. *J Sports Sci* 2017;35:727–33.
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307–323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>
- Cranston, N. C., & Catherine, L. (2007). What is this thing called leadership? : Prominent Australians Tell Their Stories. Australian Academic Press; General edition.
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>
- Danish, S., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (2014). Sport Enhancing Youth Development Through Sport, (October 2014), 37–41. <https://doi.org/10.1080/04419057.2004.9674365>
- David Shilbury; Kalliopi Popi Sotiriadou; B. Christine Green (2008). Sport Development. Systems, Policies and Pathways: An Introduction to the Special Issue. , 11(3), 0–223. doi:10.1016/s1441-3523(08)70110-4
- Demands of Sevens Rugby during the 2005 Rugby World Cup Sevens Tournament, *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 8:2, 114-123. <http://dx.doi.org/10.1080/24748668.2008.11868441>

- Dworkin, J. B., Larson, R., & Hansen, D. (2003). Adolescents' Accounts of Growth Experiences in Youth Activities, 32(1), 17–26.
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M., & Hunt, J. (2003). Extracurricular Activities and Adolescent Development, 59(4), 865–889.
- Ferguson, B. R., & Shapiro, S. K. (2016). Using a Naturalistic Sport Context to Train Social Skills in Children, 7107(March). <https://doi.org/10.1080/07317107.2016.1135700>
- Fraenkel, J.R., Wallen, N. E., and Hyun, H. H. (2012). How to design and evaluate research in education 8th Ed. New York : McGraw-Hill Companies Inc.
- Fraser-Thomas, Jessica L.; Côté, Jean; Deakin, Janice (2005). *Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development*. Physical Education & Sport Pedagogy, 10(1), 19–40. doi:10.1080/1740898042000334890
- Gallahue, david., & Ozmun, John. (1998). *Motor Development*. Physical Education: Mc Graw Hill.
- Gordon, J. (2017). The Power of Positive Leadership: How and Why Positive Leaders Transform Teams and Organizations and Change the World.
- Gould, D., & Carson, S. (2008a). International Review of Sport and Exercise Psychology *Life skills* development through sport : current status and future directions, (March 2013), 37–41. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>
- Gould, D., & Carson, S. (2008b). *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>
- Gould, D., & Voelker, D. K. (2010). Youth Sport Leadership Development: Leveraging the Sports Captaincy Experience Youth Sport Leadership Development: Leveraging the Sports Captaincy Experience, 0704. <https://doi.org/10.1080/21520704.2010.497695>
- Grange, P. (2014). Ethical Leadership in Sport: What's Your ENDgame? (Giving Voice to Values on Business Ethics and Corporate Social Responsibility).
- Griffin, Steffan A; dkk. (2020). The relationships between rugby union, and health and well-being: a scoping review. British Journal of Sports Medicine, (), bjsports-2020-102085-. doi:10.1136/bjsports-2020-102085
- Gunarsa, S., Soekasah, M., Satiadarma, M. P. (2004). Psikologi Olahraga Prestasi. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia
- Hamilton, S. F., Hamilton, M. A., & Pittman, K. (2015). Principles for Youth Development, (January 2004). <https://doi.org/10.4135/9781452232560.n1>
- Hanrahan, S. J., & Andersen, M. B. (n.d.). Routledge Handbook of Applied Sport Psychology
- Harsono, (1988), Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching, Jakarta, CV.Kesuma.
- Hasibuan, M. (2003). Organisasi dan motivasi , Jakarta : PT.Bumi Aksara.
- Hermens, N., Super, S., Verkooijen, K. T., & Koelen, M. A. (2017). A Systematic Review of Life Skill Development Through Sports Programs Serving Socially Vulnerable Youth. Research Quarterly for Exercise and Sport, 88(4), 408–424. <https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1355527>

- Hodge, K., & Danish, S. J. (1999). Promoting *Life skills* for Adolescent Males through cSport. In A. Horne, & M. Kiselica (Eds.), *Handbook of Counseling Boys and Adolescent Males* (pp. 55-71). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hodge, K., & Danish, S. J. (1999). Promoting *Life skills* for Adolescent Males through Sport. In A. Horne, & M. Kiselica (Eds.), *Handbook of Counseling Boys and Adolescent Males* (pp. 55-71). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Juliantine, Tite. dkk. (2013). Model Pembelajaran Penjas. Bandung: FPOK-Universitas Pendidikan Indonesia.
- K. Michele van Rooyen, Carl Lombard & D. Timothy Noakes (2008) Playing Demands of Sevens Rugby during the 2005 Rugby World Cup Sevens Tournament, *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 8:2, 114-123 To link to this article: <http://dx.doi.org/10.1080/24748668.2008.11868441>
- Kendellen, K., & Camiré, M. (2019). Applying in life the skills learned in sport: A grounded theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 23–32. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.09.002>
- Kendellen, K., Camiré, M., Bean, C. N., & Forneris, T. (2016). Integrating *life skills* into Golf Canada's youth programs : Insights into a successful research to practice partnership, 0704. <https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1205699>
- Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American 1205 Psychologist*, 55(1), 170–183. doi:10.1037/0003-066X.55.1.170
- Mancini, M. (2003). Time Management. New York : McGraw-Hill.
- Mcewan, D., & Beauchamp, M. R. (2014). Teamwork in sport: a theoretical and integrative review International Review of Sport and Exercise Psychology Teamwork in sport: a theoretical and integrative review, (July 2015). <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.932423>
- Memmert, D., & Harvey, S. (2008). The game performance assessment instrument (GPAI): Some concerns and solutions for further development. *Journal of Teaching in Physical Education*, 27, 220-240.
- Nurhasan. (2007). Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Oddner, F. (2010). Sport in Society : Cultures , Commerce , Media , Politics The character of sport and the sport of character, (December 2014), 37–41. <https://doi.org/10.1080/17430430903522905>
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danies, S. J., & Theodorakis, Y. (2007). The effectiveness of teaching a *life skills* program in a physical education context. *European Journal of Psychology of Education*, 17(3), 247–254. <https://doi.org/10.1007/BF03173512>
- Patrick, N. J. (2008). Social skills for teenagers and adults with sperger Syndrome.
- Pennington, C. G. (2017). Moral Development and Sportsmanship in Physical Education and Sport. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(9), 36–42. <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1367745>
- Peraturan Presiden No. 86 Tahun 2021 Tentang Desain Besar Olahraga Nasional.

- Petitpas, A. J., Cornelius, A. E., Raalte, J. L. Van, & Jones, T. (2005). A Framework for Planning Youth Sport Programs That Foster Psychosocial Development, (May 2015). <https://doi.org/10.1123/tsp.19.1.63>
- 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>
- Plato, (1920). Protagoras. In: A. Cubberly, ed. *Readings in the history of education*. New York: Houghton-Mifflin.
- Proctor, T. (2005). Creative Problem Solving for Managers: Developing Skills for Decision Making and Innovation.
- Rangeon, S., Gilbert, W., & Bruner, M. (2012). *Journal of Coaching Education*. *Journal of Coaching Education*, 5(1), 83–113.
- Rohmanasari, R., Ma'mun, A., & Muhtar, T. (2018). Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler terhadap Perkembangan *Life skills* Siswa Sekolah Menengah Atas. 371-382.
- Ross A, Gill N, and Cronin J. (2015). The match demands of international rugby sevens. *J Sports Sci* 2015;33:1035–41.
- Savardelavar, M., Kuan, G., & Chin, N. (2017). Making Effective Communication with Athletes, (September)
- Shields, D. L. L., & Bredemeier, B. J. L. (1995). *Character development and physical activity*. Human Kinetics Publishers.
- Sucipto. (2015). *Pembelajaran Permainan Futsal (Implementasi Pendekatan Taktis)*. Bandung: CV. Bintang Waliartika.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Super, S., Verkooijen, K., & Koelen, M. (2016). The role of community sports coaches in creating optimal social conditions for life skill development and transferability—a salutogenic perspective. *Sport, Education and Society*, 23(2), 173–185. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1145109>
- Syarifatunnisa, . (2019). Integrasi Program *Life skills* Dalam Olahraga Bola Basket Pada Mahasiswa Ilmu Keolahragaan. S2 thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Turnnidge, Jennifer; Côté, Jean; Hancock, David J. (2014). Positive Youth Development From Sport to Life: Explicit or Implicit Transfer?. *Quest*, 66(2), 203–217. doi:10.1080/00336297.2013.867275
- UN Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace, ‘Sport as a Tool for Development and Peace: Towards Achieving the United Nations Millennium Development Goals’, http://www.un.org/sport2005/resources/task_force.pdf
- Vaz, Luís Miguel Teixeira; et al. (2016). Influence of different small-sided games on physical and physiological demands in rugby union players. *International journal of Sports Science & Coaching*, 11(1), 78–84. doi:10.1177/1747954115624823
- Vaz, Luís; Leite, Nuno; João, P. V.; Gonçalves, Bruno; Sampaio, Jaime (2012). Differences Between Experienced And Novice Rugby Union Players During Small-Sided Games ¹, ². *Perceptual and Motor Skills*, 115(2), 594–604. doi:10.2466/30.10.25.pms.115.5.594-604

- Wang, Lijuan & Ha, Amy. (2012). Mentoring in TGfU teaching: Mutual engagement of pre-service teachers, cooperating teachers and university supervisors. European Physical Education Review 18(1) 47–61DOI: 10.1177/1356336X11430654
- Webb, Paul & Pearson, Phil. (2008). An Integrated Approach to Teaching Games for Understanding (TGfU).
- Weiss, M. R., Bolter, N. D., & Kipp, L. E. (2014). Assessing impact of physical activity-based youth development programs: Validation of the *life skills* transfer survey (LSTS). Research Quarterly for Exercise and Sport, 85(3), 263–278. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.931558>
- Widjaja, A.W. (2000). Ilmu Komunikasi Pengantar Studi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wang, Lijuan & Ha, Amy. (2012). Mentoring in TGfU teaching: Mutual engagement of pre-service teachers, cooperating teachers and university supervisors. European Physical Education Review 18(1) 47–61DOI: 10.1177/1356336X11430654
- World Rugby. (2014). Rugby's Values. [Online]. Diakses dari <https://www.world.rugby/news/35282>
- World Rugby. Conditioning For Rugby. [online] Diakses dari <https://passport.world.rugby/conditioning-for-rugby/advanced-conditioning-for-rugby-pre-level-2/player-profile/endurance/>
- World Rugby. Player Profile. [Online] Diakses dari <https://passport.world.rugby/conditioning-for-rugby/advanced-conditioning-for-rugby-pre-level-2/player-profile/>
- Zekioğlu, A., Kaptanoğlu, A. Y., Çavmak, D., & Söyler, Sait. (2018). The Scale Development on Health Professionals' Perceptions About Health Sector Privatization in Turkey: Sanitas Magisterium, 3(2), 46-55