

**INTEGRASI *LIFE SKILLS* KE DALAM PROGRAM PELATIHAN
SEPAKBOLA USIA MUDA UNTUK MENINGKATKAN
LIFE SKILLS DAN PENGUASAAN KETERAMPILAN
DASAR SEPAKBOLA**

DISERTASI

**Disertasi ini diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh gelar Doktor Pendidikan Olahraga**



Oleh:

**MUHAMAD TAFQUR
1604755**

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

LEMBAR PENGESAHAN DISERTASI

INTEGRASI *LIFE SKILLS* KE DALAM PROGRAM PELATIHAN
SEPAKBOLA USIA MUDA UNTUK MENINGKATKAN
LIFE SKILLS DAN PENGUASAAN KETERAMPILAN
DASAR SEPAKBOLA

Muhamad Tafaqur
1604755

Disetujui dan disahkan oleh panitia Disertasi

Promotor



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.
NIP. 196001191986091002

Kopromotor



Prof. Dr. Komarudin, M.Pd.
NIP. 19720403199931003

Anggota



Dr. Hj. Tite Juliantine, M.Pd.
NIP. 196807071992032001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.
NIP. 196001191986091002

**INTEGRASI *LIFE SKILLS* KE DALAM PROGRAM PELATIHAN
SEPAKBOLA USIA MUDA UNTUK MENINGKATKAN
LIFE SKILLS DAN PENGUASAAN KETERAMPILAN
DASAR SEPAKBOLA**

Oleh
Muhamad Tafaqur
1604755

Sebuah disertasi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
Memperoleh Gelar Doktor (Dr.) Program Studi
Pendidikan Olahraga

© Muhamad Tafaqur
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2022

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Disertasi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak

ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa seizin penulis
PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi dengan judul “Integrasi *Life Skills* ke dalam Program Pelatihan Sepakbola Usia Muda untuk Meningkatkan *Life Skills* dan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola” 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 resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2022
Yang Membuat Pernyataan

Muhamad Tafaqur
NIM. 1604755

ABSTRAK

Muhamad Tafaqur. NIM. 1604755. Disertasi: Integrasi *Life Skills* ke dalam Program Pelatihan Sepakbola Usia Muda untuk Meningkatkan *Life Skills* dan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola. Disertasi ini dibimbing oleh Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd., Prof. Dr. Komarudin, M. Pd., Dr. Hj. Tite Juliantine, M. Pd. Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji perbedaan pengaruh latihan sepakbola terintegrasi *life skills* dan tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills* dan penguasaan keterampilan dasar sepakbola siswa SSB usia muda, serta untuk mengetahui mana yang lebih baik peningkatannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan menggunakan *pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah sepakbola (SSB) Garuda Perkasa kabupaten Pemalang Jawa Tengah berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SSB Garuda Perkasa kabupaten Pemalang Jawa Tengah berjumlah 20 orang, yang dibagi menjadi dua kelompok dengan jumlah yang sama, yaitu kelompok eksperimen 10 orang dan kelompok kontrol 10 orang. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa latihan sepakbola terintegrasi *life skills* dan kelompok kontrol diberikan latihan sepakbola tidak terintegrasi *life skills*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket *Life Skills Scale for Sport* (LSSS) dan tes keterampilan dasar sepakbola. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *t-test*. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa: 1) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan latihan sepakbola terintegrasi *life skills* dan tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills* siswa SSB usia muda. Latihan sepakbola terintegrasi *life skills* lebih baik dibandingkan latihan sepakbola tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills* siswa SSB usia muda, 2) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan latihan sepakbola terintegrasi *life skills* dan tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan penguasaan keterampilan dasar sepakbola siswa SSB usia muda. Latihan sepakbola terintegrasi *life skills* lebih baik dibandingkan latihan sepakbola tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan penguasaan keterampilan dasar sepakbola siswa SSB usia muda. Hasil penelitian ini menjadi bahan pertimbangan bagi para pelatih sepakbola ketika menyusun program latihan sepakbola usia muda.

Kata Kunci: Latihan sepakbola, *life skills*, penguasaan keterampilan dasar sepakbola, siswa SSB usia muda.

ABSTRACT

Muhamad Tafaqur. NIM. 1604755. Dissertation: Integration of Life Skills into Youth Soccer Training Programs to Improve Life Skills and Mastery of Basic Football Skills. This dissertation is guided by Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd., Prof. Dr. Komarudin, M. Pd., Dr. Hj. Tite Juliantine, M. Pd. Sports Education Study Program, Universitas Pendidikan Indonesia.

The purpose of this study is to examine the differences in the effects of soccer training that is integrated with life skills and nonintegrated life skills on the improvement of life skills and mastery of basic soccer skills among young SSB students, and to determine which improvement is better as compared. This study implemented an experimental design with a pre and post-test control group. The population in this study were 30 students of Garuda Perkasa Football (SSB) Pemalang Regency, Central Java. Using a technique of purposive sampling, 20 students from Garuda Perkasa Football School (SSB) in Pemalang Regency Central Java, were divided into two equal groups: the experimental group of 10 students and the control group of 10 students. The experimental group received soccer training that was integrated with life skills, while the control group received soccer training that was not integrated with life skills. A Life Skills Scale for Sport (LSSS) questionnaire and a basic soccer skills test were used in in this study and the t-test for data analysis. On the findings of the study results, it can be concluded: 1) There is a significant difference between the effects of integrating soccer practice with life skills and not integrating soccer practice with life skills on improving the life skills of young SSB students. Integrated life skills soccer practice is better to non-integrated life skills soccer practice for improving the life skills of young SSB students; 2) There is a significant difference between the effects of integrated life skills soccer practice and non-integrated life skills soccer practice for improving the mastery of basic soccer skills among young SSB students. Integrated life skills soccer practice is better to non-integrated life skills soccer practice for developing the fundamental soccer skills of young SSB students. When developing a youth soccer training program, the results of this study should be considered by young football coaches.

Keywords: soccer practice, life skills, mastery of basic soccer skills, young SSB students.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan disertasi yang berjudul “Integrasi *Life Skills* ke dalam Program Pelatihan Sepakbola Usia Muda untuk Meningkatkan *Life Skills* dan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola”. Disertasi ini mengkaji tentang perbedaan pengaruh latihan sepakbola terintegrasi *life skills* dan tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills* dan penguasaan keterampilan dasar sepakbola siswa SSB usia muda, serta mengkaji mana yang lebih baik antara latihan sepakbola terintegrasi *life skills* dan tidak terintegrasi *life skills* terhadap peningkatan *life skills* dan penguasaan keterampilan dasar sepakbola siswa SSB usia muda. Disertasi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Doktor yang penulis tempuh selama mengikuti studi pada Program Studi Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menyadari bahwa disertasi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata semoga disertasi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya, dan bagi para pembaca pada umumnya.

Bandung, Agustus 2022

Penulis,

Muhamad Tafaqur

NIM. 1604755

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis sangat bersyukur kepada Allah SWT yang telah memberikan petunjuk dan jalan kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan disertasi ini. Selain itu, penulis mendapat banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenankan penulis mengucapkan rasa terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd., M.A, selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia sebagai pimpinan tertinggi di Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Prof. Dr. H. Syihabuddin, M.Pd., selaku Direktur Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk menyelesaikan disertasi ini.
3. Prof. Dr. H. Amung Mamun, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, dan promotor yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan motivasi serta arahan kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
4. Prof. Dr. Komarudin, M.Pd., selaku kopromotor disertasi yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan motivasi serta arahan kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
5. Dr. Hj. Tite Juliantine M.Pd., selaku anggota yang yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan motivasi serta arahan kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
6. Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M. Ed., selaku dosen pembimbing akademik yang selalu membimbing penulis pada masa studi dan mengarahkan penulis selama perkuliahan jenjang S3 pada Program Studi Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia.

7. Direktur LPDP yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mendapatkan beasiswa (BUDI-DN) dalam penyelesaian studi S3 Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia.
8. Bapak dan ibu dosen beserta staf akademik Program Studi S3 Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
9. Bapak dan ibu dosen Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, yang selalu memberikan dukungan kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
10. Keluarga besar Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, yang selalu memberikan semangat kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
11. Ayahanda tercinta, Solikhin (almarhum), dan ibunda tercinta, Sakdiyah, yang selalu mendoakan dengan tulus dan memberikan dukungan moril dan materil kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini.
12. Kakanda tercinta, Nok Ahmada, S. Ag., dan keponakan tercinta, Muhammad Badrus Zaman Aulia, yang selalu mendoakan dengan tulus kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan disertasi ini.
13. Isteriku tercinta, Tanti Ikhtiarsih, S.Pd., yang selalu mendoakan dengan tulus dan memberikan semangat kepada penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
14. Anak-anakku tersayang, ananda Muhammad Hilal Al Ashiil dan Ervatamia Nadhifa Ashilla, yang selalu menjadi penyemangat ayahanda dalam penyelesaian disertasi ini.
15. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
16. Toyib Iskandar, S.Pd., selaku ketua SSB Garuda Perkasa Comal yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian disertasi ini.
17. Seluruh pengurus dan siswa SSB Garuda Perkasa Kecamatan Comal Kabupaten Pematang Jaya yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian disertasi ini.

18. Semua pihak yang terlibat terkait penyelesaian disertasi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian disertasi ini.

Akhir kata penulis memohon maaf kepada semua pihak yang belum tercantum di atas. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak kepada penulis dan menggantinya dengan kebaikan yang berlipat dan bermanfaat. Aamiin.

Bandung, Agustus 2022

Penulis,

Muhamad Tafaqur
NIM. 1604755

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN DISERTASI	ii
LEMBAR HAK CIPTA	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMAKASIH	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 Struktur Organisasi Disertasi	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
2.1 <i>Life Skills</i>	10
2.1.1 Pengertian <i>Life Skills</i>	10
2.1.2 Komponen <i>Life Skills</i>	11
2.1.2.1 Keterampilan Intrapersonal	12
2.1.2.1.1 Penetapan Tujuan (<i>Goal Setting</i>)	12
2.1.2.1.2 Manajemen Waktu (<i>Time Management</i>)	13
2.1.2.1.3 Keterampilan Emosional (<i>Emotional Skill</i>)	13

2.1.2.1.4 Pemecahan Masalah dan Pengambilan Keputusan (<i>Problem Solving and Decesion Making</i>).....	14
2.1.2.2 Keterampilan Interpersonal	15
2.1.2.2.1 Kerjasama (<i>Team Work</i>).....	15
2.1.2.2.2 Komunikasi Interpersonal (<i>Interpersonal Communication</i>)	16
2.1.2.2.3 Keterampilan Sosial (<i>Social Skill</i>)	16
2.1.2.2.4 Kepemimpinan (<i>Leadershiip</i>)	17
2.2 Remaja	19
2.3 Integrasi <i>Life Skills</i> ke dalam Program Pelatihan Sepakbola Usia Muda	20
2.4 Keterampilan Dasar Sepakbola	23
2.4.1 Menendang Bola (<i>Kicking</i>)	23
2.4.2 Menghentikan Bola (<i>Stopping</i>)	26
2.4.3 Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	28
2.4.4 Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	29
2.5 Penelitian yang Relevan.....	30
2.6 Kerangka Berfikir	33
2.6.1 Integrasi <i>Life Skills</i> ke dalam Program Pelatihan Sepakbola Usia Muda untuk Meningkatkan <i>Life Skills</i>	33
2.6.2 Integrasi <i>Life Skills</i> ke dalam Program Pelatihan Sepakbola Muda untuk Meningkatkan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola	35
2.7 Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
3.1 Desain Penelitian	40
3.2 Partisipan.....	41
3.3 Populasi dan Sampel	41
3.4 Instrumen Penelitian	42
3.5 Tempat dan Waktu Penelitian	48
3.6 Prosedur Penelitian	48
3.7 Perlakuan (<i>Treatment</i>)	51
3.8 Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54

4.1 Hasil Pengolahan Data dan Analisis Data.....	54
4.1.1 Deskripsi Data.....	54
4.1.2 Uji Normalitas.....	55
4.1.3 Uji Homogenitas.....	57
4.1.4 Uji Hipotesis	58
4.1.4.1 Terdapat Perbedaan Pengaruh yang Signifikan Latihan Sepakbola Terintegrasi <i>Life Skills</i> dan Tidak Terintegrasi <i>Life Skills</i> terhadap Peningkatan <i>Life Skills</i> Siswa SSB Usia Muda.....	58
4.1.4.2 Terdapat Perbedaan Pengaruh yang Signifikan Latihan Sepakbola Terintegrasi <i>Life Skills</i> dan Tidak Terintegrasi <i>Life Skills</i> terhadap Peningkatan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa SSB Usia Muda	61
4.2 Pembahasan.....	64
4.2.1 Perbedaan Pengaruh Latihan Sepakbola Terintegrasi <i>Life Skills</i> dan Tidak Terintegrasi <i>Life Skills</i> terhadap Peningkatan <i>Life Skills</i> Siswa SSB Usia Muda	64
4.2.2 Perbedaan Pengaruh Latihan Sepakbola Terintegrasi <i>Life Skills</i> dan Tidak Terintegrasi <i>Life Skills</i> terhadap Peningkatan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Usia Muda	77
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	83
5.1 Simpulan	83
5.2 Implikasi	83
5.3 Rekomendasi.....	84
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Komponen <i>Life Skills</i> yang Dapat Dikembangkan Melalui Olahraga	11
Gambar 3.1. Tes <i>Passing</i>	45
Gambar 3.2. Tes <i>Heading</i>	46
Gambar 3.3. Tes <i>Dribbling</i>	47
Gambar 3.4. Tes <i>Shooting</i>	48
Gambar 3.5. Langkah-langkah Penelitian	50
Gambar 4.1. Grafik Persentase Peningkatan Masing-masing Komponen <i>Life Skills</i> Kelompok Eksperimen	61

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Pelatihan <i>Sport for Development</i> (SFD) dan Pelatihan Keterampilan Sepakbola.....	23
Tabel 3.1. <i>Pret-test Post-test Control Group Design</i>	40
Tabel 4.1. Deskripsi Data <i>Life Skills</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	54
Tabel 4.2. Deskripsi Data Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	55
Tabel 4.3. Uji Normalitas <i>Life Skills</i> dan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	56
Tabel 4.4. Uji Homogenitas <i>Life Skills</i> dan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	57
Tabel 4.5. Uji <i>Independent Sample t-Test Life Skills</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	59
Tabel 4.6. Peningkatan <i>Life Skills</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	60
Tabel 4.7. Persentase Peningkatan Masing-masing Komponen <i>Life Skills</i> Kelompok Eksperimen	60
Tabel 4.8. Uji <i>Independent Sample t-Test</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	62
Tabel 4.9. Peningkatan Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas Pembimbing Disertasi	94
Lampiran 2. Surat Pengantar Pelaksanaan Penelitian	96
Lampiran 3. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	97
Lampiran 4. Instrumen Asli <i>Life Skills Scale for Sport (LSSS)</i>	98
Lampiran 5. Terjemahan instrumen LSSS dari Bahasa Inggris (Bahasa Asli) ke Bahasa Indonesia oleh Penerjemah Resmi Balai Bahasa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI).....	103
Lampiran 6. Surat Keterangan Terjemahan Instrumen LSSS dari Bahasa Aslinya (Bahasa Inggris) ke Bahasa Indonesia oleh Penerjemah Resmi Balai Bahasa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI)	109
Lampiran 7. Penerjemahan Kembali Instrumen LSSS dari Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris (<i>Back Translation</i>) oleh Penerjemah Resmi Pusat Pengembangan dan Pelayanan Bahasa Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)	110
Lampiran 8. Surat Keterangan Penerjemahan Kembali Instrumen LSSS dari Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris oleh Penerjemah Resmi Pusat Pengembangan dan Pelayanan Bahasa Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)	114
Lampiran 9. Penilaian Kesesuaian Bahasa antara <i>Back Translation</i> Instrumen LSSS dengan Instrumen Aslinya oleh Penerjemah Resmi Lembaga Bahasa <i>Semesta Learning Evolution (SLE)</i>	115
Lampiran 10. Surat Pernyataan Penilaian Kesesuaian Bahasa antara <i>Back Translation</i> Instrumen LSSS dengan Instrumen Aslinya oleh Lembaga Bahasa <i>Semesta Learning Evolution (SLE)</i>	117

Lampiran 11. Uji Validitas Instrumen LSSS	118
Lampiran 12. Uji Reliabilitas Instrumen LSSS.....	120
Lampiran 13. Uji Validitas Tes Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola	122
Lampiran 14. Uji Reliabilitas Tes Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola.....	125
Lampiran 15. <i>Pretest Life Skills</i>	127
Lampiran 16. <i>Pretest</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola	128
Lampiran 17. Pembagian Kelompok Eksperimen dan Kontrol	129
Lampiran 18. <i>Posttest Life Skills</i>	131
Lampiran 19. <i>Posttest</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola.....	132
Lampiran 20. <i>Pretest Life Skills</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	133
Lampiran 21. <i>Posttest Life Skills</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	134
Lampiran 22. Selisih <i>Pretest</i> dan <i>Post Test Life Skills</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol	135
Lampiran 23. Deskripsi Statistik Data Tes <i>Life Skills</i>	136
Lampiran 24. <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola kelompok Eksperimen dan Kontrol	137
Lampiran 25. <i>T Score Pretest dan Posttest</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	138
Lampiran 26. Selisih <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	139
Lampiran 27. Deskripsi Statistik Data Tes Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	140
Lampiran 28. Uji Normalitas Data <i>Life Skills</i>	141
Lampiran 29. Uji Normalitas Data Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola.....	142
Lampiran 30. Uji Homogenitas Data <i>Life Skills</i>	143
Lampiran 31. Uji Homogenitas Data Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Kelompok Eksperimen dan Kontrol	144
Lampiran 32. Uji <i>Independent Sample t-Test Life Skills</i>	145
Lampiran 33. Uji <i>Independent Sample t-Test</i> Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola.....	146

Lampiran 34. Persentase Peningkatan Masing-masing Komponen <i>Life Skills</i> Kelompok Eksperimen	147
Lampiran 35. Program Latihan	148
Lampiran 36. Foto Penelitian.....	226

DAFTAR PUSTAKA

- Adair, I. (2007). *Decesion Making and Problem Solving Strategies (2nd ed.)*.
- Agustina, R. S. (2019). *Buku Jago Sepak Bola*. Cemerlang.
- Ali & Asrori. (2011). *Psikologi Remaja-Perkembangan Peserta Didik (Cetakan Ke)*. PT Bumi Aksara.
- Allen, G., Rhind, D., & Koshy, V. (2014). *Qualitative Research in Sport , Exercise and Health Enablers and barriers for male students transferring life skills from the sports hall into the classroom. May 2015, 37–41.*
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2014.893898>
- Atkinson. (1994). *Manajemen Waktu yang Efektif*. Binarupa Aksara.
- Bandura, A. (1997). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: NJ: Prentice-Hall
- 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>
- Bean, C., & Forneris, T. (2017). Is Life Skill Development a By-Product of Sport Participation? Perceptions of Youth Sport Coaches. *Journal of Applied Sport Psychology, 29(2)*, 234–250. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1231723>
- Bean, C., Kendellen, K., & Forneris, T. (2016). Moving Beyond the Gym: Exploring Life Skill Transfer Within a Female Physical Activity-Based Life Skills Program. *Journal of Applied Sport Psychology, 28(3)*, 274–290.
<https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1124155>
- Beutler, I. (2008). Sport serving development and peace: Achieving the goals of the United Nations through sport. *Sport in Society, 11(4)*, 359–369.
<https://doi.org/10.1080/17430430802019227>
- Borg, W R & Gall, M. D. (2003). *Educational Research: an Introduction ((7. ed.)*). Logman Inc.

- Brunelle, J., Danish, S. J., & Forneris, T. (2007). The impact of a sport-based life skill program on adolescent prosocial values. *Applied Developmental Science, 11*(1), 43–55. <https://doi.org/10.1080/10888690709336722>
- Burt, C.D., Forsyth, D. K. (2001). Relationship Between Supervisor Behavior Family Support and Perceived Time Management Ability. *New Zealand Journal of Psychology, 30*, no. 1, 4–8.
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *Sport Psychologist, 26*(2), 243–260. <https://doi.org/10.1123/tsp.26.2.243>
- Cardledge, G., and Milburn, J. F. (1995). *Teaching Social Skills to Children and Youth: Innovative approaches*”.
- Chalip, L., Csikszentmihalyi, M., Kleiber, D., & Larson, R. (1984). Variations of experience in formal and informal sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 55*(2), 109–116. <https://doi.org/10.1080/02701367.1984.10608385>
- Cobb, C. D., & Mayer, J. D. (2000). Emotional intelligence. *Educational Leadership, 58*(3), 14–18. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Cope, E., Bailey, R., Parnell, D., & Nicholls, A. (2017). Football, sport and the development of young people’s life skills. *Sport in Society, 20*(7), 789–801. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1207771>
- Cottrell, S. (1999). The Study Skills Handbook. *The Study Skills Handbook*. <https://doi.org/10.1007/978-1-349-14985-8>
- Cranston, N. C., & Catherine, L. (2013). *What is this thing called leadership*.
- Creswell, J. W. (2008). *Educational Research Planning, Conducting, and Evaluating, Quantitative and Qualitatif Research*. Pearson Education Internasional.
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W., Levitt, H. M., Bamberg, M., Frost, D. M., Josselson, R., & Suárez-Orozco, C. (2018). Journal article reporting standards for qualitative primary, qualitative meta-analytic, and mixed methods research in psychology: The APA Publications and Communications Board task force report. *American Psychologist, 73*(1), 26–46.
- 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. J., Forneris, T., & Wallace, I. (2005). Journal of Applied School Sport-Based Life Skills Programming in the Schools. *Journal of Applied School Psychology*, November 2014, 37–41. <https://doi.org/10.1300/J370v21n02>
- Danish, S. J., & Nellen, V. C. (1997). New roles for sport psychologists: Teaching life skills through sport to at-risk youth. *Quest*, 49(1), 100–113. <https://doi.org/10.1080/00336297.1997.10484226>
- Dubrin, A. J. (2005). *Leadership (Terjemahan), Edisi Kedua*. Prenada Media.
- Faruq, M. M. (2008). *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Sepak Bola*. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Forneris, T., Bean, C., & Halsall, T. (2016). Positive youth development programming with marginalized populations. *Positive Youth Development through Sport: Second Edition*, March, 168–179. <https://doi.org/10.4324/9781315709499-14>
- Fraenkel, Jack. R., and Wallen, N.E. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education* (8th Editio). McGraw-Hill Higher Education.
- Fraser-thomas, J. L., Côté, J., Deakin, J., & Co, ã. J. (2007). Youth sport programs : an avenue to foster positive youth development Youth sport programs : an avenue to foster positive youth development ^ te. *Physical Education and Sport Pedagogy*, April 2012, 37–41. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Giulianotti, R. (2011). Sport, peacemaking and conflict resolution: A contextual analysis and modelling of the sport, development and peace sector. *Ethnic and Racial Studies*, 34(2), 207–228. <https://doi.org/10.1080/01419870.2010.522245>
- Giulianotti, R., Collison, H., & Hognestad, H. (2020). Managing Sport for Development and Peace: An Introduction. *Journal of Global Sport Management*, 0(0), 1–6. <https://doi.org/10.1080/24704067.2020.1846910>
- Goleman, D. (1999). *Working with Emotional Intelligence*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goudas, M., & Giannoudis, G. (2008). *A team-sports-based life-skills program in a physical education context*. 528–536.
- 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>
- Gould, D., Chung, Y., Smith, P., & White, J. (2006). Future directions in coaching

life skills: Understanding high school coaches' views and needs. *Athletic Insight*, 8(3), 28–38.

Gould, D., Collins, K., Lauer, L., & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: A study of award winning high school coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(1), 16–37. <https://doi.org/10.1080/10413200601113786>

Gould, D., & Carson, S. (2010). The relationship between perceived coaching behaviours and developmental benefits of high school sports participation. *Hellenic Journal of Psychology*, 7, 298–314.

Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. Andi Yogyakarta.

Hardcastle, S. J., Tye, M., Glassey, R., & Hagger, M. S. (2015). Exploring the perceived effectiveness of a life skills development program for high-performance athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(P3), 139–149. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.005>

Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Cv. Tambak Kusuma.

Hellison, D. (2003). *Teaching responsibility through physical activity* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., Macdonald, D., Strachan, L., & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 1–49. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1180704>

Hyballa, Peter;Te Poel, H.-D. (2012). *Dutch Soccer Secrets Playing and Coaching Philosophy – Coaching – Tactics – Technique* (Vol. 4). Sport Publishers' Association (WSPA).

Jacobs, J. M., & Wright, P. M. (2016). An alternative application of imagery in youth sport: Promoting the transfer of life skills to other contexts. *Journal of Sport Psychology in Action*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/21520704.2015.1123205>

Johnston, J., Harwood, C., & Minniti, A. M. (2013). Positive Youth Development in Swimming: Clarification and Consensus of Key Psychosocial Assets. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(4), 392–411. <https://doi.org/10.1080/10413200.2012.747571>

Jones, M. I., & Lavalley, D. (2009). Exploring the life skills needs of British adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 159–167. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.005>

Juliantine, Tite, D. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. FPOK UPI. PB.

IPSI.

Kahn, J., Bailey, R., & Jones, S. (2019). *Coaching Social & Emotional Skills in Youth Sports*. Aspen Institute, 24.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED603548.pdf>

Karmos, A. . (2015). *Interpersonal Communication Skills and Structural Component of Social Skills*. September 1978.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177//002248717802900513>

Kelly-plate, Joan; Eubanks, E. (2010). *Applying Life Skills*. McGraw-Hill Companies.

Kemenkes. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.

Kendellen, K., & Camiré, M. (2017). Examining the life skill development and transfer experiences of former high school athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(4), 395–408.
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2015.1114502>

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>

Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga*. Rosda.

Larsen, C. H., & Engell, C. (2013). The Art of Goal Setting: A Tale of Doing Sport Psychology in Professional Football. *Sport Science Review*, 22(1–2), 49–76.
<https://doi.org/10.2478/ssr-2013-0004>

Latham, G. P., & Locke, E. A. (2007). New developments in and directions for goal-setting research. *European Psychologist*, 12(4), 290–300.
<https://doi.org/10.1027/1016-9040.12.4.290>

Lee, O., Park, M., Jang, K., & Park, Y. (2017). Life lessons after classes: Investigating the influence of an afterschool sport program on adolescents' life skills development. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2017.1307060>

Luxbacher, J. (2014). *Steps to Success* (Fourth Edi). Human Kinetics.

Lynnch, S.A.& and Simson, C. G. (2010). *Social Skills. Laying the Foundation for Success*.

Mancini, M. (2003). *Time Management*. McGraw-Hill.

Mangrulkar, L., Whitman, C. V., & Posner, M. (2001). *Life Skills Approach to*

xxii

MUHAMAD TAFUQR, 2022

INTEGRASI LIFE SKILLS KE DALAM PROGRAM PELATIHAN SEPAKBOLA USIA MUDA UNTUK MENINGKATKAN LIFE SKILLS DAN PENGUASAAN KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Child and Adolescent Healthy Human Development. *Pan American Health Organization, September*. http://hhd.org/sites/hhd.org/files/paho_lifeskills.pdf

McCallister, Sarah G., Elaine M. Blinde, and W. M. W. (2000). Teaching Values and Implementing Philosophies: Dilemmas of the Youth Sport Coach. *Physical Educator, 57*, no.1, 35–45.

McEwan, D., & Beauchamp, M. R. (2014). Teamwork in sport: a theoretical and integrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 7*(1), 229–250. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.932423>

Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J. B., Pihl, R. O., & Shore, B. M. (2010). Setting, Elaborating, and Reflecting on Personal Goals Improves Academic Performance. *Journal of Applied Psychology, 95*(2), 255–264. <https://doi.org/10.1037/a0018478>

Mwaanga, O., & Psychology, S. (2010). Sport for Addressing Hiv / Aids : Explaining. *LA Newsleter, 85*, 61–67.

Northhouse, P. G. (2001). *Leadership: Theory and practice (2nd ed.)*. (2nd ed). Sage Publications.

Nossek, J. (1982). *General Theory of Training*. National Intritute for Sport.

Nurhasan & Cholil, D. H (2007). *Tes dan pengukuran Keolahragaan. Bandung: Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga*

Papacharisis, Vassilios, Marios Goudas, Steven J. Danish, and Y. T. (2005). The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context. *Journal of Applied Sport Psychology, 17*. no. 3, 247–254. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10413200591010139>

Patrick, N. J. (2008). *Sosial Skills for Teenagers and adults with asperger*. Jessica Kingsley Publishers.

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>

Proctor, T. (2005). *Creative Solving for Managers*.

PSSI. (2007). *Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia*. Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia.

PSSI. (2019). *Berkenalan dengan Sprts for Development. Materi Kursus Lisensi D*.

- Rukmini, Sri & Sundari, S. (2004). *No Title*. PT. Asdi Mahasatya.
- Santrock, J. W. (2011). *Remaja*. (Edisi ke-1). Erlangga.
- Sarwono. (2000). *Teori-teori Psikologi Sosial*. Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S. (2006). *Psikologi Remaja*. Raja Grafindo Persada.
- Sekulić, D., Massey, G., & Hodson, R. (2006). Ethnic intolerance and ethnic conflict in the dissolution of Yugoslavia. *Ethnic and Racial Studies*, 29(5), 797–827. <https://doi.org/10.1080/01419870600814247>
- Singer, R. N. (2016). Strategies and Metastrategies in Learning and Performing Self-Paced Athletic Skills. *The Sport Psychologist*, 2(1), 49–68. <https://doi.org/10.1123/tsp.2.1.49>
- Soetjiningsih. (2004). *Buku Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.
- Sucipto, D. (2000). *Sepakbola*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Suwarno, K. (2001). *Sepakbola: Gerak Dasar dan Teknik Dasar*. FIK UNY.
- Tajrishi, M. P. (2012). The effect of Social skills training on Socialization skills in children with Down syndrome. *Unpublished Ph. D. Thesis. University of Nottingham*, 10(15), 35–38. https://scholar.google.cl/scholar?as_q=training+difficulty+perception&as_epq=&as_oq=&as_eq=&as_occt=title&as_sauthors=&as_publication=&as_ylo=&as_yhi=&btnG=&hl=es&as_sdt=0%2C5#0
- Turnnidge, J., Côté, J., & Hancock, D. J. (2014). Positive Youth Development From Sport to Life: Explicit or Implicit Transfer? *Quest*, 66(2), 203–217. <https://doi.org/10.1080/00336297.2013.867275>
- UNDP. (2020). *Right To Play's vision is to create a healthier and safer world through the power of sport and play WHAT IS SPORT FOR DEVELOPMENT AND PEACE? 1*.
- UNICEF. (2019). *Comprehensive Life Skills Framework*. 1–44. <https://www.unicef.org/india/media/2571/file/Comprehensive-lifeskills-framework.pdf>
- Walsh, D. S., Ozaeta, J., & Wright, P. M. (2010). Transference of responsibility model goals to the school environment: Exploring the impact of a coaching club program. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(1), 15–28.

<https://doi.org/10.1080/17408980802401252>

Weinberg, Robert, S., & Gould, D. (2011). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (Fifth Edit). Human Kinetics.

World Health Organization. (1997). *Life Skills Education for Children and Adolescent in School* (WHO/MNH/PS).

Yukl, G. (2013). *Leadership in Organizations*.