

ANALISIS TINGKAT KECAKAPAN HIDUP DALAM PERPEKTIF GENDER DI KLUB BULUTANGKIS KOTA BANDUNG

**Nabilah Wahidah¹, Mudjihartono², Yusuf Hidayat³, Burhan Hambali⁴,
Lilis Komariyah⁵**
Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}
nabilahwahidahupi.edu@gmail.com¹

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis tingkat kecakapan hidup yang dimiliki atlet bulutangkis dari klub olahraga kota Bandung dengan menggunakan metode deskriptif. Sebanyak 44 atlet terdiri dari 31 atlet laki-laki dan 13 atlet perempuan yang menjadi partisipan dalam penelitian ini. Instrumen penelitian berupa *Life skills scale of sport* (LSSS) terdiri dari 47 item yang dikembangkan Cronin untuk mengukur tingkat kecakapan hidup yang dimiliki atlet bulutangkis. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan *independent sample T-test* dengan menggunakan *software* SPSS versi 29.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki sama dengan atlet perempuan. Keduanya berada pada kategori tingkat tinggi dengan persentase sebesar 72,73%. Berdasarkan gender atlet laki-laki berada pada kategori tinggi dengan persentase 71,0% dan atlet perempuan pada kategori tinggi juga dengan persentase 76,9%. Sedangkan dalam analisis *independent sample T-test* diperoleh nilai Sig. (2-Tailed) = 0,897. Simpulan, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki dengan atlet perempuan.

Kata kunci: Bulutangkis, Kecakapan Hidup, Pelatihan Olahraga,

ABSTRACT

The purpose of this study was to analyze the level of life skills possessed by badminton athletes from sports clubs in Bandung using descriptive methods. A total of 44 athletes consisting of 31 male athletes and 12 female athletes participated in this study. The research instrument is the Life Skills Scale of Sport (LSSS), consisting of 47 items which were developed by Cronin to measure the level of life skills possessed by badminton athletes. The data obtained were analyzed using descriptive statistical analysis and independent sample T-test using SPSS software version 29.0. The results showed that the level of life skills for male athletes was the same as for female athletes. Both are in the high level category with a percentage of 72.73%. Based on gender, male athletes were in the high category with a percentage of 71.0% and female athletes were also in the high category with a percentage of 76.9%. Meanwhile, in the independent sample T-test analysis, the value of Sig. (2-Tailed) = 0.897. Based on these results, it can be seen that Sig. (2-Tailed) > 0.05, so there is no significant difference between the life skills of male athletes and female athletes.

Key words: Badminton, Life Skills, Sport Coaching,

PENDAHULUAN

Kecakapan hidup ialah suatu kecakapan yang memungkinkan orang berhasil dalam berbagai kegiatan di lingkungan tempat tinggalnya, seperti sekolah, rumah, beserta sekitarnya (Yabunaka et al., 2023) yang dapat menciptakan suatu bentuk perkembangan tingkah laku atau bisa juga berupa perubahan tingkah laku seseorang yang bertujuan untuk menyeimbangkan tiga ranah yaitu pengetahuan, sikap serta keterampilan dalam suatu kehidupan (Prajapati et al., 2016). Kecakapan ini sangat membantu diberbagai bidang kehidupan baik dalam situasi dan kondisi apapun yang dialami sesuai dengan perkembangan yang ada karena berupa perilaku (berkomunikasi secara efektif dengan teman sebaya dan orang dewasa) atau kognitif (membuat keputusan yang efektif) dapat juga berupa perilaku interpersonal (kepercayaan diri) atau intrapersonal (penetapan tujuan) (Gould et al., 2023).

Secara umum kecakapan hidup dibagi menjadi dua bagian, yaitu kecakapan hidup umum dan kecakapan hidup khusus. Kecakapan hidup umum ialah kecakapan yang harus dimiliki oleh setiap orang yang terdiri dari personal skill dan social skill (Supriatna, 2007). Kecakapan diri mencakup kesadaran diri, memahami diri dan potensi diri, serta kecakapan berpikir rasional. Kecakapan sosial atau kecakapan antarpribadi meliputi kecakapan berkomunikasi dengan empati dan kecakapan kerjasama (Opstoel et al., 2020). Kecakapan hidup khusus adalah kecakapan yang diperlukan seseorang untuk menghadapi masalah dalam bidang tertentu seperti pekerjaan, kegiatan, dan dalam situasi tertentu, yang terdiri dari kecakapan akademik dan okupasi (Ronkainen et al., 2023). Kecakapan akademik meliputi kemampuan untuk mengidentifikasi variabel dan menjelaskan hubungannya dengan fenomena tertentu, merumuskan hipotesis tentang rangkaian peristiwa, dan merancang serta melakukan penelitian untuk membuktikan suatu ide atau rasa ingin tahu. Keterampilan okupasi mengacu pada pekerjaan atau kegiatan tertentu dalam masyarakat dan membutuhkan lebih banyak keterampilan motorik (Rulyansah & Sholihati, 2018).

Secara konsep, kecakapan hidup dapat didefinisikan juga sebagai sumber daya internal pribadi, atribut dan keterampilan seperti penetapan tujuan, manajemen emosi, harga diri dan etos kerja yang dapat dipupuk atau dikembangkan dalam bidang olahraga dan digunakan dalam pengaturan non-olahraga seperti pada keterampilan kebugaran yang mengacu pada pengetahuan keterampilan hidup yang lebih baik, dan keyakinan mereka terhadap kemampuan mereka untuk menggunakan kecakapan hidup secara lebih efektif (Camiré et al., 2022). Secara lebih spesifiknya dapat kita katakan sebagai suatu keterampilan yang diperlukan dalam berbagai kondisi hidup sehingga kita tidak dapat terlepas dari hal tersebut dan akan terus berkembang selama kita menjalani hidup dalam kehidupan kita sehari-hari seperti berolahraga (Camiré, 2022). Oleh sebab itu, suatu kecakapan hidup itu mengalami perpindahan pada suatu kecakapan olahraga dengan melalui suatu proses pembiasaan yang terjadi di luar olahraga (Pierce et al., 2016). Penerapan kecakapan hidup itu dapat dilakukan baik dalam olahraga maupun luar olahraga melalui proses transfer kecakapan dalam suatu pembiasaan (Bradley & Conway, 2016).

Terapan kecakapan hidup dalam olahraga terjadi dengan tiga proses: Pertama bagaimana atlet membawa aset pribadi dan pengalaman otobiografi ke olahraga, Kedua mengeksplorasi bagaimana olahraga dapat menjadi lingkungan belajar dengan tuntutan, struktur program, dan karakteristik serta strategi pelatihan yang berbeda, Ketiga menjelaskan bagaimana konteks transfer memberikan pengaruh dalam lingkungan yang tergantung pada bagaimana mereka ditafsirkan atau dialami sebagai penentuan apakah

dapat membantu atau menghambat transfer kecakapan hidup (Pierce et al., 2017). Akhirnya, hasil hipotesis dapat diketahui bahwa seorang individu mengalami transfer kecakapan hidup sebagai suatu proses berkelanjutan dimana dia terus berinteraksi dengan menginterpretasikan lingkungannya untuk menghasilkan hasil transfer kecakapan hidup yang positif ataupun negatif (Bean et al., 2022). Pengembangan kecakapan hidup dapat melalui olahraga telah menjadi perhatian khusus dan pengembangan ini dapat terus berlanjut dengan menerapkan suatu program pelatihan melalui kecakapan hidup dalam berbagai bidang terutama bidang olahraga (Chinkov & Holt, 2016), dengan demikian, salah satu strategi utama dalam mewujudkan sumber daya manusia di Indonesia khususnya di bidang olahraga adalah dengan menarik perhatian dan memimpin pembangunan olahraga sedini mungkin yaitu pelatihan dan pengembangan olahraga bagi generasi muda sejak sedari dini. Salah satu proses pelatihan yang dilakukan oleh klub dipimpin oleh klub (Pencab) dalam proses pembinaan untuk mencapai keberhasilan setinggi-tingginya, klub olahraga berada pada posisi yang strategis, karena berada di garda terdepan dan menjadi paling depan dalam pengembangan kegiatan (Hana Puspita Santoso, 2017).

Pembinaan pelatihan pada berbagai cabang olahraga sudah banyak diterapkan terutama pada olahraga bulutangkis berdasarkan penelitian yang sudah ada sebelumnya mengenai pembinaan pelatihan cabang olahraga bulutangkis, kegiatan ini sangat mengambil peran dalam suatu keberhasilan yang ingin dicapai, penelitian terdahulu seperti pada beberapa daerah di Indonesia yaitu Jambi, Yogyakarta, Magelang, Sumatera Selatan, Sumatera Barat, Ciamis, dan Sumatera Utara. Pada kesempatan kali ini pembinaan pelatihan cabang olahraga bulutangkis di daerah Bandung yang akan menjadi objek analisis tingkat keterampilannya. Dewasa ini dapat kita ketahui bahwa bulutangkis merupakan olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket, dan bola dengan teknik pemukulan yang bervariasi mulai dari yang relatif lambat hingga yang cepat disertai dengan gerakan tipuan (Nugroho et al., 2021). Bulutangkis adalah salah satu cabang olah raga yang populer dan banyak diminati oleh masyarakat di berbagai negara, bahkan bulutangkis sendiri merupakan cabang olahraga terpopuler nomer dua di dunia setelah cabang olahraga sepak bola (Cohen et al., 2015).

Adapun negara-negara yang memiliki pemain bulutangkis dengan keterampilan yang sangat bagus antara lain, Cina, Indonesia, Jepang, Denmark, Malaysia dan India (Mansur et al., 2020). Bulutangkis juga dikatakan sebagai olahraga raket untuk dua atau empat orang, dengan gerakan dan keterampilan teknis yang terlibat dalam bulutangkis diklasifikasikan ke dalam aktivitas intensitas rendah, sedang, dan tinggi, dengan proporsi pertandingan tunggal yang lebih besar dihabiskan untuk melakukan aktivitas intensitas tinggi dan sedang (Cabello-Manrique et al., 2022). Ciri lain bulutangkis adalah eksekusi gerakan sporadis dengan intensitas sedang dan tinggi, terkait dengan tindakan berulang durasi pendek tapi intensitas besar, sebagian terjadi pada olahraga lain dengan karakteristik serupa seperti squash, tenis, dan bola voli (Simón-Chico et al., 2023). Bulu tangkis adalah salah satu olahraga paling populer di dunia dengan keseluruhan pertandingan dimainkan menurut aturan Federasi Bulutangkis Dunia (Faude et al., 2007), dengan 200 juta penganut. Keputusan untuk memasukkan bulu tangkis pada tahun 1992 ke pertandingan olimpiade meningkatkan partisipasi dalam permainan (Phomsoupha & Laffaye, 2015).

Olahraga ini memiliki lima acara: tunggal putra dan putri, ganda putra dan putri, serta ganda campuran, dengan bentuk permainan yang dimainkan oleh dua pemain lawan (tunggal) atau dua pasangan lawan (ganda) (Cohen et al., 2015). Setiap pemain (atau tim)

berdiri di bagian berlawanan dari lapangan persegi panjang yang panjangnya 13,4 meter, lebar 5,2 meter dan dibagi dengan net setinggi 1,55 meter dengan masing-masing dari tim membutuhkan persiapan khusus teknik, kontrol dan kebugaran fisik sehingga dibutuhkan penerapan pelatihan kepada para atlet bulutangkis (Hoskin et al., 2023). Hasil penelitian (Zeze & Erel, 2021) Semua tingkat kecakapan hidup pemain bulutangkis berada di atas rata-rata, sedangkan tingkat kecakapan emosional perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki menurut variabel jenis kelamin ($p < 0,05$). Selain itu, status pendapatan keluarga menyebabkan perbedaan faktor manajemen waktu dan keterampilan sosial ($p < 0,05$) dan ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara faktor kecakapan hidup ditinjau dari variabel seperti menjadi nasional atau amatir, dan memiliki orang lain bermain olahraga dikeluarkan ($p > 0,05$).

Hasil Penelitian (McCole et al., 2022) menunjukkan bahwa terdapat manfaat dari penargetan peserta olahraga remaja dan membantu mereka mengenali hal-hal penting tentang kecakapan hidup yang telah mereka kembangkan melalui partisipasi dalam olahraga, dan membantu dalam mengidentifikasi cara-caranya bahwa pengembangan kecakapan hidup dapat berdampak positif bagi masa depan mereka. Hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian untuk menganalisis tingkat kecakapan hidup dalam perspektif gender di klub bulutangkis di kota Bandung. Berdasarkan hasil kajian teoritis dan hasil penelitian terdahulu, kecakapan hidup menjadi salah satu parameter atau indikator yang harus diperhatikan dalam konteks pembinaan olahraga, termasuk dalam olahraga bulutangkis. Oleh sebab itu, penelitian ini menitik beratkan pada bagaimana analisis tingkat kecakapan hidup untuk atlet bulutangkis dalam perspektif gender, sehingga diharapkan dapat menjadi satu masukan untuk pembinaan lebih lanjut dalam olahraga bulutangkis.

METODE PENELITIAN

Metode yang diterapkan dalam penelitian merupakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan artian metode penelitian yang digunakan ini untuk menciptakan gambaran tentang suatu keadaan atau peristiwa, sehingga metode ini digunakan untuk mengumpulkan data dasar. Partisipan dalam penelitian ini adalah atlet bulutangkis yang tergabung dalam sekolah atau klub bulutangkis di lingkungan kota Bandung. Sebanyak 44 atlet dijadikan sebagai partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 31 atlet laki-laki dan 13 atlet perempuan dengan menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi yang dijadikan sebagai kriteria partisipan adalah (1) atlet bulutangkis yang tergabung dalam sekolah atau klub bulutangkis di lingkungan kota Bandung, (2) atlet laki-laki dan atlet perempuan, (3) sudah berlatih minimal 3 bulan.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Life skills scale of sport (LSSS)* yang dikembangkan oleh Cronin dengan melihat tingkat kecakapan hidup yang dimiliki atlet bulutangkis serta dimensi yang paling dominan dimiliki oleh mereka menggunakan 47 item skala life skills. Nilai validitas diukur menggunakan bifactor exploratory structural equation modelling (B-ESEM), LSSS menampilkan kecocokan model yang memadai ($\chi^2/df = 2.10$, RMSEA = 0.06, CLI = 0.93, TLI = 0.89), sedangkan uji reliabilitas konsistensi internal (alfa Cronbach dan omega McDonald's) dihitung untuk subskala LSSS, dengan nilai mulai dari 0,84 hingga 0,92.

Data diperoleh melalui pengukuran langsung kepada atlet di klub bulutangkis dengan menggunakan skala life skills yang dilakukan 1 kali pertemuan. Partisipan diminta untuk mengisi 47 item skala life skills yang dikembangkan oleh Cronin. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis prosentase dan analisis regresi.

Analisis prosentase dilakukan untuk melihat tingkat kecakapan hidup berdasarkan kategori rendah, sedang hingga tinggi. Sedangkan analisis regresi bertujuan untuk menguji dimensi mana yang paling dominan dimiliki oleh atlet bulutangkis. Semua data akan dianalisis menggunakan software statistik SPSS 29.0

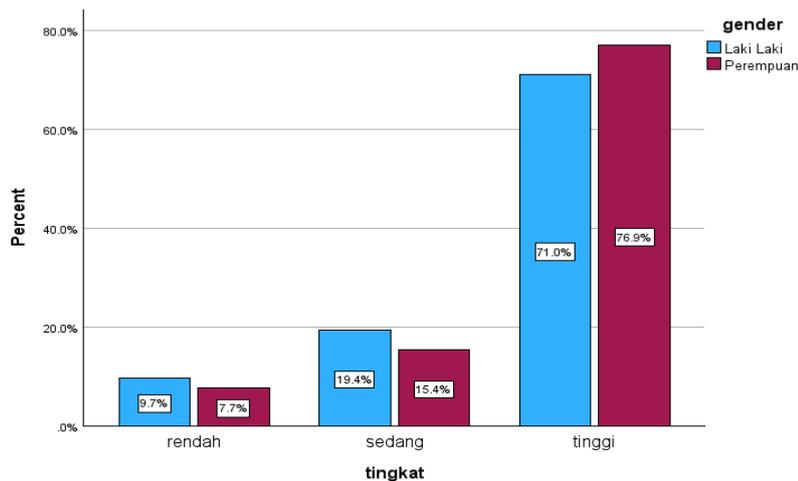
HASIL PENELITIAN

Hasil berisikan data hasil penelitian pada atlet klub bulutangkis kota Bandung dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kecakapan hidup atlet, maka kemudian data hasil penelitian tersebut dianalisis.

Tabel 1.
Nilai Keseluruhan Statistik Deskriptif Kecakapan Hidup Atlet Bulutangkis

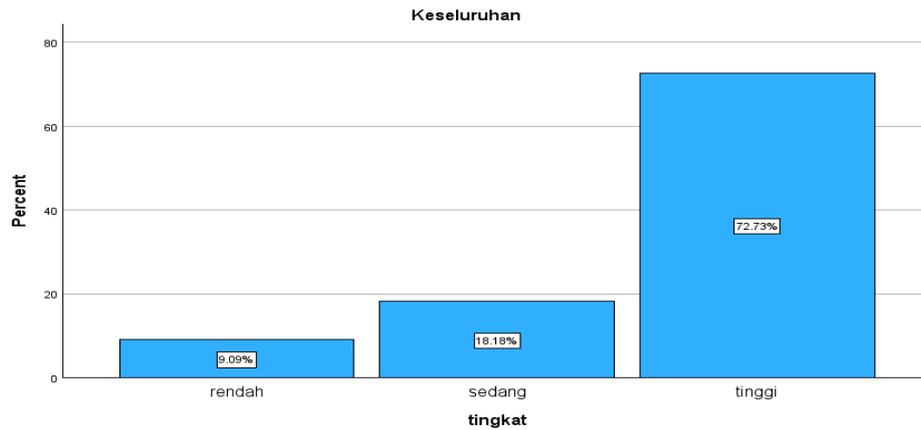
	N	Range	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Nilai	44	188.00	47.00	235.00	181.31	40.92
Valid N (listwise)	44					

Berdasarkan dari tabel statistik deskriptif dapat kita ketahui bahwa nilai minimum pada data adalah 47, nilai maksimum pada data ada 235 dengan mean 181.32 dan standar deviasi 40.92



Gambar 1 : Grafik Presentase Tingkat Kecakapan Hidup Atlet Laki-laki dan Perempuan

Berdasarkan grafik presentase diatas menunjukkan bahwa persentase kecakapan hidup atlet laki-laki pada kategori rendah sebanyak 9,7%, pada kategori sedang 19,4%, pada kategori tinggi 71,0% dan kecakapan hidup atlet perempuan pada kategori rendah sebanyak 7,7%, pada kategori sedang 15,4%, pada kategori tinggi 76,9%



Gambar. 2 Grafik Presentase Tingkat Kecakapan Hidup Keseluruhan

Berdasarkan grafik presentase keseluruhan diatas menunjukkan bahwa pada kategori rendah atlet laki-laki dan perempuan 9,09%, pada kategori sedang 18,18% dan pada kategori tinggi 72,73%

Tabel 2.

Hasil Independent samples T-test Perbandingan Kecakapan Hidup Atlet berdasarkan Gender

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	T	Df
nilai	Equal variances assumed	.017	.897	.161	42
	Equal variances not assumed			.152	20.052

Berdasarkan tabel *independent samples T-test* perbandingan kecakapan hidup atlet laki-laki dan atlet perempuan diperoleh Sig. (2-Tailed) = 0.897. Jika Sig. (2-Tailed) > 0.05, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki dan atlet perempuan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki sama dengan atlet perempuan. Keduanya berada pada kategori tingkat tinggi dengan persentase sebesar 72,73%. Berdasarkan gender atlet laki-laki berada pada kategori tinggi dengan persentase 71,0% dan atlet perempuan pada kategori tinggi juga dengan persentase 76,9%. Sedangkan dalam analisis independent sample T-test diperoleh nilai Sig. (2-Tailed) = 0,897. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui Sig. (2-Tailed) > 0,05, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki dengan atlet perempuan

Menurut Camiré et al., (2022) kecakapan hidup merupakan sumber daya internal pribadi, atribut dan keterampilan seperti penetapan tujuan, manajemen emosi, harga diri dan etos kerja yang dapat dipupuk atau dikembangkan dalam bidang olahraga dan digunakan dalam pengaturan non-olahraga seperti pada keterampilan kebugaran yang mengacu pada pengetahuan keterampilan hidup yang lebih baik, dan keyakinan terhadap kemampuan mereka untuk menggunakan kecakapan hidup secara lebih efektif.

Menurut Pierce et al., (2017). kecakapan hidup dalam olahraga terjadi dengan tiga proses: Pertama bagaimana atlet membawa aset pribadi dan pengalaman otobiografi ke olahraga, Kedua mengeksplorasi bagaimana olahraga dapat menjadi lingkungan

belajar dengan tuntutan, struktur program, dan karakteristik serta strategi pelatihan yang berbeda, Ketiga menjelaskan bagaimana konteks transfer memberikan pengaruh dalam lingkungan yang tergantung pada bagaimana mereka ditafsirkan atau dialami sebagai penentuan apakah dapat membantu atau menghambat transfer kecakapan hidup. Menurut (Bradley & Conway, 2016) kecakapan hidup itu dapat dilakukan baik dalam olahraga maupun luar olahraga melalui proses transfer kecakapan dalam suatu pembiasaan.

Kecakapan hidup juga memiliki suatu perbedaan antara kecakapan hidup atlet laki-laki dengan atlet perempuan, tidak seperti kecakapan gerak yang memperlihatkan perbedaan yang cukup signifikan antara atlet laki-laki dan atlet perempuan (Apollo et al., 2023). Pada kecakapan hidup hanya terlihat perbedaan yang sangat minim atau bahkan tidak memiliki perbedaan sama sekali karena kecakapan hidup itu sendiri tergantung bagaimana atlet tersebut menerima perilaku baik di lingkungan sosialnya seperti rumah, sekolah dan tempat sekitar (Moser & Reikerås, 2016).

Perpektif gender itu ada pada kecakapan hidup agar dapat melihat seberapa tinggi tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki dan atlet perempuan serta sejauh mana perbandingan tingkat kecakapan hidup yang dimiliki masing-masing gender (Mathematics, 2016). Dalam perbandingan antara atlet laki-laki dan atlet perempuan itu tentunya disebabkan oleh faktor-faktor yang ada pada tiap atlet tergantung dengan perkembangan yang dimiliki oleh setiap atlet (Uyar et al., 2022).

Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan kecakapan hidup yang dimiliki atlet bulutangkis terdapat pada kategori tingkat tinggi. Data hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecakapan hidup atlet laki-laki dan perempuan sama pada tingkat tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Zeze & Erel, 2021) menunjukkan bahwa semua jenis kelamin dan pendapatan keluarga merupakan kondisi yang mempengaruhi kecakapan hidup pemain bulu tangkis.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian ditemukan sebuah kesimpulan bahwasanya tingkat kecakapan hidup yang dimiliki oleh atlet bulutangkis berada pada kategori tingkat tinggi untuk laki-laki, sama halnya dengan perempuan juga pada kategori tingkat tinggi. Hal ini dapat dijadikan acuan bagi para pelatih agar terus dapat mengasah kecakapan hidup yang dimiliki oleh atlet agar kedepannya mengalami peningkatan menjadi lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Apollo, M., Mostowska, J., Legut, A., Maciuk, K., & Timothy, D. J. (2023). Gender differences in competitive adventure sports tourism. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 42, 2023. <https://doi.org/10.1016/j.jort.2022.100604>
- Bean, C., Kramers, S., & Harlow, M. (2022). Exploring life skills transfer processes in youth hockey and volleyball. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(1), 263–282. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1819369>
- Bradley, J. L., & Conway, P. F. (2016). A dual step transfer model: Sport and non-sport extracurricular activities and the enhancement of academic achievement. *British Educational Research Journal*, 42(4), 703–728. <https://doi.org/10.1002/berj.3232>
- Cabello-Manrique, D., Lorente, J. A., Padial-Ruz, R., & Puga-González, E. (2022). Play Badminton Forever: A Systematic Review of Health Benefits. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159077>

- Camiré, M. (2022). A move to rethink life skills as assemblages: a call to postqualitative inquiry. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 14(6), 900–915. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2021.2002395>
- Camiré, M., Newman, T. J., Bean, C., & Strachan, L. (2022). Reimagining positive youth development and life skills in sport through a social justice lens. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(6), 1058–1076. <https://doi.org/10.1080/10413200.2021.1958954>
- Chinkov, A. E., & Holt, N. L. (2016). Implicit Transfer of Life Skills Through Participation in Brazilian Jiu-Jitsu. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(2), 139–153. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1086447>
- Cohen, C., Texier, B. D., Quéré, D., & Clanet, C. (2015). The physics of badminton. *New Journal of Physics*, 17(6). <https://doi.org/10.1088/1367-2630/17/6/063001>
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2016). Author Note. *Psychology of Sport & Exercise*. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>
- Faude, O., Meyer, T., Rosenberger, F., Fries, M., Huber, G., & Kindermann, W. (2007). Physiological characteristics of badminton match play. *European Journal of Applied Physiology*, 100(4), 479–485. <https://doi.org/10.1007/s00421-007-0441-8>
- Gould, D., Pierce, S., & Wright, E. (2023). An autoethnographic account and interpretation of sport related life skills and personal development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21(2), 175–195. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2022.2147260>
- Hana Puspita Santoso, T. R. & S. R. (2017). Pembinaan Bulutangkis di Kota Magelang (Penelitian Evaluatif Klub-klub Bulutangkis di Kota Magelang). *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 133–140.
- Hoskin, A. K., Watson, S., & Kamalden, T. A. (2023). Badminton-related eye injuries: a systematic review. *Injury Prevention : Journal of the International Society for Child and Adolescent Injury Prevention*, 29(2), 116–120. <https://doi.org/10.1136/ip-2022-044564>
- Mansur, M., Kurniawan, F., Wijaya, A., & Suharjana, S. (2020). Analisis komparasi metode pembinaan cabang olahraga bulutangkis antara Yogyakarta Indonesia dengan Ottapalam India. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 204–215. <https://doi.org/10.21831/jk.v8i2.31998>
- Mathematics, A. (2016). 濟無No Title No Title No Title.
- McCole, D., Maleté, L., Tshube, T., Mphela, T., Maro, C., Adamba, C., Machuve, J., & Ocansey, R. (2022). Sparking Entrepreneurial Tendencies in Youth: Lessons From Sport and Life Skills Education in Three African Cities. *Gateways*, 15(2), 1–10. <https://doi.org/10.5130/ijcre.v15i2.8207>
- Moser, T., & Reikerås, E. (2016). Motor-life-skills of toddlers – a comparative study of Norwegian and British boys and girls applying the Early Years Movement Skills Checklist. *European Early Childhood Education Research Journal*, 24(1), 115–135. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2014.895560>
- Mossman, G. J., Robertson, C., Williamson, B., & Cronin, L. (2021). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport – Transfer Scale (LSSS-TS). *Psychology of Sport and Exercise*, 54(May 2020). <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101906>
- Nugroho, S., Nasrulloh, A., Karyono, T. H., Dwihandaka, R., & Pratama, K. W. (2021). Effect of intensity and interval levels of trapping circuit training on the physical

- condition of badminton players. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(3), 1981–1987. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.s3252>
- Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., De Meester, A., Haerens, L., van Tartwijk, J., & De Martelaer, K. (2020). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*, 26(4), 797–813. <https://doi.org/10.1177/1356336X19882054>
- Phomsoupha, M., & Laffaye, G. (2015). The Science of Badminton: Game Characteristics, Anthropometry, Physiology, Visual Fitness and Biomechanics. *Sports Medicine*, 45(4), 473–495. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0287-2>
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2017). Definition and model of life skills transfer. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 186–211. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1199727>
- Pierce, S., Kendellen, K., Camiré, M., Gould, D., Pierce, S., Kendellen, K., Camiré, M., & Gould, D. (2016). *Strategies for coaching for life skills transfer*. 0704(December). <https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1263982>
- Prajapati, R., Sharma, B., & Sharma, D. (2016). Significance Of Life Skills Education. *Contemporary Issues in Education Research (CIER)*, 10(1), 1–6. <https://doi.org/10.19030/cier.v10i1.9875>
- Purnia, D. S., Adiwisastro, M. F., Muhajir, H., & Supriadi, D. (2020). Pengukuran Kesenjangan Digital Menggunakan Metode Deskriptif Berbasis Website. *EVOLUSI: Jurnal Sains Dan Manajemen*, 8(2). <https://doi.org/10.31294/evolusi.v8i2.8942>
- Ronkainen, N., Aggerholm, K., Allen-Collinson, J., & Ryba, T. V. (2023). Beyond life-skills: talented athletes, existential learning and (Un)learning the life of an athlete. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 15(1), 35–49. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2022.2037694>
- Rulyansah, A., & Sholihati, M. (2018). Pengembangan Modul Berbasis Kecakapan Hidup pada Pelajaran Matematika Sekolah Dasar. *MUST: Journal of Mathematics Education, Science and Technology*, 3(2), 194. <https://doi.org/10.30651/must.v3i2.2088>
- Simón-Chico, L., Abián-Vicén, J., Bravo-Sánchez, A., & Abián, P. (2023). Age, a Key Factor in the Performance of Doubles Badminton Players: Analysis of the Evolution of Age from 1994 to 2020. *Applied Sciences (Switzerland)*, 13(5). <https://doi.org/10.3390/app13052888>
- Uyar, Y., Gentile, A., Uyar, H., Erdeveciler, Ö., Sunay, H., Mîndrescu, V., Mujkic, D., & Bianco, A. (2022). Competition, Gender Equality, and Doping in Sports in the Red Queen Effect Perspective. *Sustainability (Switzerland)*, 14(5), 2022. <https://doi.org/10.3390/su14052490>
- Yabunaka, Y., Kametani, R., & Tsuchiya, H. (2023). Generalization of Psychosocial Skills to Life Skills in Collegiate Athletes. *Sports*, 11(2), 1–15. <https://doi.org/10.3390/sports11020020>
- Zeze, B., & Erel, S. (2021). Badminton ve Yaşam Becerileri Üzerine Etkisi. *Anatolia Sport Research*, 2(2), 16–29.