

## Life skills development through sport: a bibliometric and systematic literature review

Nur Alam Rahmatullah<sup>\*1ABCO</sup>, Komarudin<sup>2BCN</sup>, Boyke Mulyana<sup>3DFG</sup>

<sup>1</sup>Graduate School, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

<sup>2</sup>Faculty of Sports and Health Education, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

<sup>3</sup>Faculty of Sports and Health Education, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

\*Corresponding author: [nuralam@upi.edu](mailto:nuralam@upi.edu)

### Abstrak

Perkembangan kajian *life skills development through sport* menunjukkan bahwa olahraga semakin dipandang sebagai media pengembangan karakter, keterampilan sosial, dan kompetensi psikososial. Namun, perkembangan literatur pada bidang ini masih tersebar dan menunjukkan berbagai pendekatan konseptual maupun pedagogis yang berbeda. Penelitian ini bertujuan untuk memetakan perkembangan literatur, mengidentifikasi tren penelitian, serta menganalisis tema-tema utama dalam kajian *life skills development through sport*. Penelitian menggunakan desain mixed methods dengan mengintegrasikan analisis bibliometrik dan Systematic Literature Review (SLR). Data diperoleh dari database Scopus pada periode publikasi 2007–2025 menggunakan kombinasi kata kunci terkait *life skills* dan olahraga. Sebanyak 100 artikel dianalisis secara bibliometrik menggunakan VOSviewer dan Biblioshiny, sedangkan 10 artikel terpilih dianalisis melalui SLR berdasarkan pedoman PRISMA 2020. Hasil penelitian menunjukkan bahwa publikasi mengenai *life skills development through sport* mengalami peningkatan signifikan sejak pertengahan tahun 2010-an dengan dominasi penelitian dari Amerika Serikat dan Kanada. Tema utama yang berkembang meliputi *positive youth development*, *coaching*, dan *life skill transfer*. Hasil SLR menunjukkan bahwa pengembangan *life skills* dipengaruhi oleh pendekatan pedagogis yang eksplisit, kualitas hubungan antara pelatih dan atlet, serta desain program olahraga yang terstruktur. Penelitian ini menyimpulkan bahwa olahraga memiliki potensi besar sebagai media pengembangan keterampilan hidup apabila dirancang secara sadar dan berorientasi pedagogis. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan teori, praktik kepelatihan, dan desain program olahraga berbasis pendidikan karakter, serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya terkait validasi lintas budaya dan efektivitas transfer *life skills* dalam jangka panjang.

**Kata Kunci:** *life skills development*; *sport*; *positive youth development*; *coaching*; *systematic literature review*.

### Abstract

Research on *life skills* development through sport has shown significant growth as sport is increasingly viewed as a medium for character building, social skills, and psychosocial development. However, the literature in this field remains fragmented and reflects various conceptual and pedagogical approaches. This study aimed to map the development of the literature, identify research trends, and analyze the major themes in *life skills* development through sport. The study employed a mixed-methods design by integrating bibliometric analysis and a Systematic Literature Review (SLR). Data were obtained from the Scopus database covering publications from 2007–2025 using keywords related to *life skills* and sport. A total of 100 articles were analyzed bibliometrically using VOSviewer and Biblioshiny, while 10 selected articles were analyzed through SLR based on the PRISMA 2020 guidelines. The findings revealed that publications on *life skills* development through sport have increased significantly since the mid-2010s, with dominant contributions from United States and Canada. The major themes identified included positive youth development, coaching, and *life skill* transfer. The SLR findings indicated that *life skills* development is influenced by explicit pedagogical approaches, the quality of coach-athlete relationships, and structured sport program design. This study concludes that sport has substantial potential as a medium for *life skills* development when programs are intentionally designed and pedagogically oriented. The findings are expected to contribute to the development of theory, coaching practices, and character-based sport programs, as well as provide directions for future studies on cross-cultural validation and long-term *life skill* transfer effectiveness.

**Keywords:** *life skills* development; *sport*; *positive youth development*; *coaching*; *systematic literature review*.

Copyright © 2026 Author(s)



Received: 16 05 2026

Revised: 19 06 2026

Accepted: 23 06 2026

**Authors' Contribution:** A – Conceptualization; B – Methodology; C – Software; D – Validation; E - Formal analysis; F – Investigation; G – Resources; H - Data Curation; I - Writing - Original Draft; J - Writing - Review & Editing; K – Visualization; L – Supervision; M - Project administration; N - Funding acquisition

## PENDAHULUAN

Dalam dua dekade terakhir, olahraga mengalami pergeseran makna yang signifikan: dari sekadar aktivitas fisik kompetitif menjadi wahana pengembangan kompetensi sosial, emosional, dan kognitif. Pergeseran ini didorong oleh gerakan *Sport for Development and Peace* (SDP) dan kerangka *Positive Youth Development* (PYD) yang menekankan olahraga sebagai medium pembangunan karakter dan keterampilan hidup (*life skills*) (UNESCO, 2015; Lerner et al., 2005; United Nations, 2003). *Life skills*—yang mencakup kemampuan komunikasi, kerja sama, regulasi diri, pemecahan masalah, manajemen waktu, dan kepemimpinan—dipandang penting karena berkontribusi terhadap keberhasilan akademik, kesejahteraan psikologis, dan kesiapan menghadapi tantangan abad ke-21 (OECD, 2024).

Namun, keyakinan bahwa olahraga secara otomatis menghasilkan karakter dan keterampilan hidup mulai dipertanyakan. Sejumlah studi menunjukkan bahwa partisipasi olahraga tidak selalu menghasilkan pengalaman positif; bahkan dapat memfasilitasi tekanan psikologis atau eksklusi sosial apabila program tidak dikelola dengan baik (Fraser-Thomas et al., 2005).. Hal ini memunculkan perbedaan mendasar antara pembelajaran *life skills* secara implisit dan eksplisit. Pendekatan implisit mengasumsikan bahwa peserta belajar secara alami, sedangkan pendekatan eksplisit mengintegrasikan strategi pedagogis—refleksi terstruktur, penetapan tujuan, dan diskusi transfer keterampilan—yang terbukti jauh lebih efektif dalam menghasilkan perubahan perilaku berkelanjutan (Gould & Carson, 2008; Jacobs et al., 2013).

Sejalan dengan pergeseran paradigma tersebut, peran pelatih pun bertransformasi. Pelatih tidak lagi hanya dipandang sebagai instruktur teknik, melainkan sebagai *youth educator* yang menciptakan iklim suportif, inklusif, dan berorientasi pertumbuhan (Bean et al., 2019; Turnnidge & Côté, 2017). Desain program olahraga pun berkembang; model seperti *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) menekankan struktur yang aman, inklusif, dan mengintegrasikan refleksi serta penilaian diri (Hellison, 2011). Olahraga tidak lagi dipandang sebagai rutinitas latihan semata, melainkan sebagai kurikulum pengembangan nilai personal dan sosial peserta.

Meskipun kajian *life skills development through sport* telah berkembang pesat, terdapat beberapa kesenjangan yang belum banyak diteliti: (1) dominasi penelitian dari Amerika Utara dan Eropa Barat sehingga konteks Asia, Afrika, dan Amerika Latin masih kurang terwakili; (2)

sebagian besar studi empiris menggunakan desain potong lintang dan *self-report* yang berpotensi bias; (3) validasi lintas budaya untuk instrumen pengukuran *life skills* masih terbatas; dan (4) belum ada kajian yang secara bersamaan mengintegrasikan analisis bibliometrik dan tinjauan sistematis untuk memetakan lanskap literatur secara komprehensif pada topik ini.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan pendekatan ganda—*bibliometrik* dan *Systematic Literature Review* (SLR)—yang memungkinkan pemetaan tren makro sekaligus sintesis tematik mendalam, sebuah kombinasi yang belum banyak diterapkan dalam topik *life skills development through sport*. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan: (1) memetakan tren dan distribusi publikasi *life skills development through sport* dalam database Scopus periode 2007–2025; (2) mengidentifikasi penulis, negara, dan jurnal paling produktif; (3) memvisualisasikan jaringan kolaborasi dan tematik; serta (4) mensintesis temuan konseptual utama melalui SLR.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian campuran (*mixed methods*) yang mengintegrasikan analisis bibliometrik dan *Systematic Literature Review* (SLR). Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai perkembangan kajian *life skills development through sport*, baik dari sisi tren publikasi maupun temuan konseptual yang mendalam. Analisis bibliometrik dilakukan mengacu pada kerangka metodologis yang dikemukakan oleh Donthu et al., (2021)et, sedangkan SLR dilaksanakan berdasarkan pedoman PRISMA 2020 yang dikembangkan oleh Page et al., (2021) untuk memastikan transparansi dan replikabilitas proses seleksi artikel.

Data bibliografis diperoleh dari Scopus karena memiliki cakupan internasional yang luas serta standar pengindeksan yang tinggi. Pencarian dilakukan menggunakan string pencarian lengkap sebagai berikut: (“life skills development” OR “life skills” OR “life skill”) AND (“sport” OR “youth sport” OR “sport program” OR “sport-based intervention” OR “sport education”) AND (youth OR adolescent OR athlete). Pencarian dibatasi pada judul, abstrak, dan kata kunci (TITLE-ABS-KEY) artikel jurnal berbahasa Inggris. Rentang tahun 2007–2025 dipilih karena tahun 2007 merupakan titik awal munculnya artikel-artikel fondasi yang mendefinisikan konstruk *life skills* dalam konteks olahraga secara sistematis (Gould & Carson, 2008; Perkins & Noam, 2007), sekaligus menandai berkembangnya gerakan *Sport for Development and Peace* dalam literatur ilmiah internasional. Pencarian awal menghasilkan 118 artikel.

Proses seleksi artikel mengikuti pedoman PRISMA 2020 dan dilakukan dalam tiga tahap. Pertama, penghapusan duplikasi menghasilkan pengurangan 5 artikel ( $n=5$ ). Kedua, penyaringan judul dan abstrak mengeksklusi 13 artikel karena tidak relevan dengan topik *life skills development through sport* ( $n=10$ ) atau merupakan artikel editorial/opini ( $n=3$ ). Dengan demikian, 100 artikel memenuhi syarat untuk analisis bibliometrik. Dari 100 artikel tersebut, 10 artikel dipilih untuk analisis mendalam menggunakan SLR berdasarkan kombinasi kriteria: (1) jumlah sitasi tertinggi ( $\geq 50$  sitasi menurut Scopus); (2) kesesuaian topik dengan tema utama *life skills*, pelatihan, dan transfer keterampilan; (3) kualitas metodologi (artikel *peer-reviewed* di jurnal terindeks Scopus); dan (4) keberagaman pendekatan penelitian (kualitatif, kuantitatif, tinjauan, dan konseptual). Pemilihan dilakukan oleh dua penelaah independen.

Tabel 1 menyajikan kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan dalam proses seleksi artikel. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel jurnal ilmiah; (2) berbahasa Inggris; (3) topik berkaitan dengan *life skills* melalui olahraga; (4) diterbitkan pada periode 2007–2025; dan (5) terindeks di Scopus dengan *full-text* tersedia. Kriteria eksklusi meliputi: editorial, surat pembaca, prosiding, dan buku; artikel di luar rentang tahun; topik olahraga tanpa kaitan *life skills*; serta artikel tidak tersedia *full-text*.

Analisis bibliometrik dilakukan melalui dua tahap utama, yaitu *performance analysis* dan *science mapping*. *Performance analysis* digunakan untuk mengidentifikasi produktivitas publikasi, penulis dan negara paling produktif, serta jurnal dengan kontribusi terbesar. Sementara itu, *science mapping* memvisualisasikan jejaring ilmiah melalui analisis *co-authorship*, *keyword co-occurrence*, dan *co-citation*. Visualisasi data dilakukan menggunakan VOSviewer, sedangkan analisis kuantitatif dilakukan melalui Biblioshiny.

Sebanyak 10 artikel dipilih untuk dianalisis mendalam menggunakan SLR. Setiap artikel diekstraksi menggunakan lembar kerja terstruktur yang mencakup tujuan penelitian, kerangka teori, konteks olahraga, pendekatan pedagogis, dan temuan terkait pengembangan *life skills*. Sintesis dilakukan menggunakan analisis tematik yang meliputi proses *open coding*, kategorisasi, dan penyusunan tema analitis mengikuti pendekatan Thomas & Harden (2008).

Untuk menjamin ketelitian penelitian, dua penelaah independen dilibatkan dalam proses penyaringan dan pengodean data. Tingkat kesepakatan antarpemulaah diukur menggunakan Cohen's Kappa ( $\kappa$ ), dengan nilai  $\kappa$  yang diperoleh adalah 0,82 yang menunjukkan tingkat kesepakatan sangat baik (Landis & Koch, 1977). Ketidaksepakatan yang tersisa diselesaikan melalui diskusi konsensus. Kombinasi analisis bibliometrik dan SLR menghasilkan triangulasi metodologis yang memperkuat keandalan hasil penelitian serta memberikan pemahaman

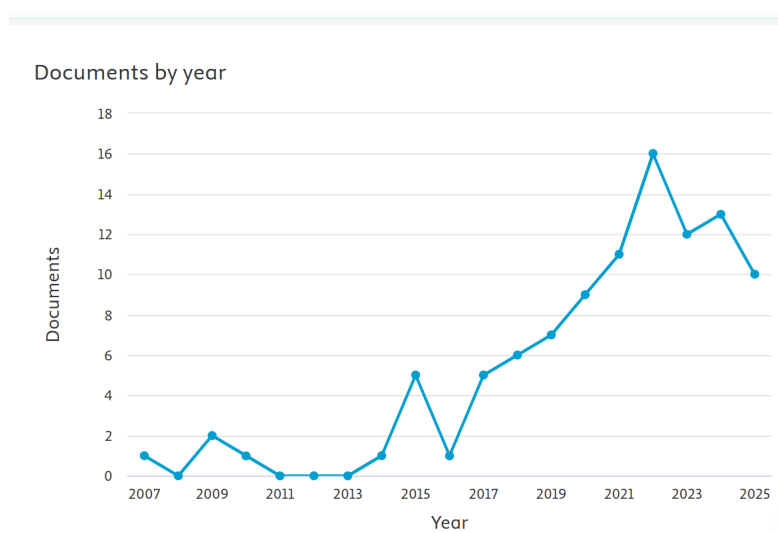
menyeluruh mengenai lanskap penelitian dan konsep-konsep utama dalam pengembangan *life skills* melalui olahraga.

## HASIL

### Karakteristik Umum Publikasi

Hasil pencarian data pada database Scopus tanggal 12 November 2025 menggunakan kata kunci “*life skills development*” AND *sport* OR “*youth sport*” OR “*sport education*” memperoleh sebanyak 118 artikel terkait *life skills development through sport*. Setelah dilakukan proses penyaringan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, sebanyak 100 artikel dinyatakan relevan untuk analisis bibliometrik dan 10 artikel dipilih untuk analisis tematik dalam kerangka *Systematic Literature Review* (SLR). Publikasi yang dianalisis mencakup periode 2007–2025. Secara umum, jumlah penelitian menunjukkan kecenderungan meningkat sejak pertengahan tahun 2010-an dengan puncak publikasi pada tahun 2022.

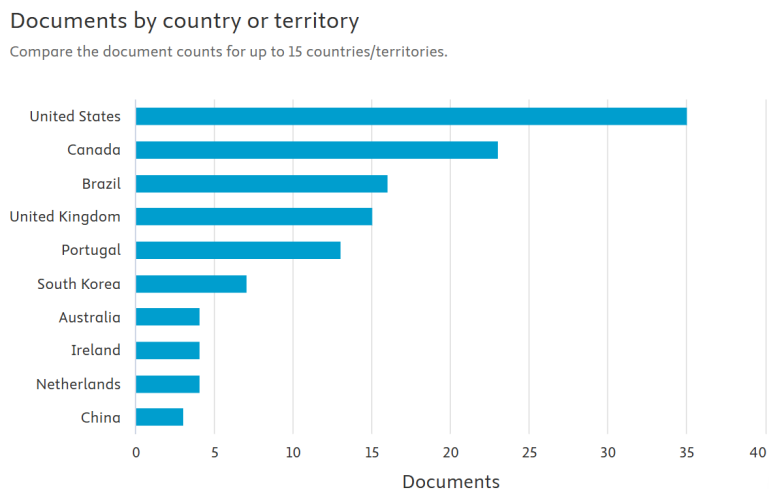
### Tren Publikasi dan Distribusi Tahun



Gambar 1. Tren Publikasi dan Distribusi Tahun

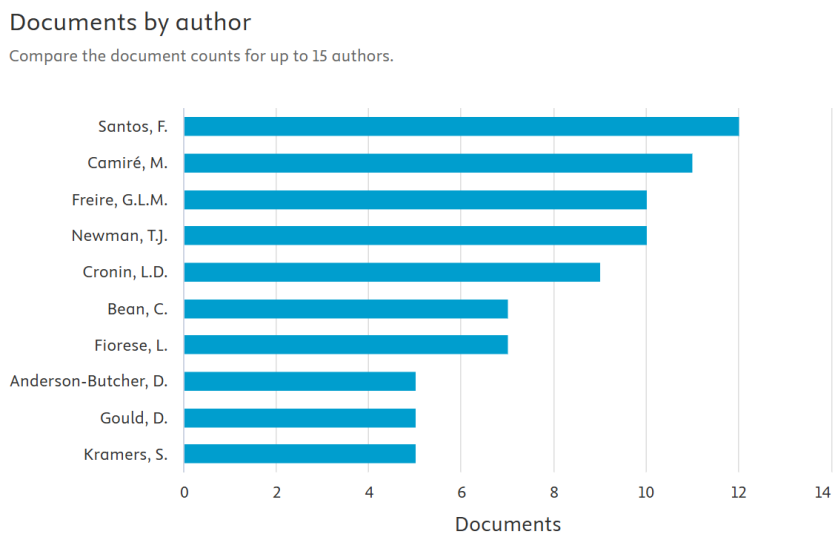
Berdasarkan grafik *Documents by Year*, jumlah publikasi terkait *life skills development through sport* menunjukkan tren peningkatan dari tahun 2007 hingga 2025. Pada periode 2007–2013 jumlah publikasi masih rendah, yaitu sekitar 0–2 artikel per tahun. Peningkatan mulai terlihat pada periode 2014–2019 seiring berkembangnya pendekatan *Positive Youth Development* (PYD). Puncak publikasi terjadi pada tahun 2022 dengan 16 dokumen. Setelah itu, jumlah publikasi relatif stabil pada kisaran 10–13 dokumen per tahun.

## Negara Paling Produktif



**Gambar 2. Negara Paling Produktif**

Grafik *Documents by Country* menunjukkan bahwa Amerika Serikat menjadi negara dengan jumlah publikasi terbanyak, yaitu sekitar 40 dokumen. Posisi berikutnya ditempati oleh Kanada dengan sekitar 30 publikasi. Negara lain seperti Brasil, Inggris, dan Portugal juga menunjukkan kontribusi yang cukup besar. Sementara itu, negara Asia seperti Korea Selatan dan China mulai menunjukkan peningkatan kontribusi penelitian pada bidang ini



**Gambar 3. Documents by Author**

## Penulis Paling Produktif

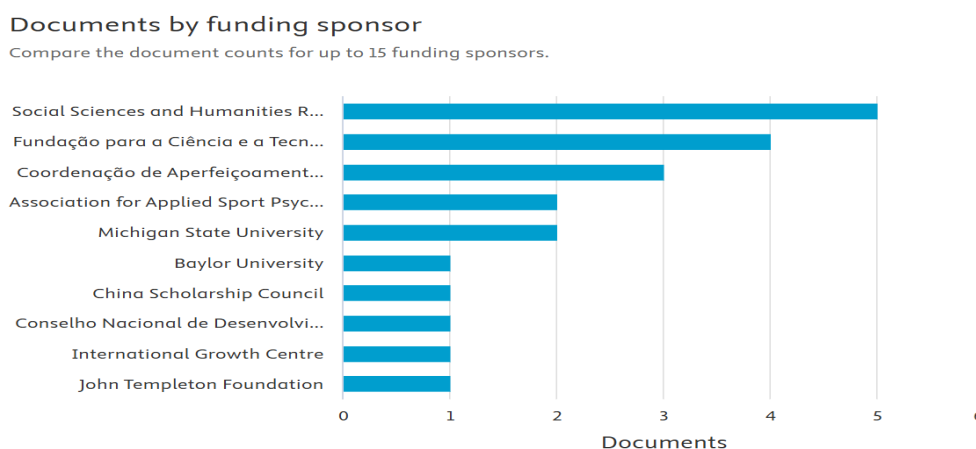
Tabel 1. Most Relevant Authors

Author	Articles	Articles Fractionalized
CRONIN LD	12	3.36
SANTOS F	12	2.79
CAMIRÉ M	11	3.17
FREIRE GLM	11	1.94
NEWMAN TJ	11	4.17
NASCIMENTO-JÚNIOR JRA	8	1.46
BEAN C	7	1.95
FIGIORESE L	7	1.26
ANDERSON-BUTCHER D	6	2.75
DE OLIVEIRA DV	6	1.01

Berdasarkan grafik Documents by Author, Santos F. menjadi penulis paling produktif dengan total 12 publikasi. Penulis lain seperti Camiré M., Freire G.L.M., Newman T.J., dan Cronin L.D. juga memiliki kontribusi tinggi dengan jumlah publikasi antara 10–12 artikel. Analisis fractionalized counting menunjukkan bahwa Newman T.J. memiliki kontribusi individual terbesar dengan nilai 4.17, diikuti Cronin L.D. sebesar 3.36 dan Camiré M. sebesar 3.17.

## Institusi dan Sponsor Pendanaan

Grafik *Documents by Funding Sponsor* menunjukkan bahwa lembaga pendanaan yang paling banyak mendukung penelitian ini adalah *Social Sciences and Humanities Research Council* (SSHRC) dari Kanada, diikuti *Fundação para a Ciência e a Tecnologia* (FCT) dari Portugal dan *Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior* (CAPES) dari Brasil. Selain itu, beberapa universitas seperti Michigan State University dan Baylor University juga tercatat sebagai penyandang dana penelitian.



Gambar 4. Institusi dan Sponsor Pendanaan

## Jurnal Paling Produktif

Tabel 2. Most Relevant Sources

Sources	Articles
JOURNAL OF APPLIED SPORT PSYCHOLOGY	7
INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORT AND EXERCISE PSYCHOLOGY	5
FRONTIERS IN PSYCHOLOGY	4
INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORTS SCIENCE AND COACHING	4
JOURNAL OF SPORT PSYCHOLOGY IN ACTION	4
JOURNAL OF SPORTS SCIENCES	4
PSYCHOLOGY OF SPORT AND EXERCISE	4
INTERNATIONAL SPORT COACHING JOURNAL	3
SPORT PSYCHOLOGIST	3
ARCHIVES OF BUDO	2

Hasil analisis menunjukkan bahwa *Journal of Applied Sport Psychology* merupakan jurnal yang paling produktif dengan 7 artikel. Posisi berikutnya ditempati *International Journal of Sport and Exercise Psychology* dengan 5 artikel. Beberapa jurnal lain seperti *Frontiers in Psychology* dan *International Journal of Sports Science and Coaching* juga menjadi sumber publikasi utama dalam penelitian terkait *life skills development through sport*.

## Artikel dengan Sitasi Tertinggi

Tabel 3. Most Cited Documents

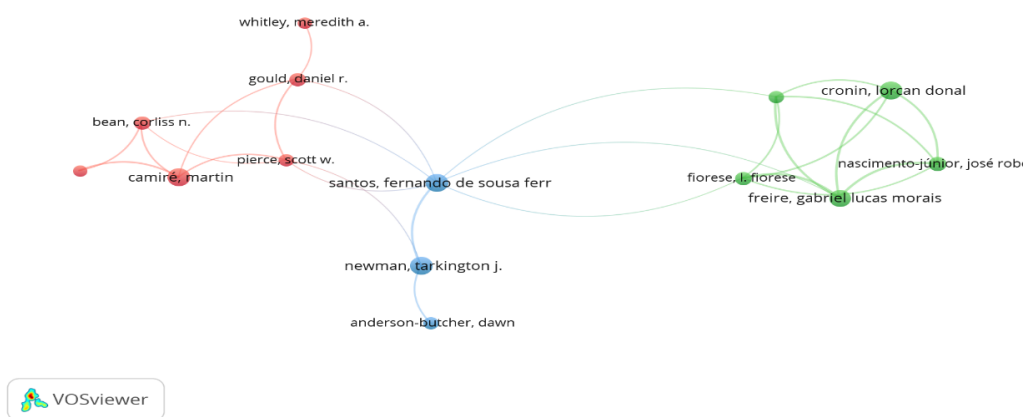
Sources	Articles
JOURNAL OF APPLIED SPORT PSYCHOLOGY	7
INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORT AND EXERCISE PSYCHOLOGY	5
FRONTIERS IN PSYCHOLOGY	4
INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORTS SCIENCE AND COACHING	4
JOURNAL OF SPORT PSYCHOLOGY IN ACTION	4
JOURNAL OF SPORTS SCIENCES	4
PSYCHOLOGY OF SPORT AND EXERCISE	4
INTERNATIONAL SPORT COACHING JOURNAL	3
SPORT PSYCHOLOGIST	3
ARCHIVES OF BUDO	2

Artikel Bean C. (2018) menjadi artikel dengan jumlah sitasi tertinggi sebanyak 179 sitasi, diikuti Hermens N. (2017) sebanyak 142 sitasi dan Cronin L.D. (2017) sebanyak 125 sitasi. Temuan ini menunjukkan bahwa ketiga artikel tersebut menjadi rujukan utama dalam penelitian terkait pengembangan *life skills* melalui olahraga.

## Analisis Jaringan (Network Analysis)

### Co-Authorship Analysis

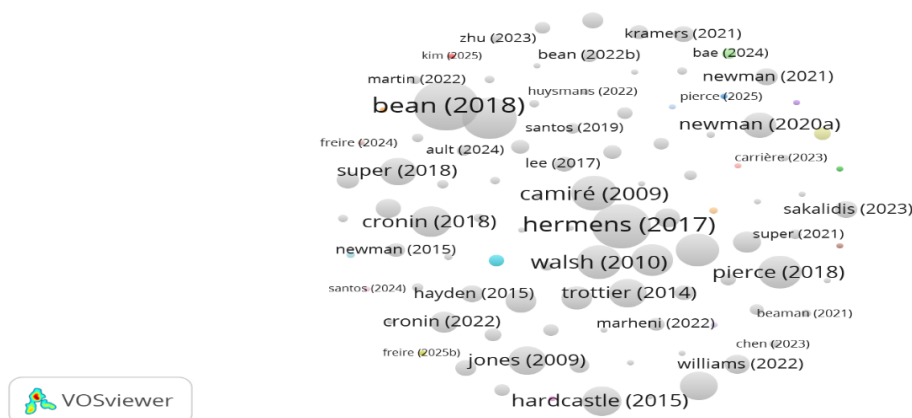
Hasil analisis *co-authorship* menunjukkan adanya tiga kluster utama kolaborasi penulis. Kluster pertama dipimpin oleh Camiré, Bean, dan Pierce. Kluster kedua dipimpin oleh Cronin, Freire, dan Fiorese. Kluster ketiga dipimpin oleh Santos, Newman, dan Anderson-Butcher. Hasil ini menunjukkan bahwa penelitian *life skills development through sport* berkembang melalui jaringan kolaborasi akademik yang kuat



Gambar 5. Co-Authorship Analysis

### Co-Citation Analysis

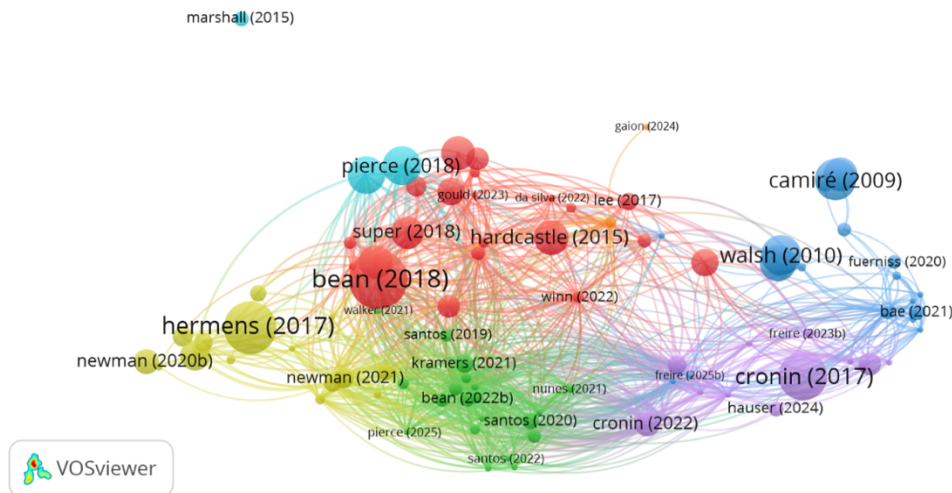
Hasil analisis *co-citation* menunjukkan bahwa artikel Bean (2018), Hermens (2017), Camiré (2009), dan Pierce (2018) menjadi sumber yang paling sering disitasi secara bersamaan. Artikel-artikel tersebut menjadi landasan konseptual utama dalam penelitian mengenai pengembangan *life skills* melalui olahraga



Gambar 6. Co-Citation Analysis

### Bibliographic Coupling

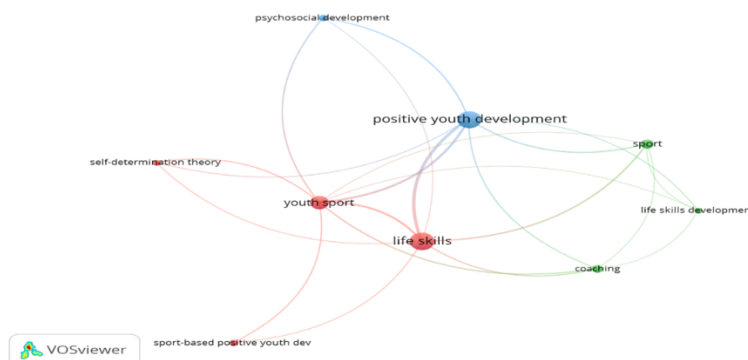
Hasil *bibliographic coupling* menunjukkan bahwa artikel Bean (2018), Hardcastle (2015), Pierce (2018), dan Hermens (2017) memiliki keterkaitan referensi yang kuat. Hal ini menunjukkan adanya kesamaan landasan teori dan pendekatan penelitian pada studi-studi terkait *life skills development through sport*



Gambar 7. Bibliographic Coupling

### Keyword Co-Occurrence

Hasil analisis *keyword co-occurrence* menunjukkan bahwa kata kunci “positive youth development” menjadi tema yang paling dominan dan memiliki hubungan kuat dengan kata kunci “sport”, “coaching”, dan “life skills development”. Selain itu, kata kunci “self-determination theory” dan “psychosocial development” juga sering muncul dalam jaringan penelitian

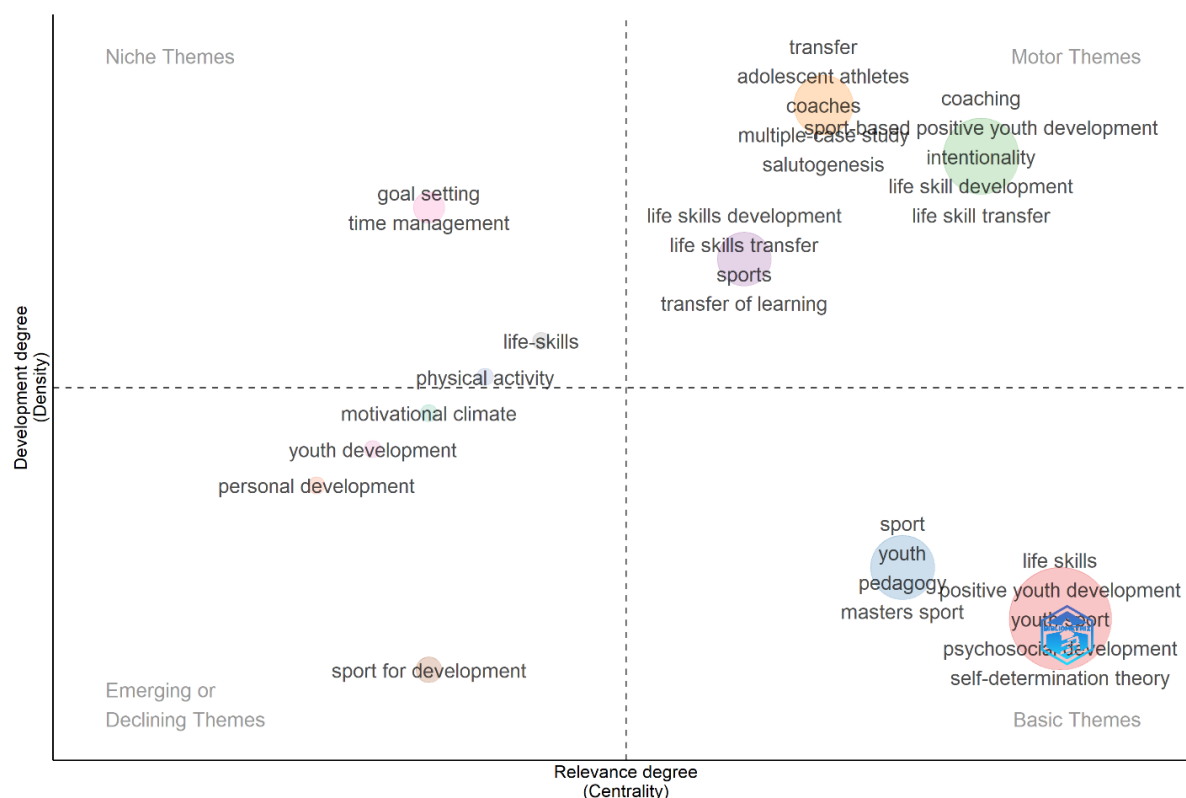


Gambar 8. Co-word Analysis

## Analisis Evolusi Tema

### Thematic Map

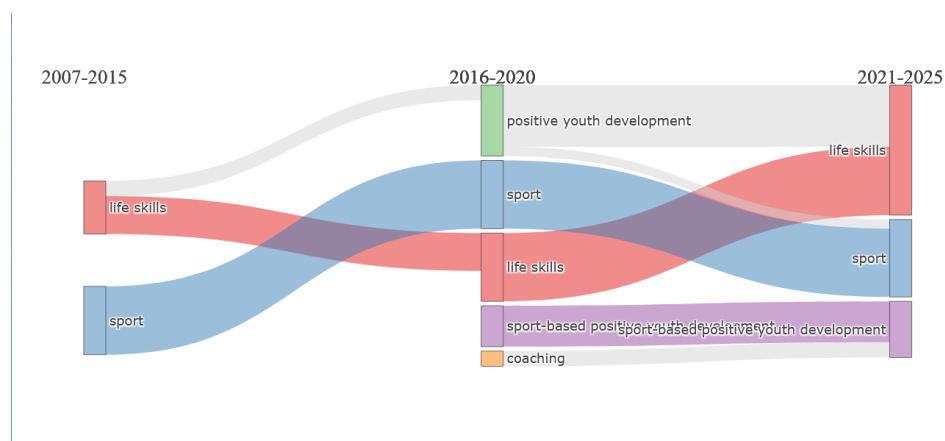
Hasil thematic map menunjukkan bahwa tema seperti *positive youth development*, *coaching*, dan *life skill transfer* termasuk dalam kategori motor themes karena memiliki tingkat relevansi dan perkembangan yang tinggi. Tema lain seperti *life skills* dan *youth sport* termasuk dalam *basic themes* yang menjadi dasar konseptual penelitian



. Gambar 9. Thematic Map

### Thematic Evolution

Hasil *thematic evolution* menunjukkan bahwa pada periode awal (2007–2015), tema penelitian masih berfokus pada “*life skills*” dan “*sport*”. Pada periode 2016–2020 mulai muncul tema “*positive youth development*” dan “*sport-based positive youth development*”. Pada periode 2021–2025, pendekatan PYD semakin menjadi kerangka konseptual dominan dalam penelitian terkait *life skills development through sport*.



**Gambar 10. Thematic Evolution**

**Hasil Seleksi Artikel (PRISMA)**

Pencarian data menggunakan database Scopus menghasilkan 118 artikel. Setelah dilakukan penyaringan berdasarkan jenis dokumen dan bahasa, sebanyak 100 artikel dinyatakan memenuhi syarat untuk analisis bibliometrik. Selanjutnya, 10 artikel dipilih untuk analisis mendalam menggunakan metode SLR berdasarkan relevansi topik dan kontribusi ilmiah. Proses seleksi dilakukan mengikuti pedoman PRISMA 2020.

Tabel 4. Hasil Seleksi Artikel

Kode	Author	Judul	Metode	Fokus Penelitian
A1	(Bean et al., 2018)	2018	Konseptual	Transfer <i>life skills</i>
A2	(Hermens et al., 2017)	2017	Systematic review	Program olahraga remaja
A3	(Cronin & Allen, 2017)	2017	Kuantitatif	Validasi LSSS
A4	(Camiré et al., 2009)	2009	Kualitatif	Perspektif atlet
A5	Walsh et al., 2010)	2010	Kualitatif	Implementasi TPSR
A6	(Perkins & Noam, 2007)	2007	Konseptual	Youth development
A7	(S. Pierce et al., 2016)	2016	Konseptual	Strategi transfer
A8	(Anderson-Butcher, 2019)	2019	Tinjauan pustaka	Pengembangan sosial
A9	( Cronin & Allen, 2018)	2018	Survei	Coaching climate
A10	(Hardcastle et al., 2015)	2015	Kualitatif	Efektivitas program

## Hasil Analisis Tematik (SLR)

Analisis tematik terhadap 10 artikel terpilih menghasilkan tiga tema utama, yaitu: (1) pendekatan eksplisit dan implisit dalam pembelajaran *life skills*, (2) peran pelatih sebagai fasilitator transfer keterampilan hidup, dan (3) dampak program olahraga berbasis pendidikan karakter terhadap perkembangan kognitif, sosial, dan emosional. Ketiga tema tersebut menunjukkan bahwa efektivitas pengembangan *life skills* melalui olahraga dipengaruhi oleh desain pedagogi, kualitas relasi pelatih dan atlet, serta lingkungan program olahraga.

Tabel 5. Analisis Tematik

Tema	Temuan Utama
Pendekatan eksplisit–implisit	Refleksi dan pengajaran eksplisit meningkatkan transfer <i>life skills</i>
Peran pelatih	Iklm kepelatihan suportif meningkatkan well-being dan <i>life skills</i> atlet
Dampak program	Program olahraga meningkatkan keterampilan sosial, kognitif, dan regulasi diri

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kajian mengenai *life skills development through sport* mengalami perkembangan yang signifikan dalam dua dekade terakhir. Peningkatan jumlah publikasi sejak pertengahan tahun 2010-an hingga mencapai puncak pada periode 2020–2022 menunjukkan bahwa olahraga semakin dipandang sebagai media pengembangan kompetensi psikososial, bukan sekadar aktivitas kompetitif. Dominasi publikasi dari Amerika Serikat dan Kanada memperlihatkan bahwa penelitian mengenai *life skills* melalui olahraga berkembang kuat di negara-negara yang memiliki tradisi penelitian dalam bidang *Positive Youth Development* (PYD), psikologi olahraga, dan pedagogi olahraga.

Penelitian ini memberikan kontribusi metodologis yang khas dibandingkan kajian sebelumnya. Jika studi terdahulu umumnya hanya menggunakan satu pendekatan—baik bibliometrik (seperti Donthu et al., 2021) maupun tinjauan sistematis (seperti Hermens et al., 2017)—penelitian ini mengintegrasikan keduanya dalam satu desain terpadu. Pendekatan ganda ini memungkinkan identifikasi tren makro publikasi sekaligus sintesis tematik yang mendalam. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menggambarkan ‘apa yang telah diteliti’ tetapi juga ‘bagaimana dan mengapa’ topik berkembang ke arah tertentu, serta ‘apa

yang masih perlu diteliti.’ Kebaruan ini relevan khususnya mengingat minimnya representasi konteks Asia Tenggara dalam literatur global tentang *life skills development through sport*.

Temuan bibliometrik menunjukkan bahwa kata kunci *positive youth development*, *coaching*, dan *life skill transfer* menjadi tema yang paling dominan dalam jaringan penelitian. Hasil ini memperlihatkan adanya pergeseran paradigma dari pendekatan olahraga yang berorientasi pada performa menuju olahraga sebagai wahana pendidikan dan pengembangan karakter. Pergeseran tersebut sejalan dengan pandangan (Gould & Carson, 2008) yang menegaskan bahwa olahraga tidak secara otomatis menghasilkan keterampilan hidup, tetapi memerlukan desain pedagogis yang terstruktur agar proses transfer keterampilan dapat terjadi secara efektif. Dengan demikian, olahraga dipahami sebagai konteks pembelajaran sosial yang membutuhkan intentional teaching, refleksi, dan dukungan lingkungan yang positif.

Hasil *Systematic Literature Review* (SLR) memperkuat temuan bibliometrik dengan menunjukkan bahwa pendekatan eksplisit dan implisit dalam pembelajaran *life skills* merupakan tema utama dalam perkembangan penelitian. Pendekatan implisit memungkinkan peserta memperoleh pengalaman sosial melalui partisipasi olahraga, sedangkan pendekatan eksplisit menekankan penggunaan strategi pedagogis seperti refleksi terarah, transfer talks, penetapan tujuan, dan diskusi keterampilan hidup. Temuan ini mendukung konsep implicit–explicit continuum yang dikembangkan oleh Bean et al., (2018). yang menjelaskan bahwa pembelajaran *life skills* menjadi lebih efektif ketika pengalaman olahraga dipadukan dengan proses refleksi dan pengajaran yang disengaja. Selain itu, (Pierce et al., 2025) et al. menekankan bahwa strategi refleksi dan komunikasi yang dilakukan secara sadar oleh pelatih mampu meningkatkan keberhasilan transfer keterampilan hidup ke kehidupan sehari-hari atlet.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pelatih memiliki peranan penting dalam keberhasilan transfer *life skills*. Hasil analisis tematik memperlihatkan bahwa iklim kepelatihan yang suportif berkontribusi terhadap peningkatan *well-being*, regulasi diri, komunikasi, dan keterampilan sosial atlet. Temuan tersebut memperkuat penelitian (Cronin et al., 2017) yang menyatakan bahwa perilaku pelatih yang mendukung otonomi dan hubungan interpersonal positif dapat meningkatkan perkembangan keterampilan hidup atlet melalui lingkungan olahraga yang aman dan suportif. Selain itu, Camiré et al., (2009). menemukan bahwa komunikasi yang baik antara pelatih, atlet, dan orang tua menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan keterampilan sosial dan kemampuan negosiasi atlet muda. Dalam konteks ini, pelatih tidak hanya berfungsi sebagai instruktur teknik, tetapi juga sebagai fasilitator pembelajaran sosial dan emosional. Pergeseran peran pelatih dari performance coach

menjadi youth educator menunjukkan bahwa kualitas interaksi antara pelatih dan atlet menjadi faktor penting dalam pengembangan *life skills* melalui olahraga.

Temuan lain menunjukkan bahwa program olahraga berbasis pendidikan karakter memiliki dampak positif terhadap perkembangan keterampilan kognitif dan sosial peserta, seperti kemampuan kerja sama, kepemimpinan, komunikasi, pengambilan keputusan, dan manajemen waktu. Walsh et al. menemukan bahwa program berbasis *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) mampu meningkatkan tanggung jawab personal dan sosial peserta melalui pengalaman olahraga yang terstruktur. Selain itu, Hardcastle et al., (2015) menunjukkan bahwa program *life skills* yang disertai refleksi, dukungan pelatih, dan keterlibatan lingkungan sosial efektif dalam meningkatkan keterampilan adaptif dan kepercayaan diri atlet muda. Namun, hasil terkait perkembangan emosional masih menunjukkan variasi antarpelitian. Kondisi ini mengindikasikan bahwa efektivitas program olahraga sangat dipengaruhi oleh kualitas desain program, kompetensi pelatih, serta konteks sosial tempat program dilaksanakan. Program yang mengintegrasikan refleksi, pengalaman sosial bermakna, dan keterlibatan keluarga maupun sekolah cenderung menghasilkan transfer *life skills* yang lebih kuat ke kehidupan sehari-hari. Hermens et al., (2017). juga menegaskan bahwa hubungan positif, rasa kebersamaan, dan pembelajaran reflektif menjadi faktor penting dalam keberhasilan program olahraga berbasis pengembangan sosial.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa perkembangan kajian *life skills development through sport* masih menghadapi beberapa tantangan. Dominasi penelitian dari negara-negara Barat menunjukkan bahwa representasi konteks budaya global masih belum merata. Selain itu, sebagian besar penelitian empiris masih menggunakan desain cross-sectional dan self-report, sehingga bukti mengenai keberlanjutan transfer keterampilan dalam jangka panjang masih terbatas. Perbedaan definisi dan instrumen pengukuran *life skills* antarpelitian juga menyebabkan kesulitan dalam membandingkan hasil penelitian secara konsisten. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu mengembangkan desain longitudinal, validasi instrumen lintas budaya, serta eksplorasi konteks penelitian di negara berkembang, termasuk kawasan Asia Tenggara.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa olahraga memiliki potensi besar sebagai media pengembangan *life skills* apabila dirancang secara sadar, terstruktur, dan berorientasi pedagogis. Kombinasi analisis bibliometrik dan SLR memberikan gambaran komprehensif mengenai perkembangan literatur, tren penelitian, serta tema-tema utama dalam bidang *life skills development through sport*. Temuan ini memberikan kontribusi penting bagi

pengembangan teori, praktik kepelatihan, dan desain program olahraga berbasis pendidikan karakter di masa depan

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa kajian mengenai *life skills development through sport* mengalami perkembangan yang semakin luas dan berkembang sebagai bidang multidisipliner yang menghubungkan olahraga, pendidikan, psikologi, dan pembangunan sosial. Perkembangan penelitian memperlihatkan bahwa pendekatan *Positive Youth Development* (PYD), coaching, dan *life skill transfer* menjadi tema utama dalam literatur ilmiah mengenai pengembangan keterampilan hidup melalui olahraga. Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa olahraga dapat menjadi media efektif untuk mengembangkan keterampilan sosial, kognitif, dan emosional apabila program dirancang secara terstruktur dan berorientasi pedagogis.

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa pengembangan *life skills* tidak terjadi secara otomatis melalui partisipasi olahraga, tetapi dipengaruhi oleh kualitas desain program, pendekatan pembelajaran, dan hubungan antara pelatih dengan peserta. Pendekatan eksplisit yang mengintegrasikan refleksi, komunikasi suportif, dan strategi transfer keterampilan terbukti lebih efektif dalam membantu peserta menerapkan *life skills* dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatih memiliki peran penting sebagai fasilitator pembelajaran sosial dan emosional yang mendukung perkembangan peserta secara holistik.

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memetakan perkembangan literatur dan mengidentifikasi tema-tema utama dalam kajian *life skills development through sport*. Temuan penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi pelatih, pengelola program olahraga, sekolah, dan pembuat kebijakan dalam merancang program olahraga berbasis pendidikan karakter yang lebih efektif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas konteks penelitian pada berbagai budaya dan wilayah, serta mengembangkan penelitian longitudinal untuk memahami keberlanjutan transfer *life skills* dalam kehidupan peserta

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing, rekan akademik, serta institusi yang telah memberikan masukan, arahan, dan dukungan selama proses penelitian dan penulisan artikel berlangsung. Penulis juga

mengapresiasi berbagai sumber literatur dan database ilmiah yang mendukung proses pengumpulan data dan analisis dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anderson-Butcher, D. (2019). Youth Sport as a Vehicle for Social Development. *Kinesiology Review*, 8(3), 180–187. <https://doi.org/10.1123/kr.2019-0029>
- Bean, C. N., Forneris, T., & Kramers, S. (2019). Coaches' perspectives on fostering positive youth development in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 31(3), 324–340. <https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1491369>
- Bean, C. N., Kramers, S., Forneris, T., & Camiré, M. (2018). The Implicit/Explicit Continuum of Life skills Development and Transfer. *Quest*, 70(4), 456–470. <https://doi.org/10.1080/00336297.2018.1451348>
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2009). High school athletes' perspectives on support, communication, negotiation and life skill development. *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 1(1), 72–88. <https://doi.org/10.1080/19398440802673275>
- Coakley, J. (2011). *Sports in Society: Issues and Controversies* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Cronin, L., & Allen, J. (2018). Examining the Relationships Among the Coaching Climate, Life skills Development and Well-Being in Sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*. <https://doi.org/10.1177/1747954118787949>
- Cronin, L., Allen, J., Mulvenna, C., & Russell, P. N. (2017). An Investigation of the Relationships Between the Teaching Climate, Students' Perceived Life skills Development and Well-Being Within Physical Education. *Physical Education and Sport Pedagogy*. <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1371684>
- Cronin, L. D., & Allen, J. B. (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>
- Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 133, 285–296. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- 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>
- 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*. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.005>
- Hellison, D. (2011). *Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity*. <https://doi.org/10.5040/9781718208919>
- Hermens, N., Super, S., Verkooijen, K., & Koelen, M. (2017). A Systematic Review of Life skill Development Through Sports Programs Serving Socially Vulnerable Youth. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. <https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1355527>

- Jacobs, F., Knoppers, A., & Webb, L. (2013). Making sense of teaching life skills in sport: A social constructionist perspective. *Sport, Education and Society*, 18(1), 81–96. <https://doi.org/10.1080/13573322.2012.695049>
- Lerner, R. M., Dowling, E. M., & Anderson, P. M. (2005). Positive Youth Development: A View of the Issues. *Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10–16. <https://doi.org/10.1177/0272431604273211>
- OECD. (2024). *Social and Emotional Skills for Better Lives: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/35ca7b7c-en>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Perkins, D. F., & Noam, G. G. (2007). Characteristics of sports-based youth development programs. *New Directions for Youth Development*, 115, 75–84. <https://doi.org/10.1002/yd.224>
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2016). Definition and Model of Life skills Transfer. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2016.1199727>
- Pierce, S. W., O’Neil, L. J., Camiré, M., Bean, C. N., & Rathwell, S. (2025). Examining the Relationship Between Perceived Coaching Approaches for Life skills Development and Life skills Outcomes for High School Athletes. *International Sport Coaching Journal*, 12(3), 422–433. <https://doi.org/10.1123/iscj.2023-0091>
- Thomas, J., & Harden, A. (2008). Methodological quality and reporting of systematic reviews in health care: A review of reviews. *BMC Medical Research Methodology*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-8-45>
- Turnnidge, J., & Côté, J. (2017). Transformational coaching and positive youth development. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6(2), 128–142. <https://doi.org/10.1037/spy0000085>
- UNESCO. (2015). *Global Citizenship Education: Topics and Learning Objectives*. UNESCO Publishing.
- United Nations. (2003). *Sport for Development and Peace: Towards Achieving the Millennium Development Goals*.
- 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>