

TINJAUAN MOTIVASI INTRINSIK ATLET BOLA BASKET DALAM MENGIKUTI LATIHAN PADA CLUB BASKET FIRST BASO

Muhammad Rayhani Al Faradisi¹, Yogi Arnaldo Putra²,
Tjung Haw Sin³, Ronni Yenes⁴

¹Universitas Negeri Padang

¹rayhanalfaradisi50@gmail.com, ²yogi.ap@fik.unp.ac.id,

³thj_sin@yahoo.com, ⁴ronniyenes@fik.unp.ac.id

ABSTRACT

Low attendance consistency and limited training facilities are key psychological challenges for sub-district athletes. This study evaluates intrinsic motivation of First Baso Basketball Club athletes based on stimulation, desire to learn, and personal accomplishment. A quantitative descriptive design was used with 20 players selected through total sampling. Data were collected using a 15-item Likert questionnaire and analyzed descriptively. Results show high intrinsic motivation with an average score of 78.25%. Stimulation scored highest at 81.50%, followed by desire to learn at 79.25%, and personal accomplishment at 74.00%. Overall, athletes remain committed despite limited facilities. Strengthening personal goal setting is recommended to sustain training participation during non-competition periods.

Keywords: *Intrinsic Motivation, Athletes, Basketball, Training.*

ABSTRAK

Rendahnya konsistensi kehadiran dan keterbatasan fasilitas latihan merupakan tantangan psikologis utama bagi atlet tingkat kecamatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi motivasi intrinsik atlet Klub Basket First Baso berdasarkan aspek stimulasi (kesenangan), keinginan untuk belajar, dan pencapaian pribadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain satu variabel. Sampel penelitian terdiri dari 20 pemain aktif yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan melalui angket tertutup dengan skala Likert 4 poin yang terdiri dari 15 butir pernyataan, kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik atlet berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor sebesar 78,25%. Secara rinci, aspek stimulasi (kesenangan) memperoleh persentase tertinggi, yaitu 81,50%, diikuti oleh aspek keinginan untuk belajar sebesar 79,25% dan aspek pencapaian pribadi sebesar 74,00%. Secara keseluruhan, para atlet tetap menunjukkan komitmen yang kuat meskipun menghadapi keterbatasan fasilitas latihan. Oleh karena itu, penguatan penetapan tujuan pribadi direkomendasikan untuk mempertahankan partisipasi dalam latihan, terutama selama periode tanpa kompetisi.

Kata Kunci: Motivasi Intrinsik, Atlet, Bola Basket, Latihan.

A. Pendahuluan

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang tidak hanya menuntut kemampuan fisik dan keterampilan teknik, tetapi juga kesiapan psikologis atlet dalam menjalani proses latihan secara berkelanjutan (Sari & Suripto, 2021). Keberhasilan seorang atlet dalam mencapai prestasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi fisik, penguasaan teknik, pemahaman taktik, serta aspek mental yang mampu menjaga semangat dan komitmen selama mengikuti program Latihan (Hidayatullah, 2018). Di antara berbagai aspek psikologis tersebut, motivasi intrinsik menjadi faktor yang sangat penting karena berasal dari dorongan internal individu untuk berlatih, berkembang, dan memperoleh kepuasan atas pencapaian yang diraih (Palaguma et al., 2023).

Perkembangan olahraga bola basket di Indonesia, termasuk di Provinsi Sumatera Barat, menunjukkan tren yang semakin positif. Berbagai kompetisi antarsekolah maupun antarklub diselenggarakan secara rutin sebagai

upaya meningkatkan pembinaan atlet sejak usia dini. Kondisi tersebut turut mendorong daerah-daerah di tingkat kabupaten dan kecamatan untuk mengembangkan klub bola basket sebagai wadah pembinaan prestasi. Salah satu klub yang aktif melakukan pembinaan adalah Club Basket First Baso di Kabupaten Agam. Klub ini berperan sebagai sarana pengembangan bakat dan minat generasi muda melalui program latihan yang terarah dan berkesinambungan.

Pembinaan atlet yang optimal memerlukan dukungan berbagai komponen, seperti pelatih yang kompeten, program latihan yang terstruktur, sarana dan prasarana yang memadai, serta dukungan keluarga dan lingkungan (Khairoh et al., 2022). Namun demikian, keberhasilan proses pembinaan tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal tersebut, melainkan juga oleh motivasi intrinsik yang dimiliki setiap atlet. Atlet yang memiliki motivasi intrinsik tinggi cenderung mengikuti latihan dengan penuh antusias, memiliki keinginan untuk terus belajar, menikmati proses latihan, serta berupaya mencapai

target yang telah ditetapkan tanpa bergantung pada penghargaan dari luar (Juriana et al., 2021; Masrun, 2016; Pranata, 2023). Sebaliknya, rendahnya motivasi intrinsik dapat mengakibatkan penurunan semangat latihan, rendahnya kehadiran, bahkan berpotensi menghambat perkembangan prestasi atlet.

Hasil pengamatan awal di Club Basket First Baso menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa kendala dalam proses pembinaan atlet. Tingkat kehadiran atlet pada latihan rutin belum sepenuhnya konsisten, terutama ketika tidak terdapat agenda pertandingan atau turnamen dalam waktu dekat. Selain itu, keterbatasan fasilitas latihan, variasi model latihan yang belum optimal, serta belum meratanya dukungan orang tua menjadi tantangan yang dihadapi klub dalam mempertahankan semangat latihan para atlet. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan atlet untuk mempertahankan komitmen latihan sangat bergantung pada kekuatan motivasi yang berasal dari dalam diri mereka sendiri.

Berdasarkan perspektif psikologi olahraga, motivasi intrinsik terdiri atas tiga dimensi utama, yaitu *stimulation*,

desire to learn, dan *personal accomplishment*. Dimensi *stimulation* menggambarkan kesenangan dan kepuasan yang dirasakan atlet selama mengikuti aktivitas latihan. Dimensi *desire to learn* menunjukkan dorongan atlet untuk meningkatkan pengetahuan, menguasai teknik, dan mengembangkan kemampuan bermain bola basket. Sementara itu, dimensi *personal accomplishment* berkaitan dengan kepuasan yang diperoleh atlet ketika berhasil mencapai target atau perkembangan kemampuan yang telah ditetapkan. Ketiga dimensi tersebut menjadi indikator penting dalam menggambarkan kualitas motivasi intrinsik seorang atlet selama mengikuti proses latihan.

Hingga saat ini, kajian mengenai motivasi intrinsik atlet bola basket pada klub pembinaan tingkat kecamatan masih relatif terbatas, khususnya di Kabupaten Agam. Padahal, informasi mengenai kondisi motivasi intrinsik atlet sangat dibutuhkan sebagai dasar dalam menyusun strategi pembinaan yang lebih efektif, baik melalui pengembangan program latihan maupun pendekatan psikologis yang sesuai dengan kebutuhan atlet. Oleh

karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan tingkat motivasi intrinsik atlet bola basket dalam mengikuti latihan pada Club Basket First Baso berdasarkan dimensi *stimulation*, *desire to learn*, dan *personal accomplishment*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai kondisi motivasi intrinsik atlet sekaligus menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dalam meningkatkan kualitas pembinaan atlet secara berkelanjutan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif yang bertujuan menggambarkan motivasi intrinsik atlet tanpa menguji hubungan antarvariabel. Desain penelitian berupa survei dengan satu variabel, yaitu motivasi intrinsik atlet bola basket di Club Basket First Baso, yang diukur menggunakan kuesioner tertutup untuk memperoleh data tingkat motivasi secara objektif.

Penelitian dilaksanakan pada Maret–Juni 2026 di Lapangan Basket SMA Negeri 1 Baso, Kabupaten Agam. Populasi sekaligus sampel adalah seluruh atlet aktif Club Basket

First Baso sebanyak 20 orang dengan teknik total sampling.

Variabel yang diteliti adalah motivasi intrinsik, yaitu dorongan dari dalam diri atlet untuk berlatih secara berkelanjutan. Pengukuran mengacu pada tiga dimensi *Sport Motivation Scale* (SMS), yaitu *desire to learn*, *personal accomplishment*, dan *stimulation*. Instrumen berupa 15 butir pernyataan skala Likert (4 poin), terdiri dari 9 pernyataan positif dan 6 negatif. Skor positif diberikan 4–1, sedangkan negatif sebaliknya. Instrumen diuji reliabilitasnya menggunakan Alpha Cronbach melalui SPSS dan dinyatakan layak jika nilai $> 0,60$.

Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan angket kepada atlet setelah latihan, kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum dianalisis. Data dianalisis secara deskriptif melalui skor total, persentase, dan pengelompokan kategori motivasi: sangat tinggi (81–100%), tinggi (61–80%), sedang (41–60%), rendah (21–40%), dan sangat rendah (0–20%). Hasil disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik atlet Club Basket First Baso secara umum berada pada kategori tinggi dengan persentase rata-rata sebesar 78,25%. Temuan ini diperoleh dari pengolahan data angket yang mencakup tiga dimensi utama motivasi intrinsik, yaitu stimulation (kesenangan), desire to learn (keinginan belajar), dan personal accomplishment (pencapaian pribadi).

Tabel 1. Hasil Motivasi Intrinsik Berdasarkan Dimensi

Dimensi Motivasi Intrinsik	Persentase	Kategori
Stimulation (Kesenangan)	81,50%	Sangat Tinggi
Desire to Learn (Keinginan Belajar)	79,25%	Tinggi
Personal Accomplishment (Pencapaian Pribadi)	74,00%	Tinggi
Rata-rata	78,25%	Tinggi

Pada dimensi stimulation (kesenangan), atlet memperoleh skor tertinggi yaitu 81,50% yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar atlet merasa senang dan menikmati proses latihan basket yang mereka ikuti. Rasa senang ini tercermin dari

antusiasme atlet dalam mengikuti setiap sesi latihan, baik saat latihan teknik, fisik, maupun permainan.

Selanjutnya, dimensi desire to learn (keinginan belajar) memperoleh persentase sebesar 79,25% yang berada pada kategori tinggi. Hasil ini menggambarkan bahwa atlet memiliki dorongan yang kuat untuk meningkatkan kemampuan bermain basket, seperti memperbaiki teknik dasar, memahami strategi permainan, serta meningkatkan pemahaman taktik dalam pertandingan.

Sementara itu, dimensi personal accomplishment (pencapaian pribadi) memperoleh skor terendah dibandingkan dua dimensi lainnya, yaitu sebesar 74,00% dengan kategori tinggi. Meskipun masih tergolong baik, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian atlet belum sepenuhnya memiliki target pencapaian pribadi yang terstruktur.

Tabel 2. Distribusi Kategori Motivasi Intrinsik Atlet

Kategori	Jumlah Atlet	Persentase
Sangat Tinggi	7 atlet	35,0%
Tinggi	13 atlet	65,0%
Sedang	0	0%
Rendah	0	0%
Sangat Rendah	0	0%
Total	20 atlet	100%

Jika dilihat dari distribusi kategori motivasi intrinsik, dari total 20 atlet yang menjadi responden, sebanyak 7 atlet (35,0%) berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan 13 atlet (65,0%) berada pada kategori tinggi. Tidak ditemukan atlet pada kategori sedang, rendah, maupun sangat rendah.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik atlet Club Basket First Baso berada pada kategori tinggi dengan persentase rata-rata sebesar 78,25%. Temuan ini menunjukkan bahwa para atlet memiliki dorongan yang kuat dari dalam diri untuk tetap mengikuti program latihan secara rutin. Motivasi tersebut muncul bukan semata-mata karena adanya hadiah, penghargaan, atau tuntutan dari pelatih, tetapi karena adanya rasa senang terhadap olahraga bola basket serta keinginan untuk terus meningkatkan kemampuan yang dimiliki. Kondisi ini memperlihatkan bahwa motivasi yang berasal dari dalam diri mampu menjadi kekuatan utama bagi atlet untuk mempertahankan keterlibatan mereka dalam proses latihan meskipun masih terdapat berbagai

keterbatasan yang dihadapi klub. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gemaini et al., 2023; Masrun et al., 2024) yang menjelaskan bahwa motivasi intrinsik berperan penting dalam menjaga komitmen atlet untuk mengikuti latihan secara berkelanjutan.

Dimensi *stimulation* (kesenangan) memperoleh nilai tertinggi dibandingkan dua dimensi lainnya, yaitu sebesar 81,50% dengan kategori sangat tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa alasan terbesar atlet mengikuti latihan adalah karena mereka merasa senang ketika bermain bola basket. Perasaan senang tersebut muncul ketika atlet dapat berlatih bersama teman-temannya, mengikuti permainan latihan, maupun merasakan suasana latihan yang menyenangkan (Aditria & Priambodo, 2022; Aqobah & Rhamadian, 2022; Effendi, 2016). Dengan kata lain, latihan tidak dianggap sebagai beban, tetapi sebagai aktivitas yang memberikan kepuasan dan pengalaman positif. Kondisi seperti ini sangat penting karena rasa senang dapat membuat atlet lebih konsisten hadir dalam latihan, tidak mudah merasa jenuh,

serta memiliki ikatan emosional yang lebih kuat terhadap klub. Selain itu, hubungan yang baik antara pelatih dan atlet serta suasana latihan yang kondusif diduga turut memberikan pengaruh terhadap tingginya aspek kesenangan tersebut. Suasana latihan yang positif mampu meningkatkan motivasi, semangat, dan keterlibatan atlet selama mengikuti proses Latihan (Effendi, 2016; Kartikasari et al., 2023; Saidah et al., 2025).

Dimensi *desire to learn* (keinginan belajar) juga menunjukkan hasil yang tinggi dengan persentase sebesar 79,25%. Hasil ini menggambarkan bahwa para atlet memiliki kemauan yang baik untuk terus belajar serta memperbaiki kemampuan bermain bola basket. Atlet tidak hanya datang untuk mengikuti latihan, tetapi juga menunjukkan keinginan untuk menguasai teknik baru, memperbaiki kesalahan yang dilakukan, dan menerima arahan dari pelatih (Hidayat et al., 2022; Juriana et al., 2021; Pranata, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa atlet menyadari proses menjadi pemain yang lebih baik memerlukan latihan yang dilakukan secara terus-menerus.

Keinginan belajar yang tinggi menjadi modal penting dalam proses pembinaan karena atlet yang memiliki motivasi belajar biasanya lebih mudah menerima evaluasi dan lebih cepat berkembang dibandingkan atlet yang hanya berorientasi pada hasil pertandingan (Andesta et al., 2023; Azizah, 2013; Pranata, 2023). Oleh sebab itu, pelatih perlu terus memberikan variasi latihan, tantangan baru, dan kesempatan kepada atlet untuk mengembangkan keterampilan agar semangat belajar tersebut tetap terpelihara.

Pada dimensi *personal accomplishment* (pencapaian pribadi), persentase yang diperoleh sebesar 74,00% dengan kategori tinggi. Walaupun hasilnya masih termasuk baik, nilai ini merupakan yang paling rendah dibandingkan dimensi lainnya. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian atlet belum memiliki target pribadi yang benar-benar jelas selama mengikuti latihan. Masih terdapat atlet yang mengikuti latihan hanya untuk menjalankan rutinitas tanpa memiliki sasaran tertentu, seperti meningkatkan akurasi *shooting*, memperbaiki kondisi fisik, meningkatkan kemampuan bertahan, atau memperoleh posisi utama dalam

tim. Akibatnya, perkembangan kemampuan atlet menjadi kurang terarah karena mereka belum memiliki ukuran keberhasilan yang ingin dicapai. Kondisi ini menunjukkan bahwa aspek pencapaian pribadi masih perlu mendapatkan perhatian lebih dari pelatih melalui penyusunan target latihan yang realistis, bertahap, dan sesuai dengan kemampuan masing-masing atlet. Dengan adanya target yang jelas, atlet akan lebih mudah mengevaluasi perkembangan dirinya dan memiliki motivasi yang lebih kuat untuk terus meningkatkan performa latihan.

Temuan penelitian ini juga mendukung konsep *Self-Determination Theory* yang menjelaskan bahwa motivasi intrinsik akan berkembang apabila individu memperoleh rasa senang, merasa memiliki kemampuan, dan mendapatkan kesempatan untuk berkembang (Cahyani & Marheni, 2019; Herfranda et al., 2022; Hidayat et al., 2022). Pada penelitian ini terlihat bahwa aspek kesenangan dan keinginan belajar sudah berkembang dengan baik, sehingga atlet tetap memiliki motivasi yang tinggi untuk mengikuti latihan. Akan tetapi, aspek *personal accomplishment* masih

memerlukan penguatan agar ketiga kebutuhan psikologis tersebut dapat berkembang secara seimbang. Oleh karena itu, pelatih memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan latihan yang mampu memberikan pengalaman positif, membangun rasa percaya diri atlet, serta membantu atlet menetapkan tujuan latihan melalui penerapan strategi *goal setting*. Pemberian umpan balik yang konstruktif, penghargaan terhadap perkembangan individu, dan variasi metode latihan juga dapat membantu mempertahankan motivasi intrinsik atlet dalam jangka Panjang (Fadillah et al., n.d.; Pranata, 2023; Putri, 2014). Penerapan *goal setting*, umpan balik yang tepat, dan lingkungan latihan yang kondusif mampu meningkatkan motivasi serta konsistensi atlet dalam menjalani proses Latihan (Coppola et al., 2014; Gkizani & Galanakis, 2022).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi intrinsik atlet Club Basket First Baso telah berada pada kondisi yang baik. Tingginya aspek *stimulation* dan *desire to learn* menunjukkan bahwa para atlet memiliki rasa senang terhadap

olahraga bola basket sekaligus keinginan yang kuat untuk terus belajar dan meningkatkan kemampuan. Namun demikian, aspek *personal accomplishment* masih perlu ditingkatkan agar setiap atlet memiliki tujuan latihan yang lebih jelas dan terarah. Apabila kondisi tersebut dapat dipertahankan dan ditingkatkan melalui pembinaan yang tepat, maka motivasi intrinsik yang dimiliki atlet diharapkan mampu menjadi modal penting dalam meningkatkan kualitas latihan, menjaga konsistensi kehadiran, serta mendukung pencapaian prestasi olahraga yang lebih baik pada masa mendatang.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian ini bilang kalau anak-anak Club Basket First Baso itu semangatnya tinggi banget buat ikut latihan, dengan nilai rata-rata 78,25%. Yang paling bikin mereka semangat itu karena senang main basket (81,50% — paling tinggi banget). Terus mereka juga mau belajar (79,25%), dan juga mau jadi lebih hebat (74,00%). Semua atlet itu semangatnya bagus, ada yang sangat tinggi (35%) dan ada yang tinggi (65%). Jadi, walaupun alat dan tempat latihan masih kurang, mereka tetap

semangat karena mereka suka basket. Tapi untuk jadi lebih jago lagi, mereka perlu punya target kecil-kecil supaya bisa makin berkembang. Pelatih juga disarankan buat bikin latihan tetap seru, nggak ngebosenin, dan bantu anak-anak supaya punya tujuan latihan biar mereka makin semangat dan makin jago terus.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditria, I. A. P., & Priambodo, A. (2022). Peranan Psikologi Olahraga Terhadap Pencapaian Prestasi Nasional Atlet PUSLATDA Renang Indah Jawa Timur di Masa Pandemi Covid-19. In *Jurnal Literasi Olahraga*.
- Andesta, N., Padli, P., Argantos, A., & Sari, D. P. (2023). Tingkat Motivasi Latihan Atlet Renang G Sport Center. *Jurnal Gladiator*. <http://gladiator.ppj.unp.ac.id/index.php/gltldor/article/view/771>
- Aqobah, Q. J., & Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) Dalam Olahraga Terhadap Atlet the Impact of Anxiety in Sports on Athletes. *Journal of Sport Science and Tourism Activity*, 1(1), 31–36. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JOSITA>
- Azizah, S. F. (2013). Motivasi Atlet Renang Kelompok Umur II (Usia 13-14 Tahun) di Perkumpulan Renang Marlin Kota Blitar. *Jurnal Prestasi Olahraga*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/1652>
- Cahyani, F. I., & Marheni, E. (2019). Karakter dan Motivasi Terhadap Prestasi Atlet Usia Muda PASI.

- Jurnal Patriot*, 11(1), 1–14.
http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Coppola, A. M., Ward, R. M., & Freysinger, V. J. (2014). Coaches' Communication of Sport Body Image: Experiences of Female Athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(1), 1–16.
<https://doi.org/10.1080/10413200.2013.766650>
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1(1), 22–30.
- Fadillah, D. R., Rasyid, W., & Arsil, D. A. (n.d.). Pengaruh Latihan Uphill Running terhadap Prestasi Lari 100 Meter Pada Atlet Atletik Musi Rawas. In *jpdo.ppj.unp.ac.id*. Retrieved <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/download/2167/1244>
- Gemaini, A., Pranoto, N. W., & Rahmad, A. (2023). Motivasi berprestasi pada atlet usia dini club renang Fitt Kota Padang. In *Jurnal Bunga Rampai Usia academia.edu*.
<https://www.academia.edu/download/104982409/21427.pdf>
- Gkizani, A., & Galanakis, M. (2022). Goal Setting Theory in Contemporary Businesses: A Systematic Review. *Psychology*.
<https://doi.org/10.4236/psych.2022.133028>
- Herfranda, R., Welis, W., Badri, H., & Muchlis, A. F. (2022). Studi motivasi latihan atlet klub renang noren tirta buana musirawas pada masa pandemi covid-19. In *Jurnal Stamina*.
- Hidayat, R., Welis, W., Syahrastani, S., & ... (2022). Perbandingan Metode Latihan Dan Motivasi Latihan Terhadap Kemampuan Footwork Atlet Tenis Meja. *Sporta*
<http://sportasaintika.ppj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/view/215>
- Hidayatullah, F. (2018). Hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola basket mahasiswa baru program studi pendidikan olahraga stkip pgri bangkalan. *Journal Sport Area*.
<https://journal.uir.ac.id/index.php/jsp/article/view/1555>
- Juriana, J., Mitsalina, D., Juita, A., & Aprilia, T. (2021). Peran Orangtua Dalam Membangun Kepercayaan Diri Atlet Renang Usia Dini. In *Prosiding Seminar dan 103.8.12.212*.
<http://103.8.12.212:33180/unj/index.php/prosidingfik/article/download/27742/12768>
- Kartikasari, D., Komariyah, L., & ... (2023). Aspek Psikologis Dalam Pembelajaran Renang: Systematic Literature Review. *SPRINTER: Jurnal Ilmu*
<https://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/article/view/433>
- Khairoh, J., Argantos, A., Arsil, A., & Nasir, G. (2022). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Olahraga Renang Di PRSI Kabupaten Sarolangun. *Jurnal MensSana*.
<http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/343>
- Masrun, M. (2016). Pengaruh mental toughness dan motivasi berprestasi terhadap prestasi

- olahraga atlet PPLP Sumbar. *Jurnal Performa Olahraga*. <https://www.neliti.com/publication/s/322251/pengaruh-mental-toughness-dan-motivasi-berprestasi-terhadap-prestasi-olahraga-at>
- Masrun, M., Setiawan, Y., & Putra, Y. A. (2024). Tingkat Tingkat Kecemasan, Konsentrasi dan Motivasi Berprestasi Atlet Bolavoli BVC LASAHAN Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal Gladiator*. <http://gladiator.ppj.unp.ac.id/index.php/gldor/article/view/1229>
- Palaguma, R., Dinata, W. W., Effendi, H., & ... (2023). Kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan bertahan atlet bola basket putra. *Journal Power Of* <https://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JPOS/article/view/18118>
- Pranata, D. (2023). Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket. *Innovative: Journal Of Social Science Research*. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/5089>
- Putri, E. P. (2014). Hubungan dukungan sosial orang tua, pelatih, dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga (basket) pada mahasiswa atlet basket universitas surabaya. *Jurnal Ilmiah Universitas Surabaya*, 3(1), 1–11.
- Saidah, R. A., Fakhriyah, F., & ... (2025). Analisis Faktor Penyebab Problematika Pembelajaran Literasi Baca Tulis pada Muatan IPAS Kelas 3 SD. *Jurnal Pendidikan Dan* <http://jurnal.bimaberilmu.com/index.php/jppi/article/view/1374>
- Sari, S. D., & Suropto, A. W. (2021). Profil kondisi fisik atlet lari jarak jauh klub atletik Bima Cepu Kabupaten Blora tahun 2020. ... *Journal for Physical Education and Sport*. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/article/view/46377>