

TINGKAT MOTIVASI PADA ATLET BABAK KUALIFIKASI PEKAN OLAHRAGA DAERAH PETANQUE KARAWANG

MOTIVATION LEVEL OF ATHLETES IN THE QUALIFICATION ROUND OF THE KARAWANG REGIONAL PETANQUE SPORTS WEEK

¹*Rizki, ²Khansa Aqilla, ³Rivan Adriza Fahlevi, ⁴M. Naufal Hilal Ramadhan, ⁵Aprillia Wulan Utari,
⁶Habibi Hadi Wijaya

^{1*,2,3,4,5,6} Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang

Kontak koresponden: 2310631240040@student.unsika.ac.id

ABSTRAK

Motivasi merupakan faktor psikologis penting yang berperan dalam menentukan kualitas latihan, ketekunan, serta pencapaian prestasi atlet. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat motivasi atlet Babak Kualifikasi Pekan Olahraga Daerah (BK Porda) Petanque Karawang yang ditunjukkan selama proses persiapan menuju kompetisi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan data pendukung berupa hasil wawancara dan observasi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 24 butir pernyataan, yang mencakup dimensi motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang dianalisis menggunakan uji statistik deskriptif dan wawancara serta observasi yang diolah dengan metode dokumentasi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu semua atlet terdiri dari 15 orang atlet BK Porda Petanque Karawang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh atlet memiliki tingkat motivasi tinggi, yang tercermin dari kedisiplinan hadir tepat waktu, antusiasme selama latihan, dan kesiapan mental dalam mengikuti arahan pelatih. Nilai rata-rata (*mean*) dari 24 butir pernyataan berkisar antara 1,67 hingga 4,60, dengan 45,8% butir berada pada kategori sangat tinggi, dan 33,4% berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar aspek motivasi berada dalam kondisi optimal. Motivasi intrinsik, seperti rasa senang terhadap olahraga dan keinginan meningkatkan kemampuan diri, menjadi faktor dominan yang memengaruhi performa atlet. Sisi lain menunjukkan motivasi ekstrinsik seperti dukungan pelatih dan lingkungan tim juga berperan penting dalam mempertahankan komitmen dan stabilitas latihan. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa motivasi merupakan pondasi penting dalam menjaga performa atlet Petanque Karawang. Tingginya motivasi yang dimiliki atlet menjadi modal psikologis utama dalam menghadapi tuntutan latihan dan persiapan kompetisi pada ajang Porda.

Kata Kunci: motivasi atlet; petanque

ABSTRACT

Motivation is an important psychological factor that plays a role in determining the quality of training, perseverance, and achievement of athletes. This study aims to analyze the motivation level of athletes in the Qualifying Round of the Karawang Petanque Regional Sports Week (BK Porda) shown during the preparation process for the competition. This study is a descriptive quantitative study with supporting data in the form of interviews and observations.

collection was carried out using a Likert scale consisting of 24 statements, which cover the dimensions of intrinsic and extrinsic motivation which were analyzed using descriptive statistical tests and interviews and observations processed using documentation methods. Sampling used a total sampling technique, namely all athletes consisting of 15 BK Porda Petaque Karawang athletes. The results showed that all athletes had a high level of motivation, which was reflected in the discipline of being on time, enthusiasm during training, and mental readiness in following the coach's instructions. The average value (mean) of the 24 statement items ranged from 1.67 to 4.60, with 45.8% of the items in the very high category, and 33.4% in the high category. This indicates that most aspects of motivation are optimal. Intrinsic motivation, such as enjoyment of the sport and the desire to improve one's abilities, is the dominant factor influencing athlete performance. Conversely, extrinsic motivation, such as coach support and the team environment, also plays a significant role in maintaining commitment and training stability. Overall, this study confirms that motivation is a crucial foundation for maintaining the performance of Karawang Petanque athletes. Athletes' high levels of motivation provide a key psychological asset in facing the demands of training and competition preparation at the Porda (Regional Sports Week) event.

Keywords: *athlete motivation; petanque*

Pendahuluan

Motivasi merupakan salah satu faktor kunci yang menentukan keberhasilan seorang atlet dalam berlatih maupun berkompetisi (Dayu & Mulyana, 2025). Bidang psikologi dalam olahraga, motivasi diartikan sebagai dorongan internal dan eksternal yang menggerakkan atlet untuk berlatih, mempertahankan keterlibatan, serta mencapai performa optimal (Pulungan et al., 2023). Motivasi adalah kekuatan yang mengarahkan, mengintensifkan, dan mempertahankan perilaku atlet dalam aktivitas olahraga (Refiater & Haryanto, 2024). Tanpa motivasi yang memadai, potensi fisik dan teknik atlet tidak dapat berkembang secara optimal. Dalam dunia olahraga, motivasi berfungsi sebagai pendorong utama yang membuat atlet tetap berkomitmen menjalani latihan secara konsisten, menghadapi tantangan, dan berusaha mencapai prestasi yang lebih baik. Motivasi intrinsik adalah dorongan yang datang dari dalam diri atlet itu sendiri, seperti rasa senang terhadap olahraga yang dijalani, kepuasan pribadi saat mencapai target latihan, dan keinginan untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya (Putra & Hendra, 2017).

Motivasi ekstrinsik muncul karena pengaruh faktor luar seperti hadiah, medali, beasiswa, pujian, atau pengakuan dari pelatih dan masyarakat. Motivasi ini sangat penting karena dapat menjadi pendorong tambahan bagi atlet untuk terus berusaha mencapai hasil terbaik, terutama saat mereka menghadapi rasa jenuh atau lelah dalam berlatih. Motivasi berprestasi yang dimiliki atlet tidak hanya didapat melalui dirinya sendiri, namun motivasi berprestasi juga terbentuk dari lingkungan atlet tersebut, seperti keluarga yang mendukung, sarana dan prasarana, tim yang saling membantu, terutama pelatih yang memiliki tanggung jawab dalam meningkatkan kemampuan atlet tersebut (Sholihah & Pudjijuniarto, 2021). Motivasi atlet merupakan faktor penting yang memengaruhi kualitas latihan dan pencapaian prestasi. Motivasi menjadi kunci

utama dalam mempertahankan performa optimal sepanjang proses pelatihan hingga kompetisi (Sofiatul et al., 2025).

Meskipun berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji motivasi atlet pada berbagai cabang olahraga, sebagian besar penelitian tersebut lebih banyak berfokus pada cabang olahraga populer seperti sepak bola, bulutangkis, atletik, dan bela diri, serta cenderung menekankan hubungan motivasi dengan prestasi, kecemasan, atau efikasi diri (Khalfari, 2021). Namun demikian, masih sangat terbatas penelitian yang secara khusus memetakan tingkat motivasi atlet pada cabang olahraga Petanque, terutama dalam konteks pembinaan daerah dan persiapan menuju ajang kompetisi regional seperti Porda. Selain itu, penelitian sebelumnya umumnya belum secara rinci menggambarkan distribusi motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada level item pernyataan, sehingga belum memberikan gambaran utuh mengenai aspek motivasi mana yang benar-benar dominan dan aspek mana yang masih berpotensi menjadi kelemahan atlet. Sisi lain, secara empiris, cabang olahraga Petanque di Kabupaten Karawang masih tergolong berkembang, dengan karakteristik atlet yang menghadapi keterbatasan popularitas olahraga, eksposur kompetisi, serta perhatian publik dibandingkan cabang olahraga arus utama. Kondisi ini berpotensi memengaruhi dinamika motivasi atlet, baik dari sisi dorongan internal maupun dukungan eksternal. Namun, hingga saat ini belum terdapat data ilmiah yang secara spesifik mengungkap bagaimana kondisi motivasi atlet Babak Kualifikasi Pekan Olahraga Daerah (BK Porda) Petanque Karawang dalam menghadapi tuntutan latihan dan persiapan kompetisi (Fahmi, 2024).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi atlet BK Porda Petanque Karawang. Penelitian ini juga bertujuan mengidentifikasi apakah motivasi intrinsik maupun ekstrinsik berkontribusi dalam peningkatan semangat, disiplin, dan komitmen atlet selama menjalani program latihan.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya motivasi seorang atlet terhadap pemahaman tentang kondisi motivasi atlet tersebut sebagai dasar evaluasi pelatih dalam merancang strategi pelatihan yang lebih efektif. Dengan mengetahui tingkat dan faktor motivasi atlet, pelatih dapat menentukan pendekatan yang tepat untuk menjaga stabilitas motivasional atlet, meminimalkan kejenuhan latihan, serta mencegah penurunan performa (Fortuna et al., 2023). Selain itu, hasil penelitian ini menjadi rujukan penting bagi klub, pelatih, dan pihak terkait dalam mempersiapkan atlet menghadapi kompetisi Porda mendatang secara lebih optimal dan sistematis.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan data pendukung berupa hasil wawancara dan observasi. Tujuan utama penelitian ini untuk menganalisis tingkat motivasi atlet BK Porda Petanque Karawang yang ditunjukkan selama proses persiapan menuju kompetisi. Populasi dari penelitian ini adalah atlet BK Porda Petanque Karawang dengan sampel penelitian semua atlet BK Porda Petanque Karawang yang berjumlah 15 orang, dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan data berlangsung di lapangan sepak bola kampus 2 Universitas

Singaperbangsa Karawang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini ada 3 yaitu: 1) memberikan kuisioner angket kepada sampel yang diolah dengan menggunakan skala *likert*, 2) wawancara dan 3) observasi yang diolah menggunakan metode studi dokumentasi.

Pada penggunaan instrumen penelitian berupa kuesioner disusun berdasarkan teori motivasi dari Sofiatul et al (2025) yang terdiri dari 2 aspek yaitu motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala *likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai negative. Dimana untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor sebagai berikut:

Tabel 1. Skor Skala *Likert*

No	Kategori	Skor
1	Sangat Setuju	5
2	Setuju	4
3	Ragu-Ragu	3
4	Tidak Setuju	2
5	Sangat Tidak Setuju	1
Jumlah		15

Tabel 2. *Blue Print*

Variabel	Aspek	Indikator	Butir Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Motivasi	Intrinsik	Fokus dan disiplin dalam melakukan olahraga karena keinginan diri sendiri	13,14,15,16	17	5
		Menyukai olahraga karena merupakan bakat dan kemampuan diri	18,19		2
		Konsisten melakukan latihan atas keinginan sendiri tanpa paksaan orang lain	21	22,23,24	4
	Ekstrinsik	Melakukan perbaikan dan evaluasi atas masukan orang lain	1,3	2	3
		Fokus pada hasil yang didapatkan berupa <i>reward</i>	4,5,6,8	7	5
		Melakukan olahraga karena ingin	9	10	2

mendapat apresiasi dan pengakuan dari orang lain		
Giat latihan/bertanding karena ingin validasi oleh hal lain	12	1
Jumlah		22

Berdasarkan uji coba instrumen diperoleh reliabilitas nilai *cronbach's Alpha* adalah .973 sesuai kriteria, nilai ini lebih besar dari 0.70. Sedangkan untuk wawancara dilakukan dengan menggunakan pedoman wawancara, dimana pertanyaan yang akan diajukan kepada responden disusun terlebih dahulu, agar jawaban yang diinginkan sesuai dengan tujuan penelitian. Sedangkan observasi dilakukan menggunakan lembar observasi yang disusun untuk mengamati secara langsung perilaku yang muncul di lapangan.

Hasil

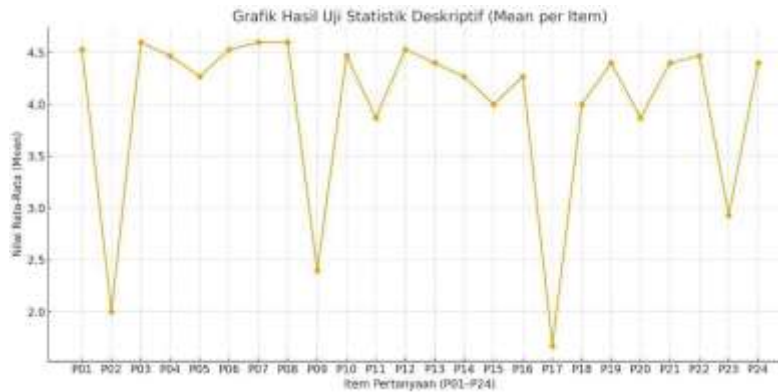
Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 15 atlet BK Porda Petanque Karawang, diperoleh bahwa seluruh atlet menunjukkan tingkat motivasi tinggi dalam mengikuti program latihan. Hal ini terlihat dari kedisiplinan para atlet yang datang tepat waktu, kesiapan fisik dan mental sebelum latihan dimulai, serta antusiasme yang konsisten selama latihan berlangsung. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa setiap atlet memiliki dorongan kuat dari dalam diri (motivasi intrinsik) untuk berlatih secara optimal dan berusaha mencapai hasil terbaik. Tingkat motivasi tinggi juga mencerminkan adanya komitmen yang kuat terhadap proses latihan, bukan hanya terhadap hasil akhir yang ingin dicapai.

Tabel 3. Kategori Motivasi Berdasarkan *Mean* Tiap Responden (n = 15)

No.	Kategori Motivasi	Jumlah Responden	Persentase (%)
1	Sangat Rendah (1,00–1,99)	0	0%
2	Rendah (2,00–2,99)	0	0%
3	Sedang (3,00–3,49)	0	0%
4	Tinggi (3,50–4,49)	15	100%
5	Sangat Tinggi (4,50–5,00)	0	0%
	Jumlah	15	100%

Motivasi tinggi yang dimiliki para atlet Petanque ini menunjukkan adanya keseimbangan antara motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Secara intrinsik, atlet terdorong oleh rasa senang dan kepuasan pribadi terhadap olahraga Petanque, sementara secara ekstrinsik, mereka juga terpengaruh oleh dukungan pelatih, lingkungan latihan yang kondusif, serta keinginan untuk membawa nama baik daerah dalam ajang Porda.

Berikut tingkat motivasi atlet BK Porda Petaque Karawang 2025 dilihat dari masing-masing item:



Gambar 1. Hasil uji statistik deskriptif dan grafik rata-rata (*mean*) tiap butir pernyataan

Tabel 3. Kategori Motivasi Berdasarkan Item

No	Rentang Nilai Mean	Kategori Motivasi	Frekuensi (Jumlah Item)	Persentase (%)
1	1,00 – 2,49	Rendah	3	12,5%
2	2,50 – 3,49	Sedang	2	8,3%
3	3,50 – 4,49	Tinggi	8	33,4%
4	4,50 – 5,00	Sangat Tinggi	11	45,8%
Jumlah			24 Item	100%

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap 24 butir pernyataan (P01–P24), diperoleh bahwa nilai rata-rata (*mean*) berkisar antara 1,67 hingga 4,60. Nilai mean tertinggi terdapat pada item P03, P07, dan P08 (4,60) yang menunjukkan bahwa aspek-aspek tersebut memiliki tingkat motivasi paling tinggi di antara atlet. Sementara nilai mean terendah terdapat pada P17 (1,67), menunjukkan adanya variasi persepsi atau respon yang cukup rendah pada indikator tersebut. Standar deviasi (*SD*) berkisar antara 0,507 hingga 1,309, menandakan bahwa sebagian besar respon atlet cukup homogen (stabil), namun terdapat beberapa butir dengan sebaran nilai yang lebih luas (misalnya P02 dan P20) yang menunjukkan perbedaan pendapat antar responden.

Secara keseluruhan, hasil ini menggambarkan bahwa motivasi atlet Petanque Karawang berada pada kategori tinggi, dengan dominasi nilai mean di atas 4,0 yang merepresentasikan konsistensi semangat dan komitmen latihan para atlet.

Pembahasan

Hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa seluruh atlet BK Porda Petanque Karawang berada pada kategori motivasi tinggi memiliki kesesuaian dengan beberapa temuan penelitian sebelumnya pada cabang olahraga lain. Penelitian pada atlet bulutangkis serta pada atlet *National Paralympic Committee* (NPC) cabang atletik juga melaporkan bahwa atlet yang berada dalam sistem pembinaan terstruktur cenderung memiliki motivasi intrinsik yang dominan, terutama terkait rasa senang terhadap olahraga dan keinginan meningkatkan kemampuan diri (Deasyanti et al., 2021; Fahmi et al., 2022). Kesamaan ini menguatkan pandangan bahwa motivasi intrinsik

merupakan fondasi utama dalam menjaga konsistensi latihan atlet, terlepas dari perbedaan karakteristik cabang olahraga (Nurajab, 2022). Selain itu, motivasi tinggi juga tampak dari adanya semangat kompetitif yang sehat di antara para atlet. Mereka saling mendukung dalam latihan, namun tetap berusaha menjadi yang terbaik secara individu. Situasi ini memperlihatkan bahwa setiap atlet memiliki *achievement goal orientation* yang kuat — yaitu keinginan untuk memperbaiki kemampuan dan menguasai keterampilan teknis Petanque dengan lebih baik (Sholihah & Pudjijuniarto, 2021).

Namun demikian, penelitian ini menunjukkan perbedaan penting dibandingkan beberapa studi terdahulu yang menemukan variasi tingkat motivasi atlet, mulai dari kategori sedang hingga tinggi. Misalnya (Setiawan & Fatoni, 2022) melaporkan bahwa sebagian atlet mengalami penurunan motivasi akibat kejenuhan latihan, tekanan kompetisi, serta ketidakseimbangan antara tuntutan latihan dan dukungan psikologis. Berbeda dengan temuan tersebut, seluruh atlet dalam penelitian ini justru menunjukkan motivasi yang relatif homogen dan stabil pada kategori tinggi. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa konteks pembinaan, fase persiapan kompetisi, serta dinamika lingkungan latihan memiliki peran penting dalam membentuk kondisi motivasional atlet.

Salah satu faktor yang diduga menjadi penyebab perbedaan hasil tersebut adalah konteks empiris penelitian, di mana atlet BK Porda Petanque Karawang sedang berada pada fase persiapan menuju ajang Porda. Fase ini umumnya ditandai dengan meningkatnya sense of purpose, komitmen tim, serta fokus terhadap tujuan jangka pendek, yang secara psikologis dapat memperkuat motivasi intrinsik maupun ekstrinsik atlet.

Selanjutnya, tingginya motivasi intrinsik atlet terlihat dari adanya kesenangan mendalam terhadap olahraga Petanque itu sendiri. Atlet menunjukkan ketertarikan kuat untuk meningkatkan keterampilan teknis, mengoreksi kesalahan, serta mengejar target performa pribadi. Hal ini sejalan dengan teori *Self-Determination* yang menegaskan bahwa motivasi intrinsik memberikan daya dorong jangka panjang yang lebih stabil dibandingkan motivasi ekstrinsik (Ryan & Deci, 2020). Atlet tidak hanya berlatih untuk memenuhi tuntutan pelatih, tetapi juga karena adanya kebutuhan psikologis untuk berkembang dan menjadi lebih kompeten (Afriani et al., 2023).

Motivasi disisi lain merupakan ekstrinsik yang memainkan peran penting dalam meningkatkan semangat atlet. Dukungan pelatih, apresiasi dari tim, fasilitas latihan yang memadai, dan peluang untuk mengikuti kompetisi Porda menjadi faktor pendorong tambahan yang memperkuat komitmen latihan (Sarhani et al., 2024). Lingkungan latihan yang kondusif menciptakan suasana kompetitif yang sehat, di mana atlet terdorong untuk memberikan performa terbaik tanpa kehilangan rasa kebersamaan dalam tim .

Hasil analisis butir pernyataan (P01–P24) menunjukkan dominasi nilai *mean* tinggi dan sangat tinggi, yang menandakan bahwa sebagian besar aspek motivasi berada dalam kondisi optimal. Butir dengan mean tertinggi, seperti P03, P07, dan P08, memberikan gambaran bahwa atlet sangat kuat dalam hal semangat berlatih, kesenangan terhadap aktivitas olahraga, serta kesiapan menghadapi tantangan latihan. Namun demikian, beberapa butir dengan nilai mean

rendah seperti P17 menunjukkan adanya aspek motivasi tertentu yang masih perlu diperhatikan, misalnya terkait persepsi atlet terhadap kesulitan latihan atau hambatan mental spesifik.

Temuan penelitian ini juga memperluas hasil penelitian sebelumnya dengan menyajikan analisis motivasi hingga level item pernyataan, yang jarang dilakukan pada studi-studi terdahulu. Adanya item dengan nilai mean sangat tinggi menunjukkan aspek motivasi yang telah optimal, sementara item dengan nilai mean rendah (misalnya P17) mengindikasikan adanya aspek motivasi tertentu yang masih perlu mendapat perhatian khusus dari pelatih. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi teori motivasi yang ada, tetapi juga memberikan kontribusi praktis berupa pemetaan aspek motivasi yang lebih spesifik dan aplikatif dalam konteks pembinaan atlet Petanque daerah.

Secara keseluruhan, tingginya motivasi atlet Petanque Karawang merupakan hasil dari kombinasi faktor internal (seperti rasa senang, semangat belajar, dan tanggung jawab pribadi) serta faktor eksternal (dukungan pelatih, fasilitas, dan suasana tim). Hasil ini menunjukkan bahwa strategi pelatihan yang diterapkan oleh pelatih mampu menciptakan lingkungan yang mendukung terbentuknya motivasi positif pada atlet. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan pondasi penting dalam menjaga performa dan ketahanan mental atlet, serta menjadi faktor utama yang menentukan keberhasilan mereka dalam mencapai prestasi optimal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap atlet BK Porda Petanque Karawang, dapat disimpulkan bahwa seluruh atlet memiliki tingkat motivasi yang tinggi dalam menjalani latihan maupun persiapan menghadapi kompetisi. Tingginya motivasi tersebut tercermin melalui kedisiplinan hadir tepat waktu, kesiapan fisik dan mental, serta antusiasme dalam setiap sesi latihan. Hal ini menunjukkan bahwa para atlet memiliki motivasi intrinsik yang kuat, berupa rasa senang terhadap olahraga Petanque, keinginan memperbaiki kemampuan diri, serta komitmen untuk mencapai prestasi maksimal. Selain itu, motivasi atlet juga diperkuat oleh faktor ekstrinsik, seperti dukungan pelatih, lingkungan tim yang solid, serta dorongan untuk membawa nama baik daerah pada ajang Porda. Sinergi antara motivasi intrinsik dan ekstrinsik inilah yang membuat para atlet mampu bertahan dalam rutinitas latihan yang menuntut fisik dan mental.

Referensi

- Afriani, Y., Sari, S. P., Puspaningtyas, D. E., & Anwar, F. (2023). Pendampingan Pengaturan Menu Gizi Seimbang Atlet Sepak Bola Junior pada Pelatih di SSB Baturetno. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 14(3), 616–623. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v14i3.15297>
- Dayu, J. A. T., & Mulyana, O. P. (2025). Eksplorasi Efikasi Diri pada Atlet Taekwondo Poomsae Surabaya: Perseverance, Confidence, and Adaptability. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(02), 928–937. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v12n02.p928-937>

- Deasyanti., Juriana., & Susetyo, S. A. (2021). Sport Motivation of Paralympic Athletes after Injury. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 6(2), 169-175. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v6i2.31536>
- Fahmi, M. (2024). Analisa Kepemimpinan Pelatih Melalui Motivasi Berprestasi terhadap Kinerja Atlet. *Academy of Education Journal*, 15(1), 708–717. <https://doi.org/10.47200/aoej.v15i1.2292>
- Fahmi, A. T., Suratmin., & Kardiawan, I. K. H. (2022). Motivasi Atlet Remaja Putri dalam Mengikuti Kegiatan Pembinaan Olahraga Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 13(3), 102–107. <https://doi.org/10.23887/jjpko.v13i3.53860>
- Fortuna, A. H., Lestari, W., & Fitlya, R. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Atlet Angkat Besi dan Angkat Berat di Kalimantan Barat. *EKSISTENSI*, 5(1), 19–25. <https://doi.org/10.29406/eksis.v5i1.4680>
- Khalfari, M. I. (2021). Motivasi Pemain Klub Family Fc Palembang Terhadap Kompetensi Sepakbola pada Masa Covid-19. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 3(2) 48-54. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v3i2.11174>
- Nurajab, E. (2022). Analisis Faktor-Faktor Motivasi Atlet dalam Meraih Prestasi di Kompetisi Liga 3. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 45–54. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i1.146>
- Putra, G. I., & Hendra, J. (2017). Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Bulutangkis di Kabupaten Bungo. *Journal Inovasi Pendidikan*, 2(18), 39–50. <https://doi.org/10.31869/ip.v2i18.461>
- Pulungan, K. A., Perdana, S., Haryanto, A. I., Haryani, M., & Kadir, S. S. (2023). The Psychological Skill Characteristics of Indonesian Volleyball Players from Player Positions. *Jurnal Keolahragaan*, 11(1), 122-130. <https://doi.org/10.21831/jk.v11i1.54931>
- Refiater, U. H., & Haryanto, A. I. (2024). Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Atlet Nomor Lari. *Jendela Olahraga*, 9(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v9i1.15591>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and Extrinsic Motivation from A Self-Determination Theory Perspective: Definitions, Theory, Practices, and Future Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Sarbani, M., Daryono., & Kumbara, H. (2024). Hubungan Motivasi Latihan dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Mental Toughness pada Club Bola Voli Saudara Jaya Grub (SJG). *Imajinasi: Jurnal Ilmu Pengetahuan, Seni, dan Teknologi*, 1(4), 85–95. <https://doi.org/10.62383/imajinasi.v1i4.426>
- Setiawan, K., & Fatoni, M. (2022). Analisis Motivasi Berlatih pada Atlet National Paralympic Committee Cabang Atletik. *Jurnal Porkes*, 5(2), 521–550. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6250>
- Sholihah, I., & Pudjijuniarto. (2021). Komunikasi Interpersonal Pelatih Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09(1), 95–104. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/36580>
- Sofiatul., Wijaya, F. J. M., & Avandi, R. I. (2025). Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik: Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kinerja Atlet Kabupaten Pamekasan Peraih Medali Porprov 2023, *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 8(5), 1292–1296. <https://doi.org/10.1234/jpo.v8i5>