

Motivasi Atlet Renang Klub Sea-Ria Aquatik

Reski Haolongan^{1*}, Yendrizarl², Tjung Hauw Sin³, Pringgo Marderia⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang, Indonesia.

Email Korespondensi: hreski3@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat motivasi atlet renang di Klub Sea-Ria Aquatic Kota Padang. Meskipun klub ini telah menghasilkan atlet berprestasi, motivasi yang rendah masih menjadi kendala dalam proses pembinaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Sampel terdiri dari 30 atlet usia 9–16 tahun yang dipilih melalui purposive sampling dari 49 populasi. Data dikumpulkan menggunakan angket tertutup skala Likert 5 poin, mencakup 35 pernyataan dari tiga dimensi motivasi: intrinsik, ekstrinsik, dan altruistik. Instrumen dinyatakan valid (Aiken's $V = 0,878571$) dan reliabel (Cronbach Alpha = 0,869). Hasil menunjukkan bahwa motivasi intrinsik dan ekstrinsik berada pada kategori tinggi, dengan pencapaian kompetisi dan dukungan pelatih sebagai faktor dominan. Motivasi altruistik berada pada kategori sangat tinggi, ditunjukkan oleh tingginya solidaritas antar-atlet. Penelitian merekomendasikan strategi pembinaan yang mengintegrasikan aspek fisik, teknik, sosial, dan nilai-nilai altruistik. Temuan ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pelatih dan pengelola klub dalam merancang program latihan yang berorientasi pada penguatan motivasi jangka panjang.

Kata Kunci: motivasi atlet, renang, motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, motivasi altruistic

Sea-Ria Aquatik club swimming athletes motivation

ABSTRACT

This study aims to determine the level of motivation among swimmers at the Sea-Ria Aquatic Club in Padang City. Although the club has produced high-achieving athletes, low motivation remains an obstacle in the development process. This research employed a descriptive quantitative approach using a survey method. The sample consisted of 30 athletes aged 9–16 years, selected through purposive sampling from a population of 49. Data were collected using a closed-ended questionnaire with a 5-point Likert scale, comprising 35 statements covering three dimensions of motivation: intrinsic, extrinsic, and altruistic. The instrument was validated (Aiken's $V = 0.878571$) and found to be reliable (Cronbach's Alpha = 0.869). The results showed that both intrinsic and extrinsic motivation levels were high, with competition achievement and coach support as dominant factors. Altruistic motivation was categorized as very high, indicated by strong solidarity among athletes. The study recommends development strategies that integrate physical, technical, social, and altruistic value aspects.

Keywords: *athlete motivation, swimming, intrinsic motivation, extrinsic motivation, altruistic motivation*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian penting dari kehidupan manusia yang tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga menjadi

sarana pengembangan kepribadian, karakter, dan nilai-nilai sosial seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, serta sportivitas (Sardiman, 2018). Dalam konteks pembangunan nasional, olahraga memiliki dimensi strategis sebagaimana tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan, yang menempatkan olahraga sebagai wahana pembentukan manusia Indonesia yang sehat, produktif, dan berdaya saing di kancah global.

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang menonjol dalam pembinaan prestasi, khususnya sejak usia dini. Olahraga ini tidak hanya memberikan manfaat fisiologis yang tinggi, seperti peningkatan kapasitas kardiorespirasi dan koordinasi otot, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan mental yang tangguh dan stabil (Nugroho, Putra, & Marini, 2021). PB PRSI (2023) menegaskan bahwa renang telah menjadi bagian penting dalam program pembinaan nasional dan agenda kejuaraan nasional, menjadikannya lahan strategis dalam mencetak atlet-atlet masa depan Indonesia.

Namun demikian, keberhasilan dalam olahraga tidak hanya ditentukan oleh kualitas fisik atau keterampilan teknik. Faktor psikologis, terutama motivasi, memainkan peran yang sangat krusial dalam proses pembinaan dan pencapaian prestasi atlet. Motivasi dapat dipahami sebagai dorongan internal dan eksternal yang mengarahkan individu untuk bertindak, bertahan, dan mencapai tujuan tertentu (Deci & Ryan, 2000). Dalam konteks olahraga, motivasi berkorelasi langsung dengan intensitas latihan, daya juang, persistensi, serta ketahanan mental saat menghadapi tekanan kompetisi. Motivasi dalam olahraga sangat menentukan kualitas keterlibatan atlet dalam latihan maupun kompetisi, serta berkaitan erat dengan pencapaian performa optimal (Yendrizal, 2020).

Menurut Shin (2022), motivasi merupakan kekuatan pendorong yang sangat memengaruhi semangat atlet dalam menjalani proses latihan maupun saat tampil di arena pertandingan. Hal ini diperkuat oleh Maidarman (2022) yang menyebutkan bahwa motivasi yang terstruktur dapat menjadi fondasi dalam meningkatkan performa atlet secara bertahap dan berkelanjutan. Pringgoprawiro (2022) juga menambahkan bahwa komunikasi interpersonal dan pendekatan

psikologis dari pelatih sangat berpengaruh dalam membangun kepercayaan dan komitmen atlet terhadap proses latihan.

Teori motivasi dalam olahraga telah berkembang seiring dengan kemajuan ilmu psikologi. Ryan dan Deci (2020) mengelompokkan motivasi menjadi dua tipe utama, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik merujuk pada dorongan yang muncul dari dalam individu, seperti rasa senang, tantangan, dan kepuasan dalam menjalani aktivitas olahraga itu sendiri. Atlet yang memiliki motivasi intrinsik umumnya menunjukkan keterlibatan aktif, inisiatif pribadi, dan daya tahan tinggi terhadap tekanan (Pelletier et al., 1995). Sebaliknya, motivasi ekstrinsik berasal dari faktor luar seperti hadiah, pujian, dukungan sosial, atau tekanan dari pelatih dan keluarga (Roberts, Treasure, & Conroy, 2007). Meskipun dapat meningkatkan performa dalam jangka pendek, motivasi ekstrinsik cenderung bersifat tidak stabil dan bergantung pada konteks sosial.

Selain kedua dimensi tersebut, terdapat pula motivasi altruistik, yaitu dorongan untuk berprestasi demi memberikan manfaat kepada orang lain tanpa mengharapkan imbalan langsung. Prayitno (2009) menyatakan bahwa motivasi altruistik tumbuh dari nilai-nilai moral dan komitmen sosial, seperti keinginan untuk membanggakan keluarga, mengharumkan nama klub, atau menginspirasi sesama atlet. Dimensi ini sering kali muncul secara implisit, terutama pada atlet usia muda yang tumbuh dalam lingkungan sosial yang kuat, seperti komunitas olahraga dan institusi pendidikan.

Dalam literatur, studi yang mengkaji peran motivasi dalam olahraga telah banyak dilakukan. Anggraeni, Sugiyanto, dan Pramono (2018) menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara motivasi, disiplin latihan, dan hasil belajar atlet renang. Tambunan (2015) juga menyatakan bahwa motivasi berpengaruh besar terhadap partisipasi dan ketekunan latihan atlet usia dini. Namun demikian, sebagian besar kajian hanya berfokus pada motivasi intrinsik dan ekstrinsik, sementara dimensi altruistik masih jarang diteliti secara mendalam, terutama dalam konteks atlet usia muda pada level klub.

Berbagai pendekatan teoritik turut memperkaya pemahaman tentang motivasi atlet. Vallerand (2007), dalam Hierarchical Model of Intrinsic and

Extrinsic Motivation, menegaskan pentingnya integrasi antara faktor internal dan eksternal untuk menjaga keberlangsungan motivasi jangka panjang. Clancy, Herring, dan Campbell (2016) melalui kajian bibliometrik menemukan bahwa motivasi yang berlandaskan otonomi (self-determined) memiliki korelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis atlet dan performa kompetitif. Sementara itu, metaanalisis oleh Cerasoli, Nicklin, dan Ford (2014) menunjukkan bahwa kombinasi motivasi intrinsik dan insentif ekstrinsik mampu mendorong performa tugas dan keterlibatan jangka panjang.

Klub Sea-Ria Aquatic Kota Padang merupakan salah satu klub renang di Sumatera Barat yang fokus pada pembinaan usia dini dan telah mencetak prestasi di berbagai ajang kejuaraan. Namun, dinamika motivasi atlet yang ditangani masih menghadapi tantangan, seperti kejenuhan latihan, tekanan orang tua, dan fluktuasi semangat akibat minimnya kompetisi. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman terhadap motivasi atlet — khususnya dimensi altruistik yang selama ini belum banyak disentuh — menjadi hal yang mendesak untuk dikaji.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat motivasi atlet renang di Klub Sea-Ria Aquatic Kota Padang berdasarkan tiga dimensi utama: motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan motivasi altruistik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritik dalam pengembangan psikologi olahraga di Indonesia serta menjadi landasan praktis bagi pelatih dan manajer klub dalam menyusun strategi pembinaan yang komprehensif, adaptif, dan berkelanjutan sesuai kebutuhan psikologis atlet usia dini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran objektif mengenai tingkat motivasi atlet renang berdasarkan tiga dimensi utama. Desain ini dipilih karena sesuai untuk mengukur variabel secara numerik dan menganalisis distribusi data dalam suatu populasi secara sistematis (Sugiyono, 2018). Pendekatan ini juga dinilai tepat dalam konteks penelitian psikologi olahraga, karena memungkinkan peneliti menangkap variasi persepsi dan respons individu secara terukur (Creswell, 2014).

Penelitian dilaksanakan di Klub Renang Sea-Ria Aquatic yang berlokasi di Kota Padang, Sumatera Barat, pada periode 1 Juli hingga 30 Agustus 2025. Lokasi ini dipilih karena klub tersebut merupakan salah satu wadah pembinaan renang usia dini yang aktif dan memiliki program latihan terstruktur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet aktif yang terdaftar di klub tersebut, dengan jumlah 49 orang berusia antara 9 hingga 16 tahun. Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penarikan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, seperti keterwakilan usia, keaktifan dalam latihan, dan ketersediaan untuk berpartisipasi (Arikunto, 2010). Berdasarkan kriteria tersebut, sebanyak 30 atlet dipilih sebagai sampel penelitian.

Instrumen yang digunakan berupa angket tertutup dengan 35 butir pernyataan yang disusun dalam skala Likert lima poin. Pernyataan-pernyataan ini mencakup tiga dimensi motivasi: motivasi intrinsik (minat, kebutuhan, dan kesenangan pribadi), motivasi ekstrinsik (dukungan dari orang tua, pelatih, fasilitas, dan insentif), serta motivasi altruistik (kepedulian terhadap tim dan keinginan membanggakan orang lain). Instrumen disusun berdasarkan teori Self-Determination dan model motivasi olahraga oleh Deci dan Ryan (2000), serta telah melalui uji validitas isi menggunakan metode Aiken's V dengan hasil 0,878571, yang menunjukkan bahwa item yang digunakan memiliki validitas tinggi (Azwar, 2017). Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan dengan teknik Cronbach's Alpha dan diperoleh koefisien sebesar 0,869, yang mengindikasikan bahwa instrumen ini memiliki konsistensi internal yang sangat baik (Nunnally & Bernstein, 1994).

Pengumpulan data dilakukan secara langsung di lokasi latihan klub, dengan membagikan angket kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi. Peneliti hadir selama proses pengisian untuk memberikan arahan dan memastikan responden memahami isi pernyataan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan akurasi data dan meminimalkan kesalahan interpretasi. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif kuantitatif menggunakan distribusi persentase. Setiap dimensi motivasi diklasifikasikan ke dalam kategori tingkat motivasi—sangat

tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah—berdasarkan skor yang diperoleh dan rentang nilai yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018).

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan tingkat motivasi atlet renang berdasarkan tiga dimensi utama, yaitu motivasi intrinsik, ekstrinsik, dan altruistik. Data diperoleh dari 30 orang atlet usia dini yang aktif berlatih di Klub Sea-Ria Aquatic Kota Padang melalui penyebaran angket dengan skala Likert lima poin. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk distribusi persentase untuk setiap dimensi motivasi.

Tabel 1. Tingkat Motivasi Atlet Berdasarkan Dimensi

Dimensi Motivasi	Persentase (%)	Kategori
Intrinsik	79,52	Tinggi
Ekstrinsik	77,62	Tinggi
Altruistik	84,86	Sangat Tinggi

Berdasarkan data pada Tabel 1, diketahui bahwa seluruh dimensi motivasi atlet berada pada kategori tinggi hingga sangat tinggi. Motivasi altruistik mencatat persentase tertinggi sebesar 84,86% dan berada dalam kategori sangat tinggi, diikuti oleh motivasi intrinsik (79,52%) dan motivasi ekstrinsik (77,62%) yang sama-sama diklasifikasikan dalam kategori tinggi.

Temuan ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar atlet memiliki dorongan internal dan sosial yang kuat dalam mengikuti aktivitas latihan maupun kompetisi. Kecenderungan dominasi motivasi altruistik menunjukkan bahwa para atlet tidak hanya terdorong oleh kepentingan pribadi atau dorongan dari luar, tetapi juga memiliki kesadaran sosial yang tinggi untuk berkontribusi bagi klub, tim, dan keluarga mereka.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga dimensi motivasi—intrinsik, ekstrinsik, dan altruistik—berada pada tingkat yang relatif tinggi di kalangan atlet renang usia dini di Klub Sea-Ria Aquatic. Hal ini mengindikasikan bahwa

pembinaan yang dilakukan selama ini telah mampu menyentuh aspek-aspek psikologis yang esensial dalam mendukung performa dan partisipasi atlet.

1. Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik yang tinggi menunjukkan bahwa para atlet terdorong oleh faktor internal, seperti rasa senang dalam berlatih, keinginan untuk meningkatkan keterampilan, dan pencapaian target pribadi. Atlet dengan motivasi ini cenderung memiliki keterlibatan aktif dalam setiap sesi latihan, menunjukkan antusiasme, dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Ryan dan Deci (2020) menyatakan bahwa motivasi intrinsik ditandai oleh dorongan internal seperti rasa ingin tahu, tantangan, dan kepuasan pribadi yang diperoleh dari aktivitas itu sendiri. Dengan demikian, keberadaan motivasi intrinsik menjadi indikator positif dalam keberhasilan pembinaan jangka panjang.

2. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik yang juga berada pada kategori tinggi menunjukkan bahwa faktor eksternal seperti dukungan orang tua, pelatih, fasilitas, dan penghargaan turut berperan dalam membentuk semangat atlet. Sardiman (2018) menjelaskan bahwa motivasi yang dipengaruhi oleh faktor luar—seperti insentif atau pengakuan sosial—dapat meningkatkan partisipasi dan prestasi atlet, meskipun stabilitasnya sangat tergantung pada kondisi lingkungan. Dalam konteks ini, Klub Sea-Ria Aquatic telah menyediakan dukungan lingkungan yang relatif baik, termasuk pelatih yang komunikatif serta peran aktif orang tua dalam memotivasi anak-anak mereka.

3. Motivasi Altruistik

Dimensi motivasi altruistik menjadi yang tertinggi dalam temuan ini. Atlet menunjukkan dorongan kuat untuk berprestasi demi membanggakan orang tua, mengharumkan nama klub, dan menunjukkan solidaritas dengan rekan setim. Prayitno (2009) mengemukakan bahwa motivasi altruistik berakar dari nilai sosial dan moral, seperti empati, tanggung jawab kolektif, dan keinginan untuk memberi tanpa pamrih. Lingkungan latihan yang menumbuhkan rasa memiliki dan kebersamaan—yang diciptakan oleh klub—berkontribusi besar terhadap munculnya motivasi ini.

Tingginya motivasi altruistik juga menjadi indikasi bahwa aspek pembinaan tidak hanya fokus pada pencapaian individual, tetapi juga membentuk karakter sosial atlet. Hal ini penting, terutama dalam konteks usia pembinaan, karena penguatan nilai sosial dan moral dapat menjadi bekal penting dalam membentuk identitas atlet yang tangguh dan berintegritas.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat asumsi bahwa keberhasilan dalam olahraga tidak semata-mata bergantung pada aspek fisik dan teknik, melainkan juga pada kekuatan psikologis yang mencakup berbagai dimensi motivasi. Oleh karena itu, pelatih dan pengelola klub perlu menyusun strategi pembinaan yang tidak hanya berorientasi pada hasil, tetapi juga mengakomodasi kebutuhan psikologis atlet. Strategi tersebut dapat mencakup pendekatan yang humanistik, penguatan interaksi sosial yang positif, serta pemberian umpan balik yang konstruktif.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa motivasi atlet renang usia dini di Klub SeaRia Aquatic Kota Padang berada pada tingkat yang tinggi secara keseluruhan, dengan dimensi motivasi altruistik menempati posisi paling dominan, disusul oleh motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Temuan ini menunjukkan bahwa para atlet tidak hanya terdorong oleh dorongan pribadi untuk berkembang dan insentif dari lingkungan, tetapi juga oleh nilai-nilai sosial yang mencerminkan komitmen mereka terhadap keluarga, klub, dan komunitas.

Motivasi intrinsik yang tinggi mencerminkan keberhasilan pembinaan dalam membangkitkan semangat belajar, rasa ingin tahu, dan kepuasan pribadi dalam proses latihan. Sementara itu, tingginya motivasi ekstrinsik menunjukkan bahwa faktor-faktor eksternal seperti dukungan orang tua, pelatih, dan fasilitas latihan masih memainkan peran penting dalam membentuk semangat dan komitmen atlet. Yang paling menonjol adalah motivasi altruistik yang menunjukkan bahwa para atlet memiliki kesadaran sosial dan tanggung jawab kolektif yang tinggi terhadap tim dan klub mereka.

Secara teoritis, hasil ini menguatkan pentingnya pendekatan holistik dalam pembinaan atlet, yang tidak hanya menitikberatkan pada aspek teknik dan fisik,

tetapi juga memperhatikan aspek psikologis, emosional, dan sosial. Oleh karena itu, strategi pembinaan yang dilakukan oleh klub perlu diarahkan pada penguatan nilai-nilai motivasional secara menyeluruh. Pelatih dan pengelola klub disarankan untuk terus membina lingkungan latihan yang mendukung, memperkuat komunikasi interpersonal, dan menumbuhkan budaya tim yang inklusif serta kolaboratif.

Dengan pemahaman yang lebih mendalam terhadap profil motivasi atlet, klub dapat merancang program latihan yang lebih adaptif, berorientasi pada perkembangan jangka panjang, serta relevan dengan kebutuhan dan karakteristik psikologis atlet usia dini. Pendekatan ini tidak hanya penting untuk meraih prestasi olahraga, tetapi juga dalam membentuk generasi muda yang sehat secara fisik dan kuat secara karakter.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, D., Sugiyanto, & Pramono, R. (2018). Hubungan motivasi berprestasi, disiplin latihan, dan minat dengan hasil belajar atlet renang. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 137–144.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial*. Erlangga.
- Cerasoli, C. P., Nicklin, J. M., & Ford, M. T. (2014). Performance, intrinsic motivation, and extrinsic incentives: A meta-analysis. *Journal of Management*, 40(4), 980–1008.
- Clancy, R. B., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2016). Motivation measures in sport: A critical review and bibliometric analysis. *Frontiers in Psychology*, 7, 643.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Maidarman. (2022). Konsep motivasi dan pembinaan prestasi atlet. Program Studi Kepeleatihan, UNP.
- Nugroho, M. A., Putra, Y. R., & Marini, A. (2021). Pembinaan prestasi olahraga renang usia dini. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 17(2), 145–153.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGrawHill.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGrawHill.
- PB PRSI. (2023). Buku panduan kejuaraan renang nasional. PB PRSI.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35–53.
- Prayitno. (2009). Psikologi olahraga: Motivasi, kognisi, dan aplikasi dalam prestasi. Universitas Negeri Padang Press.
- Prayitno. (2009). Psikologi olahraga: Motivasi, kognisi, dan aplikasi dalam prestasi. Universitas Negeri Padang Press.
- Pringgoprawiro. (2022). Psikologi pelatih dalam membina atlet muda. Program Studi Kepeleatihan, UNP.
- Roberts, G. C., Treasure, D. C., & Conroy, D. E. (2007). Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity: An achievement goal interpretation. Elsevier.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a selfdetermination theory perspective. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a selfdetermination theory perspective. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.
- Sardiman, A. M. (2018). Interaksi dan motivasi belajar mengajar. Rajawali Pers.
- Sardiman, A. M. (2018). Interaksi dan motivasi belajar mengajar. Rajawali Pers.
- Shin, T. H. (2022). Strategi kepeleatihan dan motivasi atlet muda. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tambunan, A. P. (2015). Pengaruh motivasi terhadap disiplin dan partisipasi latihan atlet usia dini. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 7(1), 21–29.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan. (2022). Kementerian Sekretariat Negara.
- Vallerand, R. J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. *Motivation and Emotion*, 31(1), 35–51.
- Yendrizar. (2020). *Psikologi olahraga: Pendekatan teoritis dan aplikatif*. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.