

MOTIVASI PEMAIN SEPAKBOLA LIGA KOMPAS KACANG GARUDA U-14 TAHUN 2018 / 2019

**Kenny Farel
Juriana dan Hidayat Humaid**

Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta

Email: kennyfarel69@gmail.com,
juriana@unj.ac.id dan hidayathumaid@unj.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat motivasi pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Sepak Bola GOR Ciracas. Jalan Raya Bogor KM. 25-26, RT.8/RW.8, Susukan, Ciracas, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13740. Penelitian dilaksanakan pada hari Sabtu dan Minggu tanggal 23 – 24 Maret 2019. Metode yang digunakan adalah metode survei. Dengan teknik penyebaran angket sebagai instrument penelitian. Dengan teknik pengambilan sampel “Purposive Sampling”, sampel yang berjumlah 241. Teknik analisis data dilakukan dengan cara menghitung skor jawaban masing-masing responden dari setiap pernyataan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa total motivasi pemain sepakbola muda yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 adalah tinggi (69,71%) diikuti motivasi sedang dengan jumlah 70 pemain dengan presentase 29,05%, dan motivasi rendah hanya 3 pemain dengan presentase 1,24%.

Kata Kunci : Motivasi, Sepakbola

ABSTRACT

This study aims to determine how high the level of motivation of players who participated in the Garuda Compass League U-14 2018/2019. This research was conducted at the Ciracas GOR Football Field. Jalan Raya Bogor KM. 25-26, RT.8 / RW.8, Susukan, Ciracas, East Jakarta City, Special Capital Region of Jakarta 13740. The research was conducted on Saturday and Sunday, 23-24 March 2019. The method used was a survey method. With the questionnaire distribution technique as a research instrument. With the sampling technique "Purposive Sampling", a sample of 241. Data analysis technique is done by calculating the answer score of each respondent from each statement. Based on the results of the study it can be concluded that the total motivation of young soccer players who participated in the Kompas Kacang Garuda U-14 League 2018/2019 was high (69.71%). followed by moderate motivation with 70 players with a percentage of 29.05%, and low motivation with only 3 players with a percentage of 1.24%.

Keywords: Motivation, Soccer

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat Indonesia dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat, mulai dari laki-laki, perempuan, baik itu anak-anak,

remaja, dan orang tua. Pengertian sepak bola adalah suatu permainan yang dipertandingkan antara dua tim, dimana masing-masing tim terdiri dari 11 orang dan dilakukan dengan cara mempertahankan

gawang dan berusaha menjebol gawang lawan. Tim sepak bola biasa disebut juga dengan tim kesebelasan, dalam setiap kesebelasan pemain dibagi dalam beberapa lini, setiap lini lapangan pemain mendapat tugas yang berbeda seperti penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan atau penyerang.

Seluruh pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badannya kecuali tangan. Hanya penjaga gawang yang boleh memainkan bola dengan tangan, tetapi hanya di area gawangnya sendiri. Setiap tim berusaha untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha untuk mencegah lawan untuk memasukkan bola ke gawangnya.

Walaupun permainan sepakbola bersifat beregu namun penguasaan teknik dasar sangat diperlukan. Hanya karena keburukan penguasaan teknik dasar oleh pemain dalam satu tim atau kesebelasan, akan mengurangi keutuhan dari tim atau kesebelasan tersebut baik dalam serangan maupun dalam pertahanan, dalam usaha meningkatkan mutu permainan kearah prestasi permainan sepakbola.

Hampir seluruh permainan dimainkan dengan keterampilan kaki, badan dan kepala untuk memainkan bola. Namun demikian, seperti halnya olahraga lain, untuk mencapai prestasi (kemenangan) sepakbola juga memiliki 4 aspek penting yaitu, Mental (psikologis), Teknik (keterampilan sepakbola), Taktik (pemahaman sepakbola), dan Fisik (kebugaran jasmani). Keempat aspek tersebut saling terkait sehingga diperlukan strategi dalam proses latihan untuk meningkatkan keempat aspek tersebut. (Dwi Hatmisari Ambarukmi *et.al.*, 2007). Misalnya motivasi, motivasi sangat berperan penting dalam sepakbola. Rendahnya motivasi dapat menyebabkan tidak munculnya kemampuan-kemampuan individu tersebut. Semua aspek tersebut tidak dapat dipisahkan dan keempatnya saling terkait.

Liga Kompas Kacang Garuda U-14 tahun adalah kompetisi sepakbola usia muda kelompok usia 14 tahun, LKG U-14 merupakan liga terbaik dari 16 SSB (Sekolah Sepak Bola) terbaik se-

jabodetabek, terdiri dari 16 tim dan setiap tim diisi oleh maksimal 25 pemain. Oleh karena itu dengan sedang maraknya kompetisi sepakbola usia muda dan semakin meningkatnya antusiasme anak-anak dalam bermain sepakbola, peneliti sangat tertarik untuk melakukan sebuah penelitian di Liga Kompas Kacang Garuda U-14 ini.

Motivasi memiliki akar kata dari bahasa latin *movere*, yang berarti gerak atau dorongan untuk bergerak. Dengan begitu dengan memberikan motivasi bisa di artikan dengan memberikan daya dorong sehingga sesuatu yang di motivasi tersebut dapat bergerak. (James Tangkudung *et.al.*, 2018). Motivasi mengacu kepada mengapa individu memilih melakukan suatu aktivitas tertentu dan bukan aktivitas lain. Mengapa individu mengerjakan suatu tugas dengan lebih giat. Mengapa individu mau secara tekun dan gigih mengerjakan sesuatu untuk jangka waktu yang lama. Salah satu unsur dari motivasi adalah motif (motive). Motif adalah alasan atau sesuatu yang memotivasi. (Irianto, Anton. 2005)

Anak didik atau atlet yang memiliki motivasi yang tinggi akan memperlihatkan minat yang besar, perhatian yang penuh terhadap tugas belajar atau latihan, memusatkan fisik dan psikis, tidak mengenal rasa bosan atau menyerah atau kalah, apalagi putus asa. Berbeda dengan anak didik atau atlet yang memiliki motivasi yang rendah, anak didik atau atlet menunjukkan keengganan, cepat bosan, dan berusaha menghindari dari kegiatan pembelajaran atau latihan. Motivasi adalah sesuatu yang menggerakkan atau mendorong seseorang/kelompok untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu. Motivasi adalah dorongan di dalam yang berupa harapan dan keinginan yang bersifat menggiatkan dan menggerakkan individu. (Sabran, Mohammad Shatar, 2005).

Dalam melakukan suatu aktivitas atau kegiatan banyak faktor yang terlibat di dalamnya. Salah satu faktor yang berperan dalam pencapaian hasil yang optimal dalam melakukan suatu aktivitas yaitu motivasi. Motivasi merupakan suatu dorongan atau dukungan yang dapat membuat seseorang menjadi semangat dalam melakukan suatu

aktivitas atau kegiatan. Biasanya motivasi yang diberikan orang lain dapat menyebabkan seseorang menjadi sangat bersemangat dan antusias dalam mewujudkan apa yang menjadi keinginan orang tersebut. Hal tersebut terjadi karena ketika ada orang yang memberikan motivasi kepada orang lain maka orang yang diberikan motivasi merasa ada yang mendukung dan mendorong untuk melakukan hal yang menjadi keinginan orang itu.

Motivasi olahraga dapat dibagi atas motivasi primer dan sekunder, dapat pula atas motivasi biologis dan sosial. Namun banyak ahli membagikannya atas dua jenis, intrinsik dan ekstrinsik.

a. Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah dorongan dari dalam yang menyebabkan individu berpartisipasi. Dorongan ini sering dikatakan dibawa sejak lahir, sehingga tidak dapat dipelajari. Atlet yang punya motivasi intrinsik akan mengikuti latihan peningkatan kemampuan atau keterampilan, atau mengikuti pertandingan, bukan karena situasi buatan (dorongan dari luar), melainkan karena kepuasan dalam dirinya.

b. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar diri individu yang menyebabkan individu beradaptasi dalam olahraga. Dorongan ini berasal dari pelatih, guru, orangtua, bangsa atau berupa hadiah, sertifikat, penghargaan atau uang.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi

1. Atlet Sendiri
2. Hasil Penampilan
3. Suasana Pertandingan
4. Tugas atau Penampilan

Strategi Untuk Meningkatkan Motivasi (Tirto Apriyanto, et.al. 2017)

1. Menentukan Goal Setting (Sasaran atau Tujuan)
2. Motivasi Verbal
3. Motivasi *Behavioral* atau Perilaku
4. Motivasi Insentif (Bonus) dan Ganjaran

5. *Imagery Training*
6. Motivasi Intimidasi (Fear Motivation)
7. Motivasi Berbicara Sendiri (*Self Talk/Pep Talks*)
8. Motivasi Supertisi
9. Motivasi Ritual (Berupa Perilaku)

Setelah mempelajari teknik motivasi, seorang pelatih harus mengetahui cara memelihara motivasi anak didik/atlet di antaranya (1) menyusun goal-setting; (2) membuat sistem pembinaan yang berjenjang; (3) mengingatkan kesuksesan saat kompetisi; (4) membentuk latihan yang bervariasi dan kombinasi; (5) melatih dengan tantangan dan rintangan yang mampu di atasi atlet; (6) memvariasikan tempat, lawan, dan suasana latihan; dan (7) mengomunikasikan dan hubungan yang harmonis dengan semua elemen, seperti antara atlet dengan pelatih, guru sekolah, pembina, pimpinan klub, orang tua, dan lain sebagainya.

Dimensi Dalam Motivasi

Seperti yang dikatakan Decy dan Ryan yang dikutip oleh Cliff dalam jurnal yang berjudul Sport Motivation Scale-6 (SMS-6): revised six-factor sport motivation scale, membagi struktur factor motivasi dalam olahraga dibangun oleh tiga dimensi konstruk motivasi yaitu intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan kondisi tidak termotivasi. (Mallet Cliff *et al.*, 2007).

Ketiga dimensi tersebut dikolaborasi menjadi enam indikator, yaitu *amotivation* (kondisi tidak termotivasi), *external regulation* (penghargaan dari orang lain), *introjected regulation* (kewajiban yang harus dijalankan), *identified regulation* (meningkatkan keterampilan), *integrated regulation* (kebutuhan individu), dan *intrinsic motivation* (kepuasan dan kesenangan). Di bawah ini penjelasan dari indikator-indikator tersebut :

- a. *Amotivation*, kondisi seseorang yang tidak berdaya, seperti tidak menikmati kegiatan olahraganya, tidak tahu tujuannya berolahraga, tidak jelas mengapa perlu menghabiskan waktu dan usahanya dalam berolahraga.

- b. *External Regulation*, menunjukkan bahwa seseorang berolahraga dalam rangka mendapatkan benda-benda/sesuatu yang bersifat eksternal (medali, trofi) serta dalam rangka menghindari tekanan (tekanan sosial) dilihat orang. Maksudnya perilaku yang ditampilkan bermaksud untuk memuaskan tuntutan yang bersifat eksternal.
- c. *Introjected Regulation*, menunjukkan kondisi seseorang yang berolahraga semata-mata karena merasa sebagai kewajiban yang harus dijalankan, ataupun karena disuruh atau diperintahkan oleh orang lain diluar dirinya sendiri. Misalnya: pelatih mewajibkan atlet latihan untuk persiapan kejuaraan sepakbola.
- d. *Identified Regulation*, menunjukkan alasan seseorang berolahraga karena mampu meningkatkan kemampuan dalam dan penampilannya. Misalnya: seorang atlet latihan sepakbola dari tidak bisa mengoper (Passing) bola menjadi bisa mengoper bola.
- e. *Integrated Regulation*, seseorang berolahraga selama ini karena olahraga itu sendiri sudah menjadi bagian dari kehidupannya.
- f. *Intrinsic Motivation*, menunjukkan kondisi seseorang yang berolahraga karena merasa mendapatkan kepuasan dan memperoleh pengalaman yang menyenangkan.

Jadi dapat disimpulkan dari enam indikator tersebut motivasi bukan hanya dari dalam diri sendiri saja tapi dari luar juga sangat berpengaruh terutama orang disekitar kita bisa saja memberi masukan baik ataupun buruk. Oleh karena itu setiap individu harus mempunyai motivasi yang kuat agar tidak terpengaruh buruk oleh orang lain.

Dalam psikologi perkembangan anak dan remaja, usia 14 tahun merupakan fase remaja yang digolongkan oleh Konopka merupakan remaja awal yaitu 12-15 tahun. (Syamsu Yusuf LN, 2014) Remaja merupakan masa perkembangan

sikap tergantung (dependence) terhadap orangtua ke arah kemandirian (independence), minat-minat seksual, perencanaan diri, dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral.

Karakteristik Pertumbuhan Usia 13-14 Tahun. (Rahmad Darmawan dan Ganesha Putera, 2012)

- Pubertas
- Kedewasaan seksual
- Pertumbuhan badan cepat
- Tubuh tidak proporsional
- Kordinasi dan kelincahan menurun
- Kekuatan meningkat
- Pemahaman konsep meningkat

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan dalam metode ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survei. Dengan teknik penyebaran angket yang sebagai instrumen penelitian dalam pengumpulan data.

Populasi dan Sampel

Populasi dari penelitian ini adalah Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun yang berjumlah kurang lebih 300 pemain. Dari populasi yang ada, Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah Purposive Sampling. Dimana dari populasi diambil 241 pemain sebagai sampel.

Adapun tahapan kriteria pengambilan sampel adalah sebagai berikut:

- a. Seluruh pemain dari masing-masing tim LKG U-14
- b. Berjenis kelamin laki-laki
- c. Berumur dibawah 14 tahun
- d. Hadir pertandingan pada saat peneliti melakukan penelitian

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengisi angket atau kuesioner motivasi

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan cara pengisian angket yang telah disiapkan oleh peneliti, tentang motivasi. Dengan menggunakan “*SKALA LIKERT*” karena mempunyai reabilitas yang tinggi. Pemberian nilai jawaban pada

setiap pernyataan atau butir-butir angket dengan kategori pilihan antara lain:

- SS : Sangat Setuju = 5
- S : Setuju = 4
- R : Ragu-Ragu = 3
- TS : Tidak Setuju = 2
- STS : Sangat Tidak Setuju = 1

b. Pembuatan Kisi-Kisi Motivasi
 Pembuatan angket mengacu pada definisi yang diambil dari 6 (enam) aspek motivasi yang saling menunjang, yaitu : *Amotivation* (kondisi tidak termotivasi), *External Regulation* (penghargaan dari orang lain), *Introjected Regulation* (kewajiban yang harus dijalankan), *Identified Regulation* (meningkatkan keterampilan), *Integrated Regulation* (kebutuhan individu), *Intrinsic Motivation* (kepuasan dan kesenangan). Dengan menggunakan 6 (enam) aspek penilaian tersebut peneliti akan dapat mengetahui motivasi peserta dari tim Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019.

Tabel 1. Kisi- Kisi Motivasi

No	Aspek	No. Soal	Penilaian				
			S	T	R	S	S
1	<i>Amotivation</i>	5,12, 17,2 2	1	2	3	4	5
2	<i>External Regulation</i>	4,11, 19,2 4	1	2	3	4	5
3	<i>Introjected Regulation</i>	7,10, 16,2 3	1	2	3	4	5
4	<i>Identified Regulation</i>	3,8,1 5,20	1	2	3	4	5
5	<i>Integrated Motivation</i>	2,9,1 3,21	1	2	3	4	5
6	<i>Intrinsic Motivation</i>	1,6,1 4,18	1	2	3	4	5

HASIL PENELITIAN
Total Motivation Score

Dari 241 responden yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019, pembagian data dan responden

berdasarkan aspek *Total Motivation Score* adalah sebagai berikut:

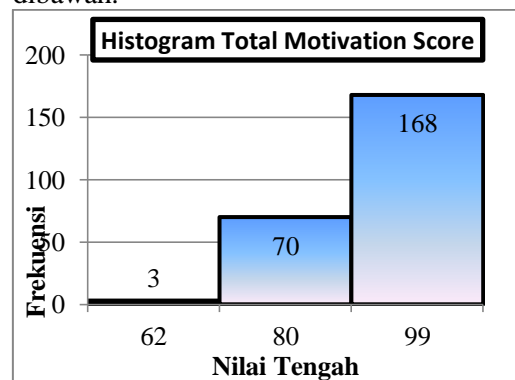
Tabel 2. Hasil Data Total Motivation Score

Resp	Mea n	Media n	Modu s	Ma x	Mi n
241	93,7	95	96	108	53

Tabel 3. Data Responden yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 berdasarkan Aspek Total Motivation Score

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
53 – 71	3	1,24%
72 – 90	70	29,05%
91 – 109	168	69,71%

Dari data diatas menjelaskan bahwa total motivasi responden di kelas interval 53 - 71 (Skor rendah) berjumlah 3 pemain (1,24%), kelas interval 72 - 90 (Skor sedang) berjumlah 70 pemain (29,05%), dan kelas interval 91-109 (Skor tinggi) berjumlah 168 pemain (69,71%), presentase ini dapat dilihat di grafik histogram dibawah.



Gambar 1. Histogram Data Skor Total Motivasi pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 Berdasarkan Kelas Interval

Jadi dapat disimpulkan total motivasi pada pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 lebih dominan di kelas interval

91 – 109 yang berjumlah 168 pemain dan di urutan kedua yaitu kelas interval 72 – 90 yang berjumlah 70 pemain dan urutan ketiga di kelas interval 53 – 71 hanya 3 pemain.

PEMBAHASAN

Dari hasil deskripsi di atas, berdasarkan 6 aspek motivasi dan total skor motivasi dapat dijelaskan hasil masing-masing aspek sebagai berikut.

1. *Amotivation*

Amotivation merupakan perasaan tidak kompeten dan kurang kontrol. Pemain yang memiliki *Amotivation* yang tinggi tidak mampu mengidentifikasi alasan mereka terus berlatih, bahkan mereka memutuskan untuk berhenti berlatih.

Sebagian besar responden atau 47,30% yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 memiliki *Amotivation* yang sedang. Hal ini berarti mereka masih memiliki semangat untuk berlatih. Akan tetapi mereka juga cenderung tidak stabil dalam menjaga motivasinya sehingga masih ada kemungkinan akan naik dan turunnya motivasi para pemain.

2. *External Regulation*

External Regulation merupakan motivasi yang berasal dari luar diri sendiri, pemain yang memiliki *External Regulation* yang tinggi selalu ingin dimotivasi oleh lingkungan sekitar, seperti ingin selalu dipuji, ingin selalu dihargai, dan selalu ingin menunjukkan bahwa dirinya yang terbaik di bidang sepakbola

Sebagian besar responden atau 63,90% pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 memiliki *External Regulation* yang sedang. Hal ini berarti bahwa mereka mendapatkan dorongan motivasi dari lingkungan sekitarnya yang cukup. Mereka mendapatkan cukup pujian dan cukup merasa dihargai oleh lingkungan sekitar.

3. *Introjected Regulation*

Introjected Regulation merupakan motivasi yang timbul karena adanya contoh atau panutan bagi dirinya. Pemain yang memiliki *Introjected* yang tinggi selalu

merasa bahwa latihan adalah hal yang mutlak diperlukan jika ingin mahir. Latihan juga membuat mereka baik terhadap diri sendiri. Mereka juga sering merasa buruk apabila tidak latihan.

Sebagian besar responden 50,62% pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 memiliki *Introjected Regulation* yang sedang. Hal ini berarti mereka merasa bahwa latihan adalah hal yang cukup penting. Latihan bisa membuat mereka merasa baik terhadap diri sendiri.

4. *Identified Regulation*

Identified Regulation merupakan motivasi yang timbul karena adanya keinginan untuk meningkatkan kemampuan dirinya dibidang tersebut. Pemain yang memiliki *Identified Regulation* yang tinggi percaya bahwa latihan dapat memperbaiki penampilannya. Dapat mengembangkan aspek-aspek dalam hidupnya dan dapat juga menjaga hubungan baik dengan teman-temannya.

Sebagian besar responden 66,80% pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 memiliki *Identified Regulation* yang tinggi. Hal ini berarti bahwa mereka sangat memiliki keinginan untuk mengembangkan aspek-aspek dalam hidupnya, memperbaiki penampilannya serta mereka ingin menjaga hubungan dengan teman-temannya.

5. *Integrated Regulation*

Integrated Regulation merupakan motivasi yang timbul karena sudah merasa bahwa latihan adalah bagian dari kehidupannya. Pemain yang memiliki *Integrated Regulation* yang tinggi merasa bahwa latihan sudah menyatu dalam hidupnya, sejalan dengan prinsip hidupnya, serta merasa sudah menjadi jalan hidup yang mereka pilih.

Sebagian besar responden atau 60,58% pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 memiliki *Integrated Regulation* yang sedang. Hal ini berarti bahwa mereka sudah menjadikan sepakbola sebagai jalan hidup yang mereka pilih serta sejalan dengan prinsip hidupnya.

6. *Intrinsic Motivation*

Intrinsic Motivation merupakan motivasi yang timbul dari dalam diri sendiri. Pemain yang memiliki *Intrinsic Motivation* yang tinggi selalu merasa puas dan senang dengan apapun yang berhubungan dengan latihan.

Sebagian besar responden atau 58,51% pemain yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 Tahun 2018/2019 memiliki *Intrinsic Motivation* yang tinggi. Hal ini berarti mereka puas dan senang bisa terlibat dalam sepakbola. Mereka juga sangat puas dan senang apabila dapat menguasai teknik dan strategi baru serta dapat menyempurnakan kemampuan yang dimiliki.

7. *Total Motivation Score*

Total motivation score adalah jumlah dari hasil keseluruhan skor yang didapat oleh satu individu. Skor ini berasal dari gabungan dari aspek-aspek motivasi yaitu *Amotivation*, *External Regulation*, *Introjected Regulation*, *Identified Regulation*, *Integrated Regulation* dan *Intrinsic Motivation*.

Skor di kelas interval 91 - 109 menjadi frekuensi terbanyak dengan jumlah 168 pemain (69,71%). Dapat disimpulkan skor total motivasi dari tiap individu relatif tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka kesimpulan yang dapat diambil adalah Total Motivation Score pemain sepakbola usia muda yang mengikuti Liga Kompas Kacang Garuda U-14 2018/2019 dengan frekuensi terbesar berada pada motivasi tinggi dengan jumlah 168 pemain dengan presentase 69,71%, diikuti motivasi sedang dengan jumlah 70 pemain dengan presentase 29,05%, dan motivasi rendah hanya 3 pemain dengan presentase 1,24%.

DAFTAR PUSTAKA

- Apta Mylsidayu *Psikologi Olahraga* (Jakarta: PT. Bumi Aksara Cetakan Pertama, 2014)
- Dwi Hatmisari Ambarukmi et.al. *Pelatihan Pelatih Fisik Level 1* (Asdep Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Keolahragaan Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga, 2007)
- Gunarsa, Singgih D, et al. *Psikologi Olahraga: Teori dan Praktik* (Jakarta: BPK Gunung Mulya, 1996)
- Irianto, Anton. *Born to Win: Kunci Sukses yang tak Pernah Gagal* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005)
- James Tangkudung et.al. *Sport Psychometrics Dasar-dasar dan Instrumen Sport Psikometri* (Depok: Rajawali Pers, 2018)
- Sabran, Mohammad Shatar. *Rahasia Kecemerlangan Akademik* (Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn Bhd, 2005)
- Mallet Cliff et al., "Sport Motivation Scale-6 (SMS-6): a revised six-factor sport motivation scale": *Psychology of Sport and Exercise*". (September 2007)
- Rahmad Darmawan dan Ganesha Putera, *Jadi Juara Dengan Sepakbola Possession*, (Pamulang: KickOff Media – RD Books, 2012)
- Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: 2014)
- Tirto Apriyanto, et.al. *Psikologi Olahraga: Student Handbook*, (Gowa: PT. Edukasi Pratama Madani, 2017)
- Wahab, Rohmalina. *Psikologi Belajar*. (Jakarta: Rajawali Pers, 2015)