

## Hubungan Orientasi Olahraga (*Sport Orientation*), Motivasi, dan Tingkat Disiplin Sepak Takraw PSTI Kendal

Lailatun Nadhifah<sup>1,\*</sup>, Fajar Ari Widiyatmoko<sup>1</sup>, Dani Slamet Pratama<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas PGRI Semarang

\*Corresponding Author: [lailatunnadhifah35@gmail.com](mailto:lailatunnadhifah35@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini menganalisis hubungan antara orientasi olahraga, motivasi, dan disiplin pada atlet muda sepak takraw di PSTI Kendal. Fokus utama adalah rendahnya aspek psikologis dalam pembinaan atlet pelajar di cabang olahraga non-populer. Pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional digunakan, melibatkan 15 atlet pelajar (10 laki-laki, 5 perempuan) di klub Citrakartika. Data dikumpulkan dengan tiga instrumen: *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* (TEOSQ) untuk orientasi olahraga, angket motivasi, dan angket disiplin. Sebelum digunakan, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan hasil validitas menunjukkan korelasi item-total di atas 0,30 dan reliabilitas Cronbach's Alpha di atas 0,70. Analisis data menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan korelasi Pearson Product Moment. Hasil menunjukkan hubungan positif signifikan antara orientasi olahraga dan motivasi ( $r = 0,534$ ;  $p < 0,05$ ), motivasi dan disiplin ( $r = 0,578$ ;  $p < 0,05$ ), serta orientasi olahraga dan disiplin ( $r = 0,647$ ;  $p < 0,01$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa motivasi dan orientasi positif berperan dalam meningkatkan disiplin atlet. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan psikologis dalam pembinaan atlet muda dan kontribusinya terhadap pengembangan strategi pelatihan yang lebih menyeluruh.

**Kata Kunci:** Orientasi Olahraga; Motivasi; Disiplin Atlet; Sepak Takraw

Received: 11 Jun 2025; Revised: 30 Jun 2025; Accepted: 30 Jun 2025; Available Online: 30 Jun 2025

### 1. PENDAHULUAN

Olahraga tidak hanya berperan dalam membentuk kemampuan fisik, tetapi juga menjadi media penting dalam pengembangan karakter, mentalitas, dan nilai-nilai sosial individu, terutama di kalangan pelajar. Dalam proses pembinaan atlet usia dini, aspek psikologis seperti motivasi, orientasi terhadap olahraga, dan kedisiplinan memegang peran yang sangat penting. Ketiganya diyakini berkontribusi besar terhadap keberhasilan latihan dan pencapaian prestasi jangka panjang (Simanihuruk et al., 2022). Namun, hingga kini, masih terbatas kajian yang secara eksplisit mengeksplorasi keterkaitan antara ketiga variabel tersebut, khususnya pada cabang olahraga sepak takraw di level pelajar.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memahami bagaimana orientasi atlet terhadap olahraga (*sport orientation*), dorongan internal untuk berprestasi (motivasi), dan kepatuhan terhadap tata tertib latihan (disiplin) saling berinteraksi. Pemahaman tersebut sangat relevan karena masih jarang penelitian yang memfokuskan perhatian pada sepak takraw sebagai subjek utama, terlebih dalam konteks pembinaan di tingkat pelajar seperti yang terdapat di PSTI Kendal. Oleh karena itu, kajian ini menjadi penting dalam mengisi kekosongan literatur dan memberikan masukan berbasis bukti untuk program pembinaan atlet muda.

Disiplin, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), merupakan bentuk kepatuhan terhadap aturan, norma, dan tata tertib. Secara etimologis, istilah "disiplin" berasal dari bahasa Latin *disciplina*, yang berarti pelatihan atau pengajaran mengenai norma dan pengendalian diri. Disiplin mencakup aspek eksternal (pengawasan) maupun internal (pengaturan diri), sebagaimana dijelaskan oleh (Pelletier et al., 2017). Prijodarminto (Suryadi, 2020) membagi disiplin menjadi tiga aspek utama, yaitu sikap mental terhadap aturan, pemahaman mendalam terhadap norma, dan komitmen untuk menjalankannya.

Sementara itu, motivasi merupakan salah satu faktor psikologis yang sangat menentukan dalam keberhasilan individu. (Hiver & Dao, 2025) menyatakan bahwa motivasi adalah dorongan kuat untuk berprestasi, yang menjadikan individu bersemangat menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya, bahkan tanpa bergantung pada imbalan eksternal. Dalam konteks olahraga, motivasi memengaruhi konsistensi latihan, ketahanan mental, dan keinginan untuk terus berkembang (Beckmann & Kossak, 2018). Motivasi yang tinggi memungkinkan atlet menghadapi tantangan dengan antusias, sementara rendahnya motivasi dapat

menimbulkan ketakutan terhadap kegagalan.

Konsep orientasi olahraga berkaitan dengan bagaimana seorang atlet memaknai kompetisi. Berdasarkan teori orientasi tugas dan ego dari (Jowett, 2025), atlet dapat memiliki orientasi tugas (*task orientation*)—yaitu fokus pada perbaikan diri—atau orientasi ego—yang lebih menekankan pada kemenangan atas orang lain. (Fatih Kucukibis & Gul, 2019) menyatakan bahwa atlet dengan motivasi dari dalam cenderung memiliki orientasi tugas yang tinggi dan menikmati proses latihan, bukan sekadar mengejar hasil.

Cabang olahraga sepak takraw merupakan salah satu permainan tradisional yang populer di masyarakat, termasuk di Kabupaten Kendal. Permainan ini memiliki keunikan karena memadukan unsur teknik dari sepak bola, bulu tangkis, dan voli (Purwaditja et al., 2017). Setiap pemain dalam regu—tekong, feeder, dan spiker—memiliki peran penting dalam menjaga ritme dan efektivitas permainan (Adela & Maselena, 2017). Namun demikian, belum banyak penelitian psikologi olahraga yang dilakukan secara spesifik terhadap atlet sepak takraw, terutama di tingkat pelajar.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara orientasi olahraga, motivasi, dan tingkat disiplin atlet sepak takraw usia pelajar di PSTI Kendal. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi pembinaan atlet muda, tidak hanya dari segi fisik dan teknis, tetapi juga dari aspek mental dan psikologis. Hasil dari penelitian ini akan memperkuat pemahaman bahwa karakter dan mentalitas merupakan fondasi utama dalam meraih keberhasilan jangka panjang dalam dunia olahraga.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara orientasi olahraga, motivasi, dan kedisiplinan atlet sepak takraw (Aurana Zahro El Hasbi, 2023). Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti menganalisis keterkaitan antar variabel tanpa manipulasi langsung. Subjek penelitian adalah 15 atlet sepak takraw PSTI Kendal yang masih berstatus pelajar SMP dan SMA, terdiri dari 10 laki-laki dan 5 perempuan, yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan keterlibatan aktif mereka dalam latihan.

Pengumpulan data dilakukan pada April 2025 di Klub Sepak Takraw Citrakartika menggunakan tiga instrumen angket, yaitu: *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* (TEOSQ) untuk mengukur orientasi olahraga, angket motivasi berdasarkan indikator intrinsik dan ekstrinsik, serta angket disiplin yang mencakup kepatuhan, kehadiran, dan tanggung jawab. Seluruh instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil yang menunjukkan bahwa semua item valid dan reliabel ( $\alpha > 0,70$ ).

Prosedur penelitian mencakup koordinasi dengan klub, pelaksanaan pengisian angket secara mandiri oleh atlet, dan pengolahan data. Analisis data dilakukan setelah uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan distribusi normal. Selanjutnya, hubungan antar variabel dianalisis menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan secara kuantitatif dan objektif.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini melibatkan 15 atlet sepak takraw dari PSTI Kendal, terdiri dari 10 atlet laki-laki dan 5 atlet perempuan. Data dikumpulkan melalui tiga instrumen angket yang masing-masing mengukur orientasi olahraga (*sport orientation*), motivasi, dan tingkat disiplin. Analisis statistik dilakukan untuk menguji normalitas data serta hubungan antar variabel menggunakan uji normalitas dan korelasi Person.

		Motivasi	Orientasi	Disiplin
N		15	15	15
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	96.6667	39.6667	48.5333
	Std. Deviation	9.80282	5.60187	8.70030
Most Extreme Differences	Absolute	.136	.195	.124
	Positive	.087	.131	.104
	Negative	-.136	-.195	-.124
Test Statistic		.136	.195	.124
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.130 <sup>c</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.  
b. Calculated from data.  
c. Lilliefors Significance Correction.  
d. This is a lower bound of the true significance.

Gambar 1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi untuk masing-masing variabel sebagai berikut: variabel Motivasi sebesar 0.200, variabel Orientasi sebesar 0.130, dan variabel Disiplin sebesar 0.200. Seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari batas  $\alpha = 0.05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data dari ketiga variabel berdistribusi normal. Distribusi normal ini menunjukkan bahwa data responden terkait motivasi, orientasi, dan disiplin berada dalam pola sebaran yang simetris dan tidak menyimpang secara ekstrem. Hal ini penting karena memenuhi salah satu asumsi dasar untuk dilakukan analisis korelasi atau analisis statistik parametrik lainnya. Dengan demikian, data yang diperoleh layak untuk dianalisis lebih lanjut secara inferensial.

## Correlations

	Mean	Std. Deviation	N
Motivasi	96.6667	9.80282	15
Orientasi	39.6667	5.60187	15
Disiplin	48.5333	8.70030	15

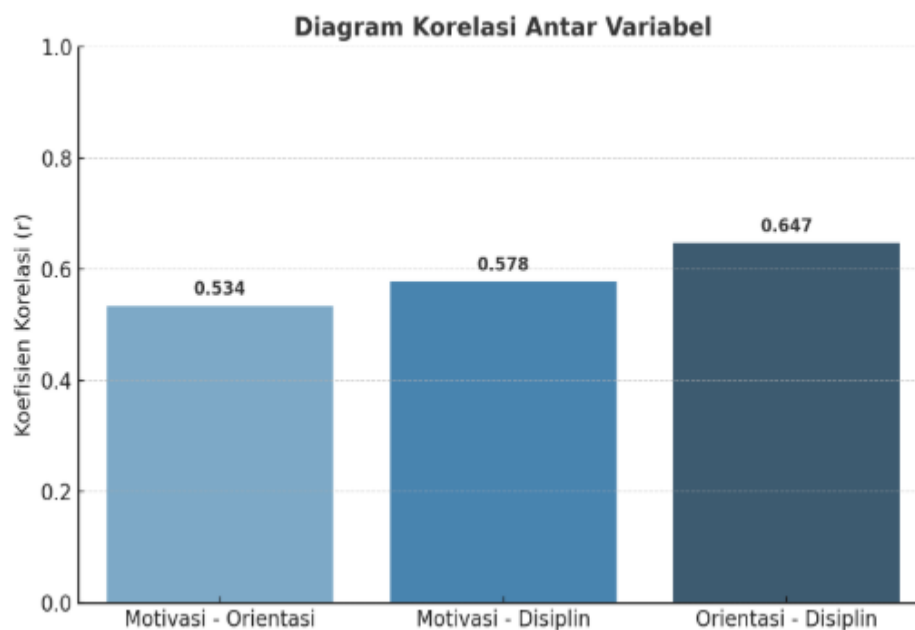
		Motivasi	Orientasi	Disiplin
Motivasi	Pearson Correlation	1	.534 <sup>*</sup>	.578 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)		.040	.024
	N	15	15	15
Orientasi	Pearson Correlation	.534 <sup>*</sup>	1	.647 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.040		.009
	N	15	15	15
Disiplin	Pearson Correlation	.578 <sup>*</sup>	.647 <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.024	.009	
	N	15	15	15

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Gambar 2. Uji Analisis Korelasi

Berdasarkan hasil analisis korelasi, diperoleh bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel motivasi, orientasi, dan disiplin. Nilai koefisien korelasi antara motivasi dan orientasi berada pada kategori sedang, menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi atlet, maka semakin tinggi pula orientasi mereka dalam olahraga. Hubungan antara motivasi dan disiplin juga berada pada kategori sedang dan signifikan, yang berarti peningkatan motivasi diikuti dengan peningkatan kedisiplinan. Sementara itu, hubungan antara orientasi dan disiplin menunjukkan korelasi yang kuat dan signifikan, mengindikasikan bahwa semakin tinggi orientasi atlet terhadap tugas dan ego dalam olahraga, maka kedisiplinannya juga cenderung meningkat. Hasil ini memperkuat pemahaman bahwa ketiga variabel saling berkaitan dan berkontribusi terhadap perilaku atlet secara positif dalam konteks pembinaan prestasi.



Gambar 3. Diagram Korelasi Antar Variabel

Berikut adalah diagram batang yang menunjukkan nilai korelasi antar variabel: Motivasi, Orientasi, dan Disiplin. Visualisasi ini menampilkan kekuatan hubungan secara jelas, dengan nilai tertinggi pada hubungan antara orientasi dan disiplin ( $r = 0.647$ ).

Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh pasangan variabel memiliki hubungan positif yang signifikan. Korelasi tertinggi ditemukan antara orientasi olahraga dan disiplin, yang berarti semakin tinggi orientasi tugas atlet terhadap olahraga, maka semakin tinggi pula tingkat kedisiplinannya. Sementara itu, motivasi juga terbukti berperan penting, baik dalam meningkatkan orientasi terhadap olahraga maupun dalam membentuk sikap disiplin yang konsisten.

### Pembahasan

Sebelum melakukan analisis korelasi, dilakukan uji prasyarat berupa uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Hasil menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk ketiga variabel yaitu motivasi ( $p = 0.200$ ), orientasi olahraga ( $p = 0.130$ ), dan disiplin ( $p = 0.200$ ), seluruhnya berada di atas tingkat signifikansi 0.05. Dengan demikian, data dari masing-masing variabel berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis parametris. Hal ini sejalan dengan rekomendasi dari (Ghozali, 2016), yang menyatakan bahwa uji normalitas merupakan syarat penting dalam pendekatan statistik parametrik seperti *Pearson Product Moment*.

Analisis korelasi Pearson digunakan untuk menguji hubungan antar variabel motivasi, orientasi olahraga, dan disiplin atlet sepak takraw. Hasil pengujian menunjukkan bahwa semua hubungan memiliki nilai signifikansi di bawah 0.05, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik. Hubungan antara motivasi dan orientasi olahraga memiliki nilai  $r = 0.534$  ( $p = 0.040$ ), yang mengindikasikan korelasi positif dengan kekuatan sedang. Demikian pula hubungan antara motivasi dan disiplin menunjukkan korelasi positif sedang ( $r = 0.578$ ,  $p = 0.024$ ). Sementara itu, korelasi paling kuat ditemukan antara orientasi olahraga dan

disiplin dengan nilai  $r = 0.647$  ( $p = 0.009$ ), yang tergolong kuat dan signifikan pada tingkat 0.01.

Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan orientasi terhadap olahraga dan motivasi intrinsik dapat berkontribusi pada terbentuknya sikap disiplin pada atlet. Temuan ini didukung oleh penelitian dari (Ginjar, 2019), yang menyatakan bahwa orientasi tugas dalam olahraga berkorelasi positif terhadap perilaku disiplin dan motivasi berlatih. Selain itu, teori *Self-Determination* dari (Ryan & Deci, 2020) juga menegaskan bahwa motivasi yang bersumber dari dalam diri individu akan memperkuat komitmen terhadap kegiatan yang dilakukan secara konsisten, termasuk disiplin dalam olahraga.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang saling menguatkan antara motivasi, orientasi olahraga, dan kedisiplinan atlet sepak takraw usia pelajar di bawah naungan PSTI Kendal. Analisis korelasi yang divisualisasikan melalui diagram batang memperlihatkan bahwa ketiga pasangan variabel memiliki hubungan yang positif dan signifikan secara statistik, meskipun dengan kekuatan korelasi yang bervariasi. Ketiga hubungan tersebut membentuk dasar yang kuat untuk memahami bagaimana aspek-aspek psikologis dapat saling berkaitan dan membentuk perilaku adaptif dalam konteks pembinaan olahraga usia dini.

Koefisien korelasi antara motivasi dan orientasi olahraga sebesar 0,534 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan adanya hubungan yang sedang namun bermakna antara kedua variabel. Hal ini menandakan bahwa ketika seorang atlet memiliki motivasi yang tinggi, baik berasal dari dorongan intrinsik maupun ekstrinsik, maka ia cenderung mengembangkan orientasi yang lebih positif terhadap aktivitas olahraga. Dalam praktiknya, atlet yang termotivasi cenderung lebih antusias menetapkan target personal, menikmati proses latihan, dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan kompetitif (Khusnul Anwar & Pratama, 2025). Hal ini mengimplikasikan bahwa membangun motivasi internal pada atlet muda dapat memperkuat orientasi mereka terhadap olahraga sebagai proses belajar yang berkelanjutan.

Lebih lanjut, hasil korelasi antara motivasi dan disiplin menunjukkan nilai sebesar 0,578 ( $p < 0,05$ ), yang juga mengindikasikan hubungan sedang namun signifikan. Motivasi dalam konteks ini berfungsi sebagai fondasi psikologis yang memengaruhi konsistensi dan komitmen atlet dalam menjalani latihan. Atlet yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih patuh terhadap jadwal latihan, berinisiatif memperbaiki performa, dan mampu menahan diri dari perilaku menyimpang. Hasil ini mendukung teori *Self-Determination* dari (Ryan & Deci, 2020), yang menyatakan bahwa individu yang termotivasi secara intrinsik akan menunjukkan perilaku yang lebih bertanggung jawab, otonom, dan tahan terhadap tekanan eksternal. Dalam konteks pelatihan atlet usia dini, hal ini menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan pelatihan yang mendukung otonomi, keterkaitan sosial, dan kompetensi sebagai prasyarat munculnya motivasi internal yang kuat.

Adapun korelasi tertinggi dalam penelitian ini tercatat antara orientasi olahraga dan disiplin, dengan nilai koefisien sebesar 0,647 ( $p < 0,01$ ), menunjukkan hubungan yang kuat dan signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat orientasi positif atlet terhadap olahraga, semakin besar pula tingkat kedisiplinan yang mereka tunjukkan dalam aktivitas keseharian sebagai atlet. Orientasi olahraga di sini mencakup cara atlet memaknai olahraga sebagai media pembentukan karakter, bukan sekadar kompetisi atau ajang meraih prestasi. Atlet yang memiliki orientasi tugas cenderung melihat latihan sebagai bagian penting dari proses pengembangan diri, sehingga mereka menunjukkan perilaku disiplin seperti ketekunan, keteraturan, dan kepatuhan terhadap arahan pelatih. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Kavussanu, 2021), yang menemukan bahwa orientasi tugas memiliki hubungan positif dengan perilaku prososial dan kerja keras dalam konteks olahraga, serta berkorelasi negatif dengan perilaku menyimpang.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada konteks kajiannya yang menasar atlet sepak takraw usia pelajar – suatu kelompok yang masih jarang dijadikan objek kajian psikologi olahraga secara khusus. Mayoritas penelitian terdahulu lebih banyak memfokuskan perhatian pada cabang olahraga yang lebih populer atau pada atlet tingkat universitas dan profesional. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini memberikan kontribusi terhadap literatur psikologi olahraga di Indonesia, khususnya dalam menguatkan pentingnya dimensi psikologis dalam pembinaan atlet muda. Sejalan dengan hasil penelitian (Ambarwati, 2021), motivasi dan disiplin merupakan elemen penting dalam menciptakan perilaku prestasi sejak dini, yang pada akhirnya akan bermuara pada performa kompetitif yang stabil dan berkelanjutan.

Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan bahwa pembinaan atlet tidak cukup hanya berfokus pada aspek teknik dan fisik semata, melainkan juga harus mempertimbangkan penguatan aspek psikologis seperti

motivasi dan orientasi olahraga. Pelatih, guru olahraga, dan pengurus klub sebaiknya menciptakan suasana pelatihan yang mampu membangkitkan semangat internal atlet, memberikan ruang untuk menetapkan tujuan pribadi, serta mengapresiasi proses dan usaha, bukan hanya hasil akhir. Intervensi berbasis psikologi olahraga seperti pelatihan goal setting, pembinaan mental, dan coaching berbasis nilai dapat menjadi strategi untuk memperkuat ketiga variabel tersebut secara terpadu.

#### 4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara motivasi, orientasi olahraga, dan kedisiplinan atlet sepak takraw usia pelajar di bawah naungan PSTI Kendal. Uji normalitas menunjukkan bahwa ketiga variabel berdistribusi normal, sehingga layak dianalisis dengan pendekatan korelasi parametrik. Hasil analisis korelasi *Pearson* mengungkapkan bahwa motivasi berhubungan secara signifikan dengan orientasi olahraga ( $r = 0.534$ ) dan disiplin ( $r = 0.578$ ), sedangkan hubungan paling kuat ditemukan antara orientasi olahraga dan disiplin ( $r = 0.647$ ). Temuan ini memperkuat teori-teori psikologi olahraga seperti orientasi tugas dan teori *Self-Determination*, yang menekankan pentingnya motivasi intrinsik dan makna olahraga dalam membentuk perilaku adaptif. Kebaruan dari studi ini terletak pada pemilihan subjek, yaitu atlet sepak takraw usia pelajar—kelompok yang masih jarang dijadikan fokus penelitian psikologis. Dengan demikian, hasil ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman peran variabel psikologis dalam pembinaan atlet muda di cabang olahraga minoritas. Penelitian ini menegaskan bahwa pembinaan karakter melalui orientasi positif terhadap olahraga serta peningkatan motivasi dapat menjadi strategi efektif dalam membentuk sikap disiplin yang berkelanjutan.

#### Daftar Pustaka

- Adela, H., & Maselena, A. (2017). Sistem Pendukung Keputusan Dalam Pemilihan Anggota Penari Dengan Simple Additive Weighting (SAW). [www.stmikpringsewu.ac.id](http://www.stmikpringsewu.ac.id)
- Ambarwati, I. (2021). Minat Dan Motivasi Siswa Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri 2 Jungsemi. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(2), 708–716. <https://doi.org/10.15294/inapes.v2i2.49441>
- Aurana Zahro El Hasbi, P. A. & D. N. Hidayati. (2023). Analisis Hubungan Antara Motivasi, Self-Efficacy, dan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 65–72. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.754>
- Beckmann, J., & Kossak, T. (2018). Motivation and Volition in Sports. In *Motivation and Action* (pp. 853–889). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-65094-4\\_20](https://doi.org/10.1007/978-3-319-65094-4_20)
- Fatih Kucukibis, H., & Gul, M. (2019). Study on Sports High School Students' Motivation Levels in Sports by Some Variables. *Universal Journal of Educational Research*, 7(3), 839–847. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070325>
- Ghozali, I. (2016). Aplikasi Analisis Multivariate SPSS 23. [https://www.researchgate.net/publication/301199668\\_Aplikasi\\_Analisis\\_Multivariate\\_SPSS\\_23](https://www.researchgate.net/publication/301199668_Aplikasi_Analisis_Multivariate_SPSS_23)
- Ginanjar, A. (2019). Validasi Instrumen Sport orientation Questionnaire Untuk Mahasiswa. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 20. <https://doi.org/10.25157/jkor.v5i2.2940>
- Hiver, P., & Dao, P. (2025). The impact of task motivation on learners' attention to form and subsequent learning in interactive tasks. *System*, 129, 103609. <https://doi.org/10.1016/j.system.2025.103609>
- Jowett, S. (2025). 25 years of relationship research in sport: The quality of the coach-athlete relationship as defined by Closeness, Commitment, Complementarity and Co-orientation (3+1Cs Model). *Psychology of Sport and Exercise*, 80, 102909. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102909>
- Kavassanu, M. & R. G. C. (2021). Moral functioning in sport: An achievement goal perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 23(1).
- Khusnul Anwar, M., & Pratama, D. S. (2025). Inspirasi Edukatif: Jurnal Pembelajaran Aktif Survei Minat Belajar Terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMK N 3 Semarang (Vol. 6, Issue 1).

<https://ejournals.com/ojs/index.php/>

- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329–341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
- Purwaditia, A., Widodo Suropto Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, A., & Ilmu Keolahragaan, F. (2017). Pengaruh Metode Latihan Pliometrik Terhadap Power Tekong Pada Atlit Putri Sepak Takraw. In *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* (Vol. 6, Issue 1). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Simanihuruk, S. E., Wijaya, M. A., & Spyawanati, L. P. (2022). Tingkat Kedisiplinan Atlet Rugby dan Cricket Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. *JURNAL PENJAKORA*, 9(1). <https://doi.org/10.23887/penjakora.v9i1.46509>
- Suryadi. (2020). Pengaruh Kegiatan Intrakurikuler Dan Budaya Sekolah Terhadap Kedisiplinan Siswa SMP Negeri 1 Raman Utara. <https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/3499/>