

Upaya meningkatkan motivasi berprestasi atlet sepakbola amputasi menggunakan modul goal setting

Efforts to enhance the achievement motivation of amputee football athletes using the goal-setting module

Eka Kurnia Darisman^{*1}, Mulyono¹, Moh. Hanafi¹, Gatot Margisal Utomo¹,
Agatha Candrika¹, Wahyu Indar Pramuji¹, Salsabila Maghfira¹

¹Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Adi Buana, Surabaya, Indonesia

*Corresponding Author

Abstrak

Latar Belakang Masalah: *Goal setting* atau penetapan tujuan adalah teknik psikologis yang dirancang untuk membantu individu menetapkan tujuan spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu (SMART). **Tujuan Penelitian:** Penerapan modul *goal setting* bagi atlet berkebutuhan khusus diharapkan dapat meningkatkan fokus, kedisiplinan, dan keinginan mereka untuk terus berprestasi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain eksperimen. Dalam desain ini, kelompok atlet akan diberikan perlakuan, yakni menggunakan modul *goal setting*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola berkebutuhan khusus di klub PERSAS (Persatuan Sepakbola Amputasi Surabaya) sejumlah 12 orang. **Hasil:** Secara keseluruhan, kemampuan atlet dalam menetapkan tujuan jangka pendek menunjukkan respons yang baik. Pada akhir periode, 6 atlet (50%) mampu menetapkan lebih dari lima tujuan jangka pendek, 3 atlet (25%) mampu menetapkan 3-4 tujuan, 2 atlet (16%) menetapkan dua tujuan, dan 1 atlet lainnya (9%) hanya mampu menetapkan satu tujuan jangka pendek. Data menunjukkan bahwa atlet yang berpengalaman baik dari segi prestasi dan usia lebih memiliki kemampuan untuk menentukan banyaknya tujuan yang ingin dicapai. **Kesimpulan:** Dalam Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pendampingan dalam proses penetapan tujuan mampu meningkatkan orientasi ego dan tugas serta strategi penetapan tujuan atlet sepakbola amputasi PERSAS Surabaya. Kemampuan menetapkan tujuan ini berdampak positif pada peningkatan persistensi, motivasi, dan rasa percaya diri para atlet.

Kata Kunci: Motivasi Berprestasi; *Goal Setting*; Atlet; Sepakbola Amputasi.

Abstract

Research Problems: Goal setting is a psychological technique designed to help individuals establish specific, measurable, attainable, relevant, and time-bound (SMART) goals. **Research Objectives:** Implementing the goal-setting module for athletes with special needs is expected to enhance their focus, discipline, and drive to excel. **Methods:** This study employs an experimental design. In this design, a group of athletes is given treatment by using a goal-setting module. The population and sample of this study consist of 12 special needs football athletes from the PERSAS (Persatuan Sepakbola Amputasi Surabaya) club. **Results:** Overall, the athletes' ability to set short-term goals showed a positive response. By the end of the period, 6 athletes (50%) were able to set more than five short-term goals, 3 athletes (25%) set 3-4 goals, 2 athletes (16%) set two goals, and 1 athlete (9%) managed to set only one short-term goal. The data indicate that athletes with more experience in terms of achievements and age tend to have a greater ability to determine multiple goals they wish to achieve. **Conclusion:** This study concludes that guidance in the goal-setting process significantly improves the ego and task orientation, as well as the goal-setting strategies, of PERSAS Surabaya amputee football athletes. This ability to set goals positively impacts their persistence, motivation, and self-confidence.

Keywords: Achievement Motivation; Goal Setting; Athlete; Football Amputee.

Dikirim: 24 November 2025; Direvisi: 8 Februari 2025; Diterima: 9 Februari 2025

 <http://dx.doi.org/10.55379/sjs.v4i2.11>

Corresponding author: Eka Kurnia Darisman, Jalan Dukuh Menanggal XII Surabaya
Email: ekakurniadarisman@unipasby.ac.id

PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas memiliki hak yang sama untuk meraih status tertentu dalam masyarakat. Namun, perbedaan kondisi yang mereka alami dapat memengaruhi pencapaian tingkat status yang dapat diraih. Salah satu profesi yang menuntut kemampuan, bakat, dan dedikasi waktu yang besar untuk mencapai prestasi adalah profesi sebagai atlet ([Purbaningrum & Wulandari, 2015](#); [Maksum & Indahwati, 2023](#)). Menjadi atlet berprestasi memerlukan waktu dan usaha yang signifikan. Atlet harus berupaya keras untuk memenuhi berbagai tuntutan, termasuk memenangkan kompetisi serta mencapai target dan tujuan yang telah ditetapkan oleh klub, tim, atau daerah yang mereka wakili. Mereka dihadapkan dengan latihan yang intensif dan terus-menerus, hal ini akan memberikan dampak bagi mereka. Salah satu cabang olahraga yang sangat dikenal di Indonesia, adalah sepakbola.

Sepakbola bagi disabilitas memberikan berbagai manfaat, diantaranya adalah membantu meningkatkan kebugaran, kekuatan otot serta koordinasi gerakan. Kemudian dapat membantu membangun rasa percaya diri, mengurangi stress dan meningkatkan motivasi. Dari sisi interaksi sosial, sepak bola dapat membantu mereka untuk membangun solidaritas antar penyandang disabilitas. Dan yang terakhir dapat memberikan kesempatan bagi atlet untuk berkompetisi di tingkat nasional maupun internasional.

Motivasi yang tinggi memberikan berbagai manfaat bagi atlet sepakbola amputasi. Meskipun menurut ([Setyaningrum, 2018](#)), memotivasi disabilitas untuk menjadi seorang atlet bukanlah hal yang mudah. Dibutuhkan kesabaran, terlebih lagi dalam membina atlet yang dahulu pernah hidup dijalanan, maupun atlet yang kecacatannya bukan sejak lahir, melainkan akibat dari kecelakaan. Banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan seorang atlet normal maupun atlet disabilitas dalam usaha untuk meraih prestasi yang maksimal.

Dengan motivasi yang kuat, atlet dapat lebih percaya pada kemampuan diri mereka meskipun memiliki keterbatasan fisik. Kepercayaan diri ini penting untuk menghadapi tantangan dalam latihan maupun pertandingan. Selain itu, atlet sepakbola amputasi sering menghadapi hambatan fisik dan mental, seperti rasa frustrasi, kelelahan, atau tekanan dari lingkungan sekitar. Motivasi membantu mereka tetap gigih dalam menghadapi rintangan dan mengembangkan daya juang yang tinggi.

Atlet yang termotivasi akan lebih disiplin dalam menjalani latihan, sehingga dapat meningkatkan performa dan keterampilan teknis dalam permainan. Dengan motivasi yang tinggi, atlet akan lebih fokus dalam mengembangkan kemampuan mereka, yang pada akhirnya dapat meningkatkan prestasi mereka dalam kompetisi. Motivasi tidak hanya berdampak pada performa di lapangan, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis atlet. Dengan semangat yang tinggi, mereka lebih mampu menikmati olahraga dan menjalani hidup dengan lebih optimis.

Motivasi berprestasi pada atlet berkebutuhan khusus sering kali menghadapi tantangan seperti stigma sosial, keterbatasan akses terhadap fasilitas pelatihan yang memadai, dan pendekatan pelatihan yang kurang spesifik (Darisman et al., 2016). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang terstruktur dan efektif untuk membantu mereka menetapkan tujuan, memelihara semangat, dan meningkatkan performa (Wati & Jannah, 2020). Salah satu metode yang terbukti efektif adalah dengan menggunakan modul *goal setting*.

Goal setting atau penetapan tujuan adalah teknik psikologis yang dirancang untuk membantu individu menetapkan tujuan spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu (SMART). Modul ini dapat membantu atlet berkebutuhan khusus memahami langkah-langkah konkret yang perlu diambil untuk mencapai tujuan mereka, sehingga mereka merasa lebih termotivasi dan percaya diri. *Goal setting* berfungsi sebagai pemandu bagi atlet untuk meningkatkan performa mereka secara bertahap

Goal setting memiliki peran penting dalam meningkatkan motivasi atlet sepak bola amputasi. Dengan memiliki tujuan yang jelas, atlet lebih mudah

mengarahkan perhatian mereka pada aspek-aspek yang perlu ditingkatkan dalam latihan maupun pertandingan. Dapat menumbuhkan rasa percaya diri. Saat atlet mencapai target kecil yang telah mereka tetapkan, kepercayaan diri mereka meningkat, sehingga semakin termotivasi untuk mencapai target yang lebih besar.

Tujuan yang terstruktur membuat atlet lebih disiplin dalam berlatih, karena mereka tahu bahwa setiap sesi latihan membawa mereka lebih dekat ke tujuan yang ingin dicapai. Dengan adanya target yang menantang, atlet terdorong untuk terus berusaha lebih baik dan meningkatkan performa mereka dalam kompetisi. Penerapan modul *goal setting* bagi atlet berkebutuhan khusus diharapkan dapat meningkatkan fokus, kedisiplinan, dan keinginan mereka untuk terus berprestasi. Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana modul ini dapat menjadi solusi strategis dalam mendukung motivasi dan kinerja atlet sepak bola berkebutuhan khusus.

Bagi atlet yang melakukan aktivitas latihan secara rutin, intensif dan terus-menerus dapat menimbulkan permasalahan lainnya, yakni *burnout* (kejenuhan) hingga menurunnya tingkat motivasi berprestasi atlet (Darisman et al., 2021). Ditambah lagi dari munculnya komentar atau pandangan negatif terhadap mereka yang memiliki kebutuhan khusus ini. Tujuan yang sudah menjadi target di awal, bisa jadi akan semakin memudar bahkan menghilang. Mereka akan kehilangan arah, merasa tidak memiliki lagi target, serta melakukan program latihan dengan seadanya tanpa motivasi. Salah satu hal yang bisa dilakukan agar motivasinya tetap terjaga adalah dengan memanfaatkan modul *goal setting* (Locke & Latham, 2002).

Modul *goal setting* sendiri adalah panduan atau alat yang digunakan untuk membantu individu atau kelompok dalam menetapkan, merencanakan, dan mencapai tujuan tertentu. Modul ini dirancang untuk memfasilitasi proses penetapan tujuan secara sistematis, sehingga individu dapat memiliki arah yang jelas dalam mencapai target yang diinginkan. *Goal setting* sendiri merupakan salah satu strategi motivasi yang terbukti efektif dalam meningkatkan kinerja, baik dalam bidang olahraga, pendidikan, maupun kehidupan sehari-hari (Prasetyo et al., 2022).

Modul *goal setting* atau penetapan tujuan telah lama dikenal sebagai salah satu strategi efektif untuk meningkatkan motivasi dan kinerja, baik di bidang olahraga maupun kehidupan sehari-hari (Abu-Za'rour et al., 2016). Strategi ini melibatkan perumusan tujuan yang jelas, spesifik, realistis, dan terukur, yang bertujuan untuk memandu atlet dalam mencapai prestasi yang lebih tinggi (Maksum & Indahwati, 2023). Dalam konteks atlet berkebutuhan khusus, penerapan modul *goal setting* tidak hanya memberikan arahan yang lebih terstruktur, tetapi juga dapat meningkatkan rasa percaya diri, karena setiap pencapaian yang diraih, sekecil apapun, memberikan dorongan untuk terus maju (Marheni et al., 2019). Sebagian besar penelitian tentang *goal setting* dalam olahraga berfokus pada atlet non-disabilitas. Penelitian ini menawarkan pendekatan yang lebih inklusif, dengan mempertimbangkan tantangan unik yang dihadapi oleh atlet sepakbola amputasi, seperti keterbatasan mobilitas dan adaptasi teknik bermain.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *one group pretes-postest design*. Desain ini dipilih untuk mengamati efek penerapan modul *goal setting* terhadap motivasi berprestasi atlet sepak bola berkebutuhan khusus, khususnya atlet sepakbola amputasi. Dalam desain ini, kelompok atlet akan diberikan perlakuan, yakni menggunakan modul *goal setting*.

Partisipan

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola berkebutuhan khusus (amputasi) di klub PERSAS (Persatuan Sepakbola Amputasi Surabaya) sejumlah 12 orang.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner dan modul *goal setting*. Berdasar Hermans (1970) kuesioner ini akan mengukur tingkat motivasi berprestasi atlet sebelum dan setelah intervensi. Untuk modul *goal setting* disusun berdasarkan prinsip *SMART goals* (*Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound*) dan akan diberikan dalam bentuk

panduan dan lembar kerja yang harus diisi oleh atlet untuk menetapkan dan memonitor kemajuan tujuan individu mereka.

Analisis Data

Dalam pelaksanaan penelitian ini dibagi menjadi empat sesi (Prasetyo et al., 2023).



Gambar 1. Penerapan modul goal setting

Sesi pertama, berfokus pada pengenalan dan pemahaman konsep *goal setting* oleh peserta. Tujuan dari sesi ini adalah agar peserta memahami dasar-dasar *goal setting*, termasuk manfaatnya, serta bagaimana konsep tersebut dapat memunculkan motivasi berprestasi dalam diri mereka. Metode yang digunakan meliputi ceramah (*lecturing*) dan diskusi.

Kemudian sesi kedua menjelaskan dua aspek penting dari *goal setting*, yaitu kejelasan (*clarity*) dan tantangan (*challenging*). Tujuan sesi ini adalah agar peserta mampu merumuskan tujuan yang spesifik dan sesuai dengan kemampuan berdasarkan harapan yang dimiliki, dan menerapkan aspek kejelasan dan tantangan pada tujuan lainnya.

Sesi ketiga, menggunakan metode permainan untuk menerapkan aspek tantangan dan kompleksitas tugas yang telah dipelajari pada sesi sebelumnya. Peserta diharapkan dapat bekerja sama dalam menyelesaikan permainan, sehingga meningkatkan keyakinan diri mereka terhadap kemampuan mencapai tujuan (*goal self-efficacy*), baik secara individu maupun kelompok. Metode yang digunakan dalam sesi ini meliputi permainan, presentasi individu, dan pemberian umpan balik. Sesi keempat, “*I Can Commit Myself*”, bertujuan untuk membantu peserta memahami pentingnya komitmen terhadap tujuan yang telah ditetapkan. Peserta juga diajarkan tentang pentingnya umpan balik dan cara yang tepat untuk menerimanya agar tetap berada pada jalur yang mendukung perkembangan prestasi (Locke & Latham, 2002). Metode yang digunakan dalam sesi ini adalah diskusi kelompok dan pemberian umpan balik.

HASIL

Pada Hasil penelitian dirumuskan berdasarkan tahapan yang telah dilaksanakan. Penelitian ini melibatkan tiga langkah utama, yaitu pembinaan hubungan, asesmen masalah, dan penetapan tujuan. Langkah pertama adalah pembinaan hubungan. Pada tahap ini, atlet menunjukkan sikap yang terbuka dan bersedia menerima proses pendampingan yang telah dirancang oleh peneliti. Kemudian untuk langkah kedua adalah asesmen motivasi berprestasi mereka. Hasil pretest sebelum diberikan perlakuan menunjukkan bahwa rata-rata motivasi berprestasi atlet sepakbola amputasi adalah 3,47, dengan skor terendah 2,6 dan tertinggi 4,8. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa rata-rata motivasi berprestasi atlet sepakbola amputasi berada pada kategori sedang. Secara individu, ditemukan tiga atlet yang motivasi berprestasinya masih berada pada kategori rendah.

Hasil *posttest* setelah diberi perlakuan menunjukkan bahwa rata-rata orientasi ego atlet berada pada angka 4,54, dengan skor terendah 3,8 dan tertinggi 4,5. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa rata-rata motivasi berprestasi atlet sepakbola amputasi berada pada kategori tinggi. Secara umum, atlet sepakbola amputasi ini setelah diberi perlakuan menunjukkan hasil yang positif. Pada akhir periode perlakuan dengan menggunakan goal setting, 3 atlet (25%) berada pada kategori sangat tinggi, 6 atlet (50%) berada pada kategori tinggi, 2 atlet (16%) berada pada kategori sedang, dan hanya 1 atlet (9%) yang berada pada kategori rendah.

PEMBAHASAN

Data menunjukkan bahwa atlet yang memiliki lebih banyak pengalaman, baik dari sisi prestasi maupun usia, cenderung lebih mampu menetapkan sejumlah tujuan yang ingin dicapai. Orientasi ego dan tugas berkaitan erat dengan sikap seseorang dalam mencapai tujuan serta cara mereka mencapainya (Mulya, 2021). Berdasarkan hasil penelitian terhadap atlet sepakbola amputasi dari klub PERSAS Surabaya, rata-rata orientasi ego mereka masih berada di bawah orientasi tugas. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar atlet belum sepenuhnya mampu menentukan dan

mengarahkan tujuan secara mandiri, dan cenderung lebih bergantung pada instruksi dari pelatih atau institusi. Pemahaman individu atlet terhadap tujuan yang ingin mereka capai masih kurang jelas.

[Locke & Latham \(2002\)](#) menyatakan bahwa tujuan atau *goals* adalah sesuatu yang ingin dicapai oleh individu, sasaran atau hasil dari suatu tindakan. Dengan kata lain, *goals* merupakan target yang diupayakan melalui usaha tertentu. Setelah dilakukan pendampingan, terjadi peningkatan yang signifikan pada orientasi ego dan tugas atlet, hingga keduanya mencapai keseimbangan. Atlet dengan keseimbangan antara orientasi ego dan tugas cenderung lebih bertanggung jawab terhadap pencapaian tujuan mereka. Selain itu, peningkatan ini juga mencerminkan bertambahnya rasa percaya diri atlet, yang pada akhirnya berkontribusi dalam mengurangi tingkat kecemasan mereka ([Khan et al., 2011](#)).

Kemampuan atlet sepakbola amputasi dari PERSAS Surabaya dalam menetapkan tujuan menunjukkan kemajuan signifikan setelah pendampingan. Hal ini merupakan indikasi positif, karena kemampuan menetapkan tujuan adalah langkah awal dalam membangun motivasi. Dalam pembinaan olahraga, stabilitas dan peningkatan motivasi merupakan aspek psikologis yang perlu dijaga ([Anderson-Butcher et al., 2016](#)). Motivasi, yang berfungsi sebagai energi pendorong, menentukan tingkat persistensi dan antusiasme seorang atlet dalam menjalankan kegiatan. Motivasi dapat bersifat intrinsik (bersumber dari dalam diri) maupun ekstrinsik (dipengaruhi oleh lingkungan) ([Fajri et al., 2022](#)).

[Alamin \(2020\)](#) menyatakan bahwa motivasi individu dapat diukur melalui beberapa indikator, seperti durasi dan frekuensi kegiatan, persistensi, ketabahan, pengabdian, pengorbanan, tingkat aspirasi, dan kualitas hasil yang dicapai. Motivasi akan tetap terjaga jika atlet mampu menetapkan tujuan yang jelas melalui proses *goal setting*. Proses ini memungkinkan individu untuk merancang sasaran pribadi dengan nilai penting tertentu (*valence*), yang biasanya dilakukan atas inisiatif sendiri ([Sari, 2017](#)).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pendampingan dalam proses penetapan tujuan efektif dalam meningkatkan motivasi berprestasi, serta strategi penetapan tujuan para atlet sepakbola amputasi PERSAS Surabaya. Kemampuan dalam menetapkan tujuan memberikan dampak positif, terutama dalam meningkatkan ketekunan, motivasi, dan rasa percaya diri atlet.

KONTRIBUSI PENULIS

Eka Kurnia Darisman: Writing - Original Draft, Writing - Review & editing.

Mulyono: Methodology. **Moh. Hanafi:** Software and Writing - Original Draft.

Gatot Margisal Utomo: Writing - Original Draft, Validating. **Agatha**

Candrika: Validation, Writing - Review & Editing. **Wahyu Indar Pramuji:**

Validation. **Salsabila Maghfira:** Validation, Conceptualization.

DAFTAR PUSTAKA

Abu-Za'rour, M. M. K., & Al-Sa'aideh, M. A. (2016). Constructing A Scale For The Achievement Motivation In Learning Science At The Primary Stage Based On Atkinson Theory. *European Scientific Journal, ESJ*, 12(14), 329. <https://doi.org/10.19044/esj.2016.v12n14p329>

Alamin, A. S. (2020). *Motivasi Berprestasi Atlet Atletik Training Center Khusus Pengurus Provinsi Persatuan Atletik Seluruh Indonesia Jawa Timur* [Universitas Negeri Surabaya]. <https://digilib.unesa.ac.id/detail/ODVjMzBmZjAtMjg5OC0xMWVlLWFkN2MtOTcwZTlkOWM5YTc0>

Anderson-Butcher, D., Riley, A., Iachini, A., Wade-Mdivanian, R., Davis, J., & Reynolds, J. (2016). Sport and Youth Development. In *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 1–16). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-32132-5_372-2

Darisman, E. K., Maksum, A., & Priambodo, A. (2021). The Burnout Level of Beginner Athlete. *International Journal of Sport, Exercise and Health Research*, 5(1), 17–20. <https://doi.org/10.31254/sportmed.5105>

Darisman, E. K. & Muhyi, M. (2020). Pengaruh Percaya Diri Terhadap Menurunnya Tingkat Kecemasan Menghadapi Pertandingan Tim Bolabasket Putri Unipa Surabaya. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(1), 20–24. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i1.767>

Darisman, E. K., & Suharti, S. (2019). Pengaruh Pola Pelatih Kooperatif Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Bola Basket Putri Sma 17 Agustus 1945 Surabaya. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 13(2), 118–127.

<https://doi.org/10.21831/jorpres.v13i2.25105>

- Fajri, A., W., Setyawati, H., Rahayu, T., Wira, D., Kusuma, Y., Rafikoh, R., Rohmah, I., & Chen, C.-W. (2022). Self-Efficacy, Self-Confidence, Achievement Motivation, and Its Relationship Towards Competitive Anxiety. *Journal of Physical Education and Sports*, 11(4), 426–434. <https://doi.org/10.15294/jpes.v11i4.68347>
- Hermans, H. J. (1970). A questionnaire measure of achievement motivation. *Journal of Applied Psychology*, 54(4), 353–363. <https://doi.org/10.1037/h0029675>
- Khan, Z., Haider, Z., Ahmad Mumtaz, N., College, P. G., & Khan, S. (2011). Sports Achievement Motivation and Sports Competition Anxiety: A Relationship Study. *Journal of Education and Practice*, 2(4), 2222–1735. www.iiste.org
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705–717. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705>
- Maksum, A., & Indahwati, N. (2023). Personality traits, environment, and career stages of top athletes: An evidence from outstanding badminton players of Indonesia. *Heliyon*, 9(3), e13779. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e13779>
- Marheni, E., Purnomo, E., & Intan Cahyani, F. (2019). The Role of Motivation in Increasing Achievement: Perspective Sports Psychology. *Proceedings of the 2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (2nd ICSSH 2018)*. <https://doi.org/10.2991/icssh-18.2019.14>
- Mulya, G. (2021). Pengaruh Motivasi, Anxiety Dan Self Efficacy Terhadap Prestasi Mahasiswa Dalam Mata Kuliah Tennis. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 13(3), 2511–2518. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i3.1222>
- Nurfani, N., Rahayu, S., & Priyono, B. (2022). The Relationship of Anxiety, Confidence, and Motivation to the Performance of Volleyball Referees: A Correlation Study. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 7(2), 455–466. <https://doi.org/10.33222/juara.v7i2.2038>
- Prasetyo, R., Bayu, W. I., & Darisman, E. K. (2022). Psychological characteristics of athletes in regional training center. *Journal Sport Area*, 7(2), 310–319. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(2\).7323](https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(2).7323)
- Prasetyo, G. B., Setyawan, R. Hendrawan, K. T., Pradana, R. W., Andrianto, J. R. (2023). *Pelatihan Goal Setting Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Pada Atlet Bola Voli Kab. Jombang*. 4(1), 88–100. <https://gembirapkm.my.id/index.php/jurnal/article/view/367>
- Purbaningrum, A., & Wulandari, F. Y. (2021). Peran Pelatih Dalam Membentuk Karakter Atlet Atletik TPC-t Kota Kediri untuk Menunjang

Prestasi. *E-Journal Universitas Negeri Surabaya*, 151–157.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/42182>

Sari, I. (2017). Achievement Motivation in Sports Context. *Sakarya University of Applied Sciences*.

Setyaningrum, M. L. (2018). Motivasi Berprestasi Pada Atlet Penyandang Tunadaksa yang Mengikuti Paralympic. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4656>

Smith, B., & Sparkes, A. C. (2015). Disability, Sport and Physical Activity. In *Routledge Handbook of Disability Studies*. <https://doi.org/10.4324/9780203144114.ch25>

Wati, K. A., & Jannah, M. (2021). Hubungan Antara Kejenuhan dengan Motivasi Berprestasi Pada Atlet Sepak Bola. *Jurnal Psikologi*, 08(03), 126–136. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41205>