

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DAN MOTIVASI TERHADAP PEAK PERFORMANCE PADA ATLET BOLA BASKET DI KABUPATEN JOMBANG

Amelia Lestari

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

amelia.18079@mhs.unesa.ac.id

Ratna Candra Dewi

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

ratnadewi@unesa.ac.id

Abstrak

Kepercayaan diri dan motivasi merupakan aspek psikologis utama yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja atau performa puncak dan kunci kesuksesan dalam olahraga. Orang dengan kepercayaan diri dan motivasi yang tinggi memiliki harapan yang realistis serta percaya pada kemampuan sendiri. Disisi lain, orang yang tidak percaya diri dan memiliki motivasi rendah cenderung menghindari risiko dan takut gagal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dan motivasi terhadap *peak performance* atlet bola basket di Kabupaten Jombang. Penelitian ini merupakan *cross-sectional study* dan menggunakan teknik *total sampling* dalam pengambilan sampel. Subjek penelitian sebanyak 51 atlet bola basket putra maupun putri. Pengumpulan data melalui penyebaran angket berupa *google form* dan disebar secara *online* maupun *offline*. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* dengan bantuan *Statistical Program for Social Sciences* (SPSS) versi 20 dan tingkat signifikansi (*p value*) $< 0,05$. Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* diperoleh hasil nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,511 dan 0,544, sehingga dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri dan motivasi berpengaruh signifikan dan memiliki hubungan yang positif terhadap *peak performance* atlet bola basket di Kabupaten Jombang. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk atlet dalam berlatih maupun pemberian program oleh pelatih dalam latihan psikologis atau mental, sehingga atlet diharapkan percaya diri dan memiliki motivasi dalam mencapai prestasi.

Kata kunci: kepercayaan diri, motivasi, *peak performance*, bola basket, psikologi olahraga.

Abstract

*Self-confidence and motivation are the main psychological aspects that aim to improve performance or peak performance and are the key to success in sports. People with high self-confidence and high motivation have realistic expectations and believe in their own abilities. On the other hand, people who are not confident and have low motivation tend to avoid risk and fear failure. The purpose of this study was to determine the relationship between self-confidence and motivation to the peak performance of basketball athletes in Jombang Regency. This research is a cross-sectional study and uses a total sampling technique in sampling. The research subjects were 51 male and female basketball athletes. Collecting data through the distribution of questionnaires in the form of google forms and distributed online and offline. Data analysis techniques using correlation test Spearman Rank with the help of the Statistical Program for Social Sciences (SPSS) version 20 and the significance level (*p value*) < 0.05 . Based on the Spearman rank, the results obtained a significance value of $0.000 < 0.05$ and a correlation coefficient of 0.511 and 0.544, so it can be concluded that self-confidence and motivation have a significant and positive relationship to the peak performance of basketball athletes in Jombang Regency. The results of this study can be used as a basis for athletes in training and providing programs by coaches in psychological or mental training, so athletes are expected to be confident and have motivation in achieving achievements.*

Keyword: Self-confidence, motivation, *peak performance*, basketball, sport psychology.

PENDAHULUAN

Cabang olahraga prestasi di Indonesia salah satunya adalah olahraga bola basket. Dalam olahraga prestasi, seorang atlet harus memiliki kemampuan yang maksimal dari aspek fisik, teknik, taktik, maupun mental. Hal ini juga didukung oleh pernyataan Adisasmito (2007) bahwa faktor-faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan atlet mencapai prestasi meliputi faktor fisik, teknis, dan psikologis. Kemampuan mental yang dimaksud termasuk ke dalam faktor psikologis. Psikologi olahraga sebagai aspek psikologis perilaku olahraga juga merupakan salah satu bidang di mana banyak penelitian dilakukan dan hasil akademik bidang ini dievaluasi oleh pelatih olahraga untuk digunakan dalam tim olahraga (I. Sari et al., 2015). Keberhasilan prestasi atlet bola basket merupakan hasil kombinasi dari kemampuan fisik dan mental. Menurut Pandini (2021), faktor psikologis memerlukan perlakuan khusus agar dapat mencapai hasil yang setinggi-tingginya. Aspek psikologis yang harus diperhatikan untuk mencapai *peak performance* adalah kepercayaan diri dan motivasi.

Performa (*performance*) merupakan kinerja seseorang untuk melakukan suatu bentuk tindakan. *Peak Performance* atau puncak performa menurut Satiadarma (2000) adalah penampilan terbaik yang diraih oleh seorang atlet. Penampilan terbaik yang dimaksud adalah ketika atlet sudah tidak membuat kesalahan dalam performanya, sedangkan Faturochman (2016) menyatakan puncak performa atlet merupakan suatu keadaan di mana pikiran dan otot bekerja sama, baik mental maupun fisik, sehingga penampilan atlet dapat meningkatkan kemampuan normalnya. *Peak performance* bukan menjadi tolok ukur seorang atlet atau tim untuk memenangkan pertandingan dan memperoleh gelar juara. Satiadarma (2000) juga mengemukakan bahwa penampilan puncak tidak dapat ditentukan dengan perolehan juara yang dimiliki, dan seorang atlet yang memenangkan kejuaraan tidak bisa dikatakan bahwa atlet sedang berada pada keadaan *peak performance*. Organisasi pertandingan, kondisi atlet, strategi latihan dan pelatih merupakan faktor yang berpengaruh pada *peak performance* (Harsono, 2015). Kepercayaan diri yang tinggi dan kurangnya motivasi karena takut kalah saat bertanding merupakan faktor dalam diri atlet (*internal*) yang mempengaruhi penampilan puncak terkait dengan kondisi atlet.

Salah satu hal yang berpengaruh pada performa atlet adalah rasa percaya diri. Hal ini sependapat dengan ungkapan Kuloor & Kumar (2020) bahwa kepercayaan diri memegang peranan penting dalam keberhasilan seorang atlet, sebaliknya kurangnya kepercayaan diri sangat erat berhubungan dengan kegagalan atlet. Dengan demikian kepercayaan diri merupakan faktor penting yang membedakan atlet tersebut berhasil baik dari segi status mental maupun performa. Sin (2017) menyatakan bahwa kepercayaan diri dapat diartikan sebagai keadaan mental orang yang percaya pada diri sendiri untuk melakukan segala tindakan sebaik mungkin. Kepercayaan diri yang tinggi dapat membuat atlet melakukan performa seperti yang diharapkan (Satiadarma, 2000), sedangkan percaya diri menurut Mylsidayu (2015) yaitu keteguhan seseorang untuk menggapai tujuan yang telah ditargetkan. Kepercayaan diri ini merupakan aspek kepribadian yang dibentuk melalui latihan. Manfaat kepercayaan diri bagi atlet dalam persiapan latihan maupun kompetisi adalah kemampuan untuk mengontrol emosi positif, berkonsentrasi dengan cepat, mencapai tujuan atau target yang telah ditentukan (Muthiarani, 2020). Alwisol (2019) menyatakan bahwa sumber kepercayaan diri dapat berasal dari hasil yang dicapai, *role model*, bujukan verbal pelatih dan orang-orang yang berpengaruh bagi atlet, serta rangsangan emosional di mana atlet dapat mengendalikan persepsi atau pandangan. Faktor yang secara signifikan dapat mempengaruhi kepercayaan diri seorang atlet adalah berpikir positif. Jika mental atlet positif, atlet bisa menunjukkan permainan terbaiknya.

Faktor psikologis lain yang mendukung penampilan puncak adalah tingkat motivasi. Motivasi diartikan sebagai suatu penggerak atau dorongan untuk memenuhi sesuatu berdasarkan dengan target yang telah ditentukan. Pendapat Komarudin (2016), faktor dari dalam (*internal*) dan faktor dari luar (*eksternal*) yang menentukan perbuatan seseorang disebut motivasi. Jika seorang atlet hanya memiliki keterampilan dan kemampuan yang baik, tetapi kurang memiliki motivasi dan kemauan bermain yang tinggi, alhasil atlet akan mendapati kekalahan. Husdarta (2018) membagi motivasi menjadi dua kelompok, meliputi motivasi untuk berprestasi dan motivasi lain. Motivasi prestasi merupakan motivasi yang dibutuhkan atlet. Mylsidayu (2015) menjelaskan

bahwa faktor dari dalam yang mempengaruhi tingkat motivasi antara lain tingkat pendidikan, nilai dan harapan, perilaku atlet serta pengalaman, sedangkan faktor dari luar antara lain metode, fasilitas, program, dan lingkungan latihan.

Perkembangan olahraga bola basket di Kabupaten Jombang tak lepas dari program pembinaan dan pengembangan. Program pembinaan yang dilaksanakan adalah penyelenggaraan kejuaraan-kejuaraan di tingkat kabupaten atau kota, yang menjadi wadah untuk mendapatkan bibit-bibit atlet berprestasi dan mencetak pemain-pemain muda masa depan. Kejuaraan erat kaitannya dengan performa atlet. Namun faktanya selalu ada hasil pertandingan yang tidak sesuai harapan karena tidak tercapainya *peak performance*. Dengan adanya situasi pandemi covid-19 ini, program pembinaan seperti kejuaraan-kejuaraan di tingkat kabupaten atau kota jadi terhambat, sehingga dapat menyebabkan menurunnya kepercayaan diri serta motivasi atlet. Hal ini juga mempengaruhi capaian prestasi atlet bola basket Kabupaten Jombang yang masih berada pada peringkat ke-19 pada Pekan Olahraga Provinsi (Porprov). Masalah lain yang muncul adalah seperti pelatih pada umumnya, pelatih bola basket di Kabupaten Jombang hanya memperhatikan aspek kemampuan teknik dan fisik tetapi tidak memedulikan aspek mental yang juga sangat penting untuk meningkatkan penampilan seorang atlet. Pelatih tidak menghiraukan bahwa aspek psikologis juga penting untuk dilatih. Berdasarkan permasalahan di atas, perlunya diadakan penelitian tentang hubungan antara kepercayaan diri, motivasi, dan *peak performance* atlet bola basket di Kabupaten Jombang.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross-sectional study* yaitu penelitian observasional yang menganalisis data variabel yang dikumpulkan pada satu titik tertentu dalam seluruh populasi sampel untuk melihat satu variabel bebas sebagai fokus penelitian dan satu atau lebih variabel terikat (Lp2m, 2022). Subjek penelitian ini yaitu semua atlet bola basket putra maupun putri yang mengikuti seleksi porprov di Kabupaten Jombang yang berjumlah 51 atlet. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. *Total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2017). Data

dikumpulkan dengan melakukan wawancara dan pengamatan pada atlet kemudian menyebarkan kuesioner kepada responden secara *online* maupun langsung melalui *google form*.

Angket yang digunakan untuk kepercayaan diri sebagai variabel independen menggunakan angket yang diadopsi dari penelitian Amir (2015) terdiri dari 38 butir pernyataan. Angket motivasi sebagai variabel independen menggunakan angket yang diadopsi dari penelitian Mallett et al., (2007) terdiri dari 24 butir pernyataan. Angket *peak performance* sebagai variabel dependen menggunakan angket yang berdasar teori Garfield dan Bennet (1983) dalam Satiadarma (2000) yang terdiri dari 34 butir. Analisis ketiga kuesioner atau angket tersebut menggunakan skala *likert* dengan empat kemungkinan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Kemudian data diolah dan dianalisis menggunakan uji korelasi *rank spearman* dengan bantuan aplikasi *Statistical Program for Social Science* (SPSS) versi 20 untuk mengetahui hubungan antara ketiga variabel dengan tingkat signifikansi (*p value*) < 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik responden yang didapatkan dari angket yang diisi oleh responden berdasarkan jenis kelamin dan usia dijabarkan secara rinci pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		n = 51	
		n	%
Jenis Kelamin	Perempuan	34	66,7
	Laki-Laki	17	33,3
Usia	12-17 tahun	35	68,6
	18-23 tahun	16	31,4

Pada tabel 1 menunjukkan responden berjumlah 51 orang yang terdiri dari 34 atlet (66,7%) berjenis kelamin perempuan, dan 17 atlet (33,3%) berjenis kelamin laki-laki, sedangkan usia responden dalam rentang usia 12-17 tahun sebanyak 35 atlet (68,6%), dan usia 18-23 tahun sebanyak 16 atlet (31,4%).

Kategorisasi tiap variabel dijabarkan secara rinci pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Kepercayaan Diri, Motivasi, dan *Peak Performance*

Variabel	Frekuensi	Persen	Kategori
Kepercayaan Diri	19	37.3%	Sedang
	32	62.7%	Tinggi
Motivasi	11	21.6%	Sedang
	40	78.4%	Tinggi
Peak Performance	5	9.8%	Rendah
	43	84.3%	Sedang
	3	5.9%	Tinggi

Hasil kategorisasi pada tabel 2 untuk variabel kepercayaan diri menunjukkan 19 responden dengan presentase 37,3% termasuk dalam kategori sedang dan 32 responden dengan presentase 62,7% termasuk dalam kategori tinggi, sedangkan pada variabel motivasi 11 responden dengan presentase 21,6% termasuk dalam kategori sedang dan 40 responden dengan presentase 78,4% termasuk dalam kategori tinggi, serta pada variabel *peak performance* menunjukkan 5 responden dengan presentase 9,8% termasuk dalam kategori rendah, 43 responden dengan presentase 84,3% termasuk dalam kategori sedang, dan 3 responden dengan presentase 5,9% termasuk dalam kategori tinggi.

Tabel 3. Hubungan Kepercayaan Diri terhadap *Peak Performance*

n = 51		
Variabel	Correlation Coefficient	Sig.
Kepercayaan Diri Peak Performance	.511	.000

Tabel 2 didapatkan hasil nilai signifikansi untuk kepercayaan diri terhadap *peak performance* sejumlah 0,000 hingga dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,511 yang artinya kekuatan korelasi antara variabel kepercayaan diri dan *peak performance* itu kuat, dan angka koefisien korelasi menunjukkan nilai positif bahwa hubungan kedua variabel tersebut bersifat satu arah, sehingga didapatkan arti semakin tinggi tingkat kepercayaan diri alhasil *peak performance* juga akan meningkat atau tercapai.

Tabel 4. Hubungan Motivasi terhadap *Peak Performance*

n = 51		
Variabel	Correlation Coefficient	Sig.
Motivasi Peak Performance	.544	.000

Hasil tabel 3 diperoleh nilai signifikansi untuk motivasi terhadap *peak performance* sebesar 0,000, artinya terdapat hubungan yang signifikan atau berarti. Diperoleh hasil koefisien korelasi sejumlah 0,544 dan dapat dikatakan bahwa tingkat hubungan (korelasi) antara variabel motivasi dan *peak performance* adalah kuat. Angka koefisien korelasi memperlihatkan nilai positif sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat satu arah dan dapat diartikan jika motivasi atlet tinggi maka semakin meningkat atau tercapai *peak performance* atlet.

Pembahasan

Menurut hasil uji statistik di atas memperlihatkan bahwa adanya hubungan positif antara kepercayaan diri dan *peak performance* atlet bola basket di Kabupaten Jombang. Jika tingkat kepercayaan diri tinggi, maka *peak performance* juga tinggi. Sebaliknya jika seorang atlet mempunyai tingkat kepercayaan diri yang kurang alhasil *peak performance* juga menurun.

Pada penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Astriani (2010) yang dilakukan pada 470 atlet bola basket yaitu penelitian dilakukan pengujian empiris hubungan kepercayaan diri dengan penampilan puncak yang menghasilkan hubungan yang positif dan signifikan pada kedua variabel tersebut. Penelitian lain pada 128 atlet futsal remaja yang dilakukan oleh Pratama (2019) juga menunjukkan terdapat pengaruh positif yang signifikan antara kepercayaan diri dan penampilan puncak. Hal ini sejalan dengan pandangan Husdarta (2014) yang mengemukakan bahwa salah satu modal utama dalam meraih prestasi olahraga adalah memiliki kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat di atas, hubungan positif antara kedua variabel itu membuat atlet yang mempunyai tingkat kepercayaan diri tinggi akan cakap serta berkemauan keras dalam mencapai keberhasilan, sehingga atlet akan melakukan yang terbaik dan dapat mencapai puncak

performanya. Begitu juga seperti yang dijelaskan oleh Komarudin (2016), “Hubungan antara kepercayaan diri dengan *peak performance* yang signifikan dapat membantu atlet dalam mencapai prestasi”.

Penelitian variabel motivasi dan *peak performance* atlet bola basket di Kabupaten Jombang memperlihatkan hasil hubungan yang positif, berarti atlet dengan tingkat motivasi yang baik dapat menghasilkan *peak performance* yang baik pula. Senada dengan penelitian yang dilakukan Cucui & Cucui (2014), bahwa kunci untuk mencapai *peak performance* adalah memiliki motivasi tinggi. Semakin tinggi kualitas motivasi atlet maka semakin tinggi pula performa puncak atlet.

Meningkatnya performa atlet salah satunya dipengaruhi oleh tingkat motivasi yang maksimal. Penelitian Singh et al., (2017) diperoleh hasil bahwa atlet dengan motivasi dari dalam berusaha untuk menguasai keterampilannya dan menuntaskan tugasnya dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi dengan *peak performance* memiliki hubungan positif. Atlet dengan tingkat motivasi tinggi akan menghasilkan *peak performance* yang tinggi, sebaliknya apabila motivasi atlet rendah maka *peak performance* juga rendah.

Hasil uji korelasi *rank spearman* pada kepercayaan diri dan *peak performance* atlet basket di Kabupaten Jombang yaitu diperoleh nilai koefisien korelasi sebanyak 0,511 dengan signifikansi 0,000, sedangkan pada motivasi terhadap *peak performance* atlet didapatkan nilai koefisien korelasi sejumlah 0,544 dengan nilai signifikansi 0,000. Nilai signifikansi kedua variabel terhadap *peak performance* kurang dari 0,05 yang dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan dan positif antara ketiga variabel yaitu kepercayaan diri dan motivasi terhadap *peak performance* atlet bola basket di Kabupaten Jombang.

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan pandangan Kusuma (2014) bahwa kepercayaan diri secara efektif berkontribusi terhadap *peak performance* di mana tingkat kepercayaan diri yang tinggi pada atlet dapat menjadikan atlet tersebut mampu melakukan pekerjaannya lebih baik daripada atlet yang kurang memiliki kepercayaan diri. Namun, kepercayaan diri yang terlalu tinggi juga berbahaya. Hal ini didukung oleh hasil laporan Skinner et al., (2013) bahwa banyak situasi dimana atlet, tim, atau

staf pelatih tersandung dalam tingginya kepercayaan diri mereka yang mengakibatkan cedera maupun hambatan lain seperti tersedak dalam olahraga. Rasa percaya diri juga secara tidak langsung dapat meningkatkan kinerja seorang atlet karena terdapat hubungan dengan keterampilan mental lainnya, yaitu motivasi. Hal ini diperkuat oleh penelitian Alfian (2019) yang menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara motivasi olahraga dan kemampuan mental dengan performa puncak. Tingkat motivasi yang terlalu tinggi juga berbahaya. Motivasi yang dimiliki atlet harus dalam tingkat yang baik dan stabil sehingga performa puncak tercapai, sesuai dengan pernyataan Dragos (2014), bahwa tercapainya performa puncak merupakan kombinasi dari kemampuan dan keinginan yang kuat untuk menjadi lebih baik lagi, dimana keinginan yang kuat termasuk dalam motivasi dalam diri (internal). Jadi, dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri dan motivasi atlet yang baik akan berdampak pula pada tercapainya *peak performance*.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan hubungan positif antara ketiga variabel, yaitu kepercayaan diri dan motivasi dengan *peak performance*. Oleh karena itu, tingginya *peak performance* sejalan dengan tingginya kepercayaan diri dan motivasi. Jika tingkat kepercayaan diri dan motivasi baik, maka *peak performance* atlet juga tercapai. Untuk mencapai suatu prestasi dalam suatu pertandingan atau kompetisi tidak hanya memperhatikan aspek fisik dan teknik saja yang diperlukan, tetapi juga faktor mental dan psikologis harus diperhitungkan.

Saran

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar berlatih atlet maupun pemberian program oleh pelatih dalam latihan psikologis atau mental, sehingga harapannya agar lebih memahami bahwa faktor psikologis juga sangat penting untuk mencapai penampilan puncak atlet dalam menggapai keberhasilan khususnya untuk pelatih bola basket di Kabupaten Jombang dalam persiapan porprov agar lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Adisasmito, L. S. (2007). Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi. Rajagrafindo Persada.

- Alfan, Z. H. (2019). Hubungan Antara Motivasi Olahraga dan Ketangguhan Mental Terhadap Penampilan Puncak Pelari Di Komunitas Run Malang Run. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/15365>
- Alwisol. (2019). Psikologi Kepribadian. UMM Press.
- Amir, N. (2015). Instrument Development of Self-Confidence for Badminton Athletes. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 30(2), 101–110. <https://doi.org/10.24123/aipj.v30i2.539>
- Cucui, I. A., & Cucui, G. G. (2014). Motivation and its implications in sports performance. *Palestrica of the Third Millennium – Civilization and Sport*, 15(1), 67–72.
- Dragos, P. F. (2014). Study regarding the role of motivation in the sport performance activities. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 6(1), 48–55. <https://doi.org/10.2478/bjha-2014-0006>
- Faturochman, M. (2016). Pengaruh Kecemasan Bertanding Terhadap Peak Performance Pada Atlet Softball Universitas Negeri Yogyakarta. *Bimbingan Dan Konseling, Universitas Negeri Yogyakarta*, 71–79.
- Harsono. (2015). Periodeasasi Program Pelatihan. Remaja Rosdakarya.
- Husdarta. (2014). Psikologi Olahraga (3rd ed.). ALFABETA.
- Husdarta. (2018). Psikologi Olahraga (Riduwan (ed.); 4th ed.). ALFABETA.
- Komarudin. (2016). Psikologi Olahraga (4th ed.). PT Remaja Rosdakarya.
- Kuloor, H., & Kumar, A. (2020). Self-confidence and sports. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(4), 1–6. <https://doi.org/10.25215/0804.001>
- Kusuma, H. R. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Peak Performance Atlet Bulu Tangkis Usia Remaja di Pematang. <http://repository.ump.ac.id/id/eprint/6330>
- Lp2m, A. (2022). Mengenal Studi Cross-Sectional: Definisi Beserta Contohnya. <https://lp2m.uma.ac.id/2022/03/04/mengenal-studi-cross-sectional-definisi-beserta-contohnya/#>
- Mallett, C., Kawabata, M., Newcombe, P., Otero-Forero, A., & Jackson, S. (2007). Sport motivation scale-6 (SMS-6): A revised six-factor sport motivation scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 600–614. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.12.005>
- Muthiarani, A. (2020). Hubungan Kepercayaan Diri, Motivasi, Dan Kecemasan Dengan Peak Performance Atlet Bulutangkis Remaja Di Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Mylsidayu, A. (2015). Psikologi Olahraga. PT Bumi Aksara.
- Pandini, D. M. C. I. P. (2021). Kepercayaan Diri Atlet: a Literature Review. *SATRIA: Journal of Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis*, 4(1), 5–13.
- Pratama, M. I. (2019). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Peak Performance Pada Atlet Futsal Usia Remaja. 121.
- Sari, I., Ekici, S., Soyer, F., & Eskiler, E. (2015). Does self-confidence link to motivation? A study in field hockey athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 10(1), 24–35. <https://doi.org/10.14198/jhse.2015.101.03>
- Sari, N., Yudho, F. H. P., & Lung, I. (n.d.). Lina_astriani.
- Satiadarma, M. P. (2000). Dasar-Dasar Psikologi Olahraga. Jakarta Pustaka Sinar Harapan.
- Sin, T. H. (2017). Tingkat Percaya Diri Atlet Sepak Bola dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 163. <https://doi.org/10.26638/jfk.414.2099>
- Singh, D., Kumar Pathak HOD, M., Dileshwar Singh, C., & Kumar Pathak, M. (2017). Role of motivation and its impact on the performance of a sports person. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 340(4), 340–342. www.kheljournal.com
- Skinner, B. R., Gordin, R. D., & Ed, D. (2013). The Relationship Between Confidence and Performance Throughout a Competitive Season. *Health, Physical Education and Recreation*, 2117. <https://digitalcommons.usu.edu/gradreports>
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (25th ed.). ALFABETA.