

IDENTIFIKASI MOTIVASI SISWI MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMA PGRI 2 JOMBANG

Aldiansyah Anwar Ibrahim, Sudarso

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

aldiansyah.17060464154@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Dalam sebagian masyarakat umum beranggapan perempuan tidak cocok terjun dalam dunia olahraga seperti halnya olahraga futsal. Akan tetapi seiring berkembangnya zaman semakin banyak perempuan yang terjun dalam olahraga futsal. Maka dari itu penelitian ini dilakukan untuk mencari motivasi apa yang mendasari siswi mengikuti ekstrakurikuler futsal di sekolah. Penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif dengan teknik analisis data menggunakan persentase dan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah pemain futsal siswi di sekolah SMA PGRI 2 Jombang dengan jumlah 10 orang yang masih aktif mengikuti ekstrakurikuler futsal. Dalam instrument penelitian ini menggunakan angket yang sudah dimodifikasi dan tervalidasi dengan jumlah 33 pernyataan dan dibagi menjadi 2 faktor motivasi yaitu, faktor intrinsik dan ekstrinsik. Teknik pengumpulan data menggunakan distribusi frekuensi tunggal persentase. Hasil persentase motivasi keseluruhan siswi yang mengikuti ekstrakurikuler futsal SMA PGRI 2 Jombang dengan jumlah responden 10 siswi mencapai hasil (76%) tergolong kategori tinggi, hasil motivasi intrinsik mencapai jumlah (82%) dengan kategori sangat tinggi, dan untuk faktor ekstrinsik mencapai hasil (68%) dengan kategori tinggi. Berdasarkan kesimpulan penelitian ini dari sekian banyak indikator baik faktor motivasi intrinsik dan ekstrinsik, yang menjadi alasan paling besar siswi dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal SMA PGRI 2 Jombang yaitu motivasi intrinsik indikator cita-cita dan harapan dengan hasil persentase sebesar (87%) termasuk kategori paling tinggi.

Kata kunci : motivasi; siswi; futsal

Abstract

Some people in general think that women are not suitable to participate in sports such as futsal. However, with the development of the times more and more women are involved in the sport of futsal. Therefore, this research was conducted to find out what motivation underlies students to take futsal extracurricular activities in school. This research uses descriptive quantitative with data analysis techniques using percentages and using purposive sampling technique. The sample in this study were 10 female futsal players at SMA PGRI 2 Jombang who were still actively participating in futsal extracurricular activities. In this research instrument, using a modified and validated questionnaire with a total of 33 statements and divided into 2 motivational factors, that is, intrinsic and extrinsic factors. The data collection technique uses distribution of a single percentage frequency. The percentage results of the overall motivation of students who took futsal extracurricular activities at SMA PGRI 2 Jombang with 10 students as respondents achieved results (76%) which were classified as high category, the results of intrinsic motivation reached the number (82%) in the very high category, and for extrinsic factors achieved results (68%) in the high category. Based on the conclusions of this study, there are many indicators of both intrinsic and extrinsic motivation factors, which are the biggest reasons students take futsal extracurricular activities at SMA PGRI 2 Jombang, namely intrinsic motivation, indicators of ideals and expectations with a percentage of (87%) including the highest category.

Keywords : motivation; students; futsal

PENDAHULUAN

Olahraga berperan penting dalam mengembangkan pertumbuhan atau perkembangan, dan meningkatkan jasmani dan juga rohani manusia. Berolahraga berkesempatan dapat menyalurkan tenaga yang mengarah ke kehidupan harmonis, searah dan seimbang kesenangan dalam hidup sehat (Abdulaziz, Dharmawan, & Putri 2016). Berprilaku seperti sehat, disiplin, bersemangat, bekerja sama, pantang menyerah semua hal tersebut bisa di dapatkan dalam olahraga. Dalam aktivitas berolahraga juga terdapat banyak manfaat lainnya secara umum yaitu untuk menyehatkan tubuh, meningkatkan kebugaran dan mengembangkan keterampilan.

Dalam berolahraga juga dibutuhkan sebuah motivasi agar seseorang mau melakukan aktivitas olahraga. Motivasi dapat diartikan merupakan sebuah dorongan atau hasrat yang timbul dalam diri seseorang dengan memiliki alasan untuk melakukan sesuatu dan memiliki tujuan. Menurut (Moradi et al., 2020) Motivasi adalah faktor-faktor yang merangsang perilaku seseorang, menuntun mereka ke arah tertentu dan membawa koordinasi karena mereka. Individu tidak hanya berbeda dalam hal kemampuan untuk melakukan pekerjaan tertentu, tetapi dalam hal akan melakukan pekerjaan itu atau motivasi yang mendorong mereka. Dalam hidup, motivasi memiliki peran yang sangat penting karena motivasi adalah entitas yang menyebabkan, menyalurkan, dan mendukung perilaku manusia, sehingga mereka ingin bekerja keras dan antusias untuk mencapai hasil yang optimal. (Kuswati, 2019). Definisi Motivasi Prestasi Olahraga dapat dipertimbangkan ketika melibatkan kompetisi dengan standar yang sangat baik. Motivasi Prestasi Olahraga telah dianggap sebagai faktor psikologis penting dalam psikologi perilaku. Motivasi prestasi telah ditemukan bermanfaat dalam olahraga kompetitif. Ini adalah kekuatan bawaan yang mempekerjakan seorang atlet dalam tugas-tugas yang menantang dan paling sulit untuk dicapai (Halder & Phulkar, 2020).

Dalam motivasi sendiri terdapat 2 faktor yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik atau yang biasa diartikan faktor dari dalam diri dan dari luar rangsangan. Motivasi partisipasi olahraga adalah multidimensi dan mencakup motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan motivasi. Individu yang berpartisipasi untuk kesenangan, kesenangan, kenikmatan, atau untuk kepuasan yang diperoleh langsung dari kegiatan itu sendiri hanya didorong oleh motivasi intrinsik. Seseorang dengan motivasi intrinsik akan berpartisipasi dalam kegiatan secara sukarela tanpa imbalan materi atau keuntungan eksternal, sedangkan motivasi ekstrinsik dikaitkan

dengan fokus eksternal pengaruh. Motivasi ekstrinsik mengacu pada perilaku yang didorong oleh sumber motivasi eksternal, seperti hadiah materi (misalnya: uang, hadiah). (Saadan et al., 2019) Motivasi intrinsik adalah sebuah dorongan yang timbul dari dalam diri memicu seseorang untuk berpartisipasi. Motivasi dari dalam atlet biasanya memiliki karakter yang matang, sportif, rajin, disiplin, percaya diri dan bertahan lama. Motivasi ekstrinsik yaitu dorongan yang timbul dari luar rangsangan memicu seseorang keikutsertaannya dalam olahraga, contoh orang tua, teman, pelatih, guru, bangsa, kelompok, dan hadiah. Dorongan sejenis ini sifatnya tidak bertahan lama (Effendi, 2016).

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan non akademik di sekolah yang dilaksanakan di luar mata pelajaran bertujuan untuk mengembangkan bakat dan potensi yang dimiliki oleh siswa siswi. Kegiatan yang di buat oleh tenaga pendidik yang memiliki keahlian dan kewenangan di sekolah dimana pelaksanaannya dilakukan di luar jam pelajaran dengan tujuan membantu peserta didik untuk mengembangkan kemampuan bakat minat sesuai kebutuhan (Halim, 2013)

Futsal adalah olahraga yang menggunakan fisik, teknik, dan taktik yang tinggi pada para pemain. Futsal memiliki periode yang sama dengan bola basket pada menit 2 x 20 dan dimainkan di lapangan 40 x 20 m. Sebuah tim terdiri dari lima pemain, dengan empat lapangan dan satu pemain sebagai penjaga gawang. Jumlah pemain maksimum dalam skuad untuk pertandingan adalah 12 (Sepuluh pemain lapangan dan dua kiper). Tim dapat meminta waktu habis (1 menit) di setiap babak dan ada istirahat 10 menit di antara sesi pertandingan. Setiap pertandingan dipimpin oleh dua wasit dan linesman (Haslinda, 2018).

Seiring berkembangnya zaman futsal olahraga yang populer dan digemari di kalangan masyarakat. permainannya yang melibatkan beberapa komponen fisik mulai dari daya tahan, kecepatan, kelincahan, kekuatan, daya ledak, ketepatan, dan kelenturan selama permainan berlangsung. Futsal dilihat dari segi permainannya memiliki intensitas tinggi dan cepat dan untuk pemainnya dituntut untuk berlari mengejar dan berebut bola oleh karena itu tak jarang pula terjadi berbenturan badan dan saling sikut menyikut antar pemain, tendangan keras ke arah gawang yang dimana juga biasa mengenai anggota tubuh pemain dari tim lawan dan tekel dimana hal – hal tersebut memiliki risiko cedera. olahraga futsal sendiri umumnya dimainkan oleh kaum laki - laki dikarenakan dalam permainan futsal sendiri cukup keras dan memiliki risiko.

Seperti yang dijelaskan juga oleh (Rahmani, 2014) futsal tergolong olahraga yang cukup sulit dengan banyak risiko cedera dan bagaimanapun termasuk juga berbahaya bagi pemain, dalam permainannya tidak jarang untuk memukul lawan sambil membawa bola oleh karena itu pemain harus kuat secara fisik. Kondisi lapangan futsal dan sepak bola tidaklah sama, sepak bola bermain di lapangan yang berumput sedangkan futsal kondisi lapangan yang terbuat dari bahannya lebih keras yaitu vynil. Maka dilihat dari hal tersebut bahaya cedera yang ditimbulkan permainan futsal lebih besar dari sepak bola (Laksono, 2018).

Dalam sebagian masyarakat umum sendiri beranggapan bahwa perempuan tidak cocok terjun kedalam dunia olahraga karena bertentangan dengan citra perempuan dimana seharusnya memiliki sifat feminim. Seperti yang dijelaskan oleh (Maksum, 2013) olahraga yang memiliki karakter semacam, kecepatan, keberanian, kekerasan dan jiwa kepemimpinan, merupakan citra yang dimiliki oleh kaum laki – laki dimana bertentangan dengan citra perempuan yang memiliki sifat feminin yang diartikan dengan kecantikan, keanggunan, memiliki rasa kasih sayang dan kelemahan lembut. Meskipun ada lebih banyak wanita yang terlibat dalam ranah olahraga, perempuan menghadapi tantangan sosial yang terkait dengan dominasi olahraga pria (Pacheco, 2011).

Akan tetapi, realitanya hal tersebut tidak mengurangi rasa keikutsertaan perempuan dalam dunia olahraga khususnya futsal. Banyak perempuan yang mulai tertarik dengan permainan ini, dan perkembangannya mulai terasa di negara Indonesia sendiri. Banyak yang mendirikan klub futsal untuk perempuan di kota maupun di universitas dan sudah terbentuk timnas futsal di Indonesia. Bukan hanya klub saja yang mendirikan sekarang banyak sekolah yang membuka ekstrakurikuler futsal untuk perempuan. Keberanian wanita bermain futsal mengungkapkan bahwa wanita juga memiliki kemampuan bermain futsal, yang melibatkan keras, kasar, dan permainan berani maupun fisik bentrokan, seperti pria. (Anas, 2013). Dengan semakin banyaknya sekolah yang membuka ekstrakurikuler futsal untuk perempuan di kota Jombang khususnya di sekolah SMA PGRI 2 Jombang yang pertama kali mengadakan turnamen futsal untuk siswi tingkat antar SMA/SMK se Jawa Timur. Apakah karena faktor sekolah pernah mengadakan turnamen futsal, siswi di SMA PGRI 2 Jombang jadi mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal. Berdasarkan latar belakang tersebut, bertujuan untuk mengetahui motivasi apa yang mendasari siswi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal, dari faktor intrinsik apa motivasi

ekstrinsik yang paling tinggi mempengaruhi siswi SMA PGRI 2 Jombang dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal.

METODE

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian yang bersifat kuantitatif deskriptif. Pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, dikarenakan tujuan dari peneliti untuk mengetahui motivasi siswi mengikuti ekstrakurikuler futsal, maka sampel yang diambil khusus merujuk kepada siswi yang masih aktif mengikuti ekstrakurikuler futsal. Subjek penelitian kali ini yang dipilih dan dijadikan sebagai responden adalah siswi perempuan SMA PGRI 2 Jombang yang masih aktif mengikuti ekstrakurikuler futsal di sekolah yang berjumlah 10 orang. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 5 januari sampai 6 januari 2021, instrumen penelitian ini menggunakan angket adopsi kemudian dimodifikasi dan sudah divalidasi dari penelitian (Amani, 2019) dengan judul Identifikasi Motivasi Siswi Mengikuti Olahraga Beladiri. Penyebaran angket dilakukan melalui online dengan menggunakan google form dikarenakan masih terjadi pandemi covid 19. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif dengan menggunakan distribusi frekuensi tunggal persentase sebagai berikut:

$$P = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

n : Jumlah kasus

N : Jumlah total

(Maksum, 2018b)

Tabel 1 Kategori Persentase

Interval	Kategori
81% - 100%	Sangat Tinggi
61% - 80%	Tinggi
41% - 60%	Sedang
21% - 40%	Rendah
0% - 20%	Sangat Rendah

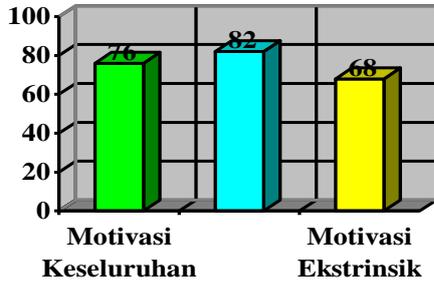
(Hidayat, Y & Hambali, S., 2019)

Kemudian setelah diketahui informasi melalui angket yang telah diisi oleh responden, selanjutnya dilakukan wawancara yaitu perbincangan dengan tanya jawab yang diarahkan untuk mencapai sebuah tujuan tertentu (Maksum, 2018a).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan analisis data untuk mengetahui motivasi siswi mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA

PGRI 2 Jombang dapat diperoleh hasil data yang berupa gambar atau diagram yang mempersentasikan macam – macam hasil motivasi siswi, serta tabel yang berisikan hasil persentase setiap indikator. Hasilnya sebagai berikut :



Gambar 1 Hasil Persentase Motivasi

Pada motivasi intrinsik terdapat beberapa indikator yaitu diantaranya: bakat, fisik, keterampilan, hobi, kedisiplinan, pengetahuan, dan cita - cita dan harapan. Berikut hasil persentase yang di dapat dari masing – masing indikator:

Tabel 2 Motivasi Intrinsik

No. Item	Indikator	Persentase
1	Bakat	77%
2	Fisik	84%
3	Keterampilan	84%
4	Hobi	77%
5	Kedisiplinan	77%
6	Pengetahuan	81%
7	Cita-cita dan Harapan	87%

Pada motivasi ekstrinsik terdapat beberapa indikator yaitu diantaranya adalah orang tua, teman, sekolah, program dan metode latihan, penghargaan, dan pandangan masyarakat. Berikut hasil persentase yang di dapat dari masing–masing indikator:

Tabel 3 Motivasi Ekstrinsik

No. Item	Indikator	Persentase
8	Orang Tua	72%
9	Teman	61%
10	Sekolah	75%
11	Program dan Metode Latihan	78%
12	Penghargaan	48%
13	Pandangan Masyarakat	90%

Dari gambar 1 hasil tersebut dapat diketahui bahwa motivasi keseluruhan siswi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA PGRI 2 Jombang memiliki hasil rata – rata persentase sebesar (76%) termasuk kategori tinggi. Motivasi intrinsik termasuk

kategori sangat tinggi dengan hasil rata – rata persentase sebesar (82%), dan untuk motivasi ekstrinsik termasuk kategori tinggi dengan hasil rata–rata persentase sebesar (68%). Berdasarkan penjelasan di atas dapat kita ketahui motivasi intrinsik paling tinggi hasil persentasenya.. Di dalam motivasi intrinsik dan ekstrinsik terdapat beberapa indikator yang akan dijelaskan di tabel di selanjutnya.

Berdasarkan tabel 2 motivasi intrinsik di atas indikator bakat memiliki hasil persentase (77%) dan termasuk kategori tinggi, indikator fisik (84%) termasuk kategori sangat tinggi, indikator keterampilan (84%) termasuk kategori sangat tinggi, indikator hobi (77%) termasuk kategori tinggi , indikator kedisiplinan (77%) termasuk kategori tinggi, indikator pengetahuan (81%) termasuk kategori sangat tinggi, dan untuk indikator cita – cita dan harapan (87%) termasuk kategori sangat tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas dapat kita ketahui motivasi intrinsik paling tinggi persentasennya oleh indikator cita – cita dan harapan.

Dari hasil tabel 3 motivasi ekstrinsik di atas dapat kita ketahui masing-masing indikator memiliki hasil persentase. Untuk indikator orang tua dengan hasil persentase sebesar (72%) termasuk kategori tinggi, indikator teman (61%) termasuk kategori tinggi, indikator sekolah (75%) termasuk kategori tinggi, indikator program dan metode latihan (78%) termasuk kategori tinggi, indikator penghargaan (48%) termasuk kategori sedang, dan indikator pandangan masyarakat (90%) termasuk kategori sangat tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas yang paling besar persentase dari motivasi ekstrinsik oleh indikator pandangan masyarakat.

Selain pengambilan data melalui angket, peneliti juga mengambil data melalui wawancara yang dilakukan secara online. Dengan tujuan untuk mengetahui informasi lebih dalam faktor alasan mereka mengikuti ekstrakurikuler futsal. 10 narasumber menyatakan berkeinginan bermain futsal adanya motivasi dari diri sendiri. Mereka mengenal dan bermain futsal rata – rata sejak umur 15-17 tahun. Dan orang tua mereka semua mendukung dalam bermain futsal maupun untuk kelengkapan yang diperlukan dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal. Tujuan mereka dalam bermain futsal 8 dari 10 narasumber menyatakan sama untuk tujuan prestasi, 2 narasumber menyatakan berbeda yang pertama dengan tujuan prestasi dan cita – cita, dan yang kedua menyatakan untuk mengisi waktu kosong dan ingin menambah wawasan jika mendapat juara itu bonus dari hasil kerja keras selama latihan. Masing-masing dari mereka memiliki pemain yang di idolakan. Selama pandemi covid 19 9 dari 10 pemain masih melakukan latihan futsal di halaman sekolah meskipun tanpa di

damping pelatih, 1 dari mereka ada yang tidak ikut dalam latihan dengan alasan tidak diperbolehkan oleh orang tua karena lagi masa pandemi. Selain latihan disekolah 7 dari 10 pemain dalam seminggu melakukan latihan 3 kali, 2 kali di sekolah, 1 kali club dan 3 di antaranya hanya melakukan latihan futsal di halaman sekolah. Semua para pemain siswi ekstrakurikuler futsal di SMA PGRI 2 Jombang berkeinginan untuk terus meningkatkan kemampuan dan prestasi dalam bermain futsal.

Dari hasil penelitian ini mendapatkan bahwa hasil dari motivasi intrinsik paling berpengaruh dalam motivasi siswi mengikuti ekstrakurikuler futsal di sekolah sehingga hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuliasari,2013), menyatakan bahwa peran motivasi intrinsik lebih dominan dalam motivasi siswa putri mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal, peneliti lain yang dilakukan oleh Purnomo, & Triansyah (2019), juga menyatakan bahwa hasil kesimpulan khusus motivasi intrinsik lebih besar daripada motivasi ekstrinsik.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan dari hasil perhitungan penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan beberapa hal yaitu; (1) Diketahui hasil motivasi siswi dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA PGRI 2 Jombang secara keseluruhan dengan jumlah 10 siswi termasuk kategori tinggi dengan hasil persentase sebesar (76%), (2) Diketahui faktor motivasi intrinsik pengaruh paling besar dalam mendorong motivasi siswi dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA PGRI 2 Jombang dengan mencapai hasil persentase sebesar (82%) termasuk kategori sangat tinggi, (3) Indikator motivasi yang paling berpengaruh terhadap motivasi siswi dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMA PGRI 2 Jombang adalah indikator cita – cita dan harapan dari motivasi intrinsik dengan hasil persentase sebesar (87%) termasuk kategori sangat tinggi.

Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan dan kesimpulan maka dikemukakan saran – saran sebagai berikut : Bagi pihak sekolah agar mengembangkan ekstrakurikuler futsal perempuan di sekolah SMA PGRI 2 Jombang agar peminatnya bertambah dan lebih banyak. Dan diharapkan bagi peneliti lain, supaya dapat dijadikan acuan atau referensi tentang informasi motivasi siswi mengikuti ekstrakurikuler futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amani, M. (2019). Identifikasi Motivasi Pelajar Perempuan Mengikuti Olahraga Beladiri. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(3).
- Anas, F. (2013). The Social Construction of Female Futsal Players in Surabaya. *Indonesian Journal of Gender, Women, Child, & Social Inclusion's Studies*, 53(9), 1689–1699.
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1, 23–30.
- Halder, A. K., & Phulkar, A. (2020). A Data Meaning Approach Of “Sports Achievement Motivation” and “Sports Competition Anxiety” Of Inter University Swimmer. *European Journal of Fitness, Nutrition and Sport Medicine Studies*, 1(1),1–13.<https://doi.org/10.5281/zenodo.2593206>
- Halim, S.R. (2013). Minat Siswa SMA Dr. Soetomo Surabaya Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1), 260–264.
- Haslinda, D. (2018). The effect of night futsal sport towards serum malondialdehyde (MDA) level of young adults. *Journal of Physics: Conference Series*, 1028(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1028/1/012104>
- Kuswati, Y. (2019). Motivation Role in Improving Work Effectiveness. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal) : Humanities and Social Sciences*, 2(4), 281–288. <https://doi.org/10.33258/birci.v2i4.636>
- Laksono, D. W. I. P. (2018). Kontruksi Sosial Futsal Perempuan (Studi pada Pemain Futsal Pelajar Perempuan di Bojonegoro). *Sport Science*, 21. [http://repository.unair.ac.id/75138/3/JURNAL_Fis.S.58 18 Lak k.pdf](http://repository.unair.ac.id/75138/3/JURNAL_Fis.S.58%20Lak%20k.pdf)
- Maksum, A. (2013). *Sosiologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2018a). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga (Ke 2)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2018b). *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Abdulaziz, M. F., Dharmawan, D. B., & Putri, D. T. (2016). Motivasi mahasiswa terhadap aktivitas olahraga pada sore hari di sekitar area taman sutera universitas negeri semarang. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(2).
- Moradi, J., Bahrami, A., & Amir, D. (2020). Motivation for participation in sports based on athletes in team and individual sports. *Physical Culture and Sport*, 85(1), 14-21.<https://doi.org/10.2478/pcssr-2020-0002>

- Pacheco, L. A. (2011). What motivates females to participate in collegiate level sports?. *Thesis*. El Paso: University of Texas
- Purnomo, E., & Triansyah, A. (2019). Motivasi Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putri Di SMK Negeri 5 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa, Volume.8*, 10.
- Rahmani, M. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Bandung: Dunia Cerdas
- Saadan, R., Pilus, A. M., Balakrishnan, S., Abdul, N. F., Rosli, N., & Abdullah, M. F. (2019). Participation and Motivation in Sports Among individual and Team Athletes. *6*(3), 22–25. <https://doi.org/10.9790/6737-06032225>
- Hidayat, Y., & Hambali, S. (2019). Peranan Ekstrakurikuler Olahraga terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Olahraga, 5*(1), 59-65.
- Yuliasari, A. (2013). Peran Dominan Motivasi Intrinsik Dan Motivasi Ekstrinsik Siswa Putri Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal (Studi pada SMA Dr. Soetomo Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 1*(2).

