



## **MOTIVASI SISWA PUTRI DALAM MENGIKUTI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP**

Maria Fransiska Santriana Maa<sup>1)</sup>, Eleuktrius Nggadho Weo<sup>2)</sup>, Yohanes Kleofas Kaju<sup>3)</sup>, Viktorikus Aluis Blerin<sup>4)</sup>, Nikodemus Bate<sup>5)</sup>

<sup>1,2,3,4,5)</sup>Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, STKIP Citra Bakti

<sup>1)</sup>[santrimaa7@gmail.com](mailto:santrimaa7@gmail.com), <sup>2)</sup>[nggadhoweoeleuktrius@gmail.com](mailto:nggadhoweoeleuktrius@gmail.com),

<sup>3)</sup>[kleofasyohanes@gmail.com](mailto:kleofasyohanes@gmail.com), <sup>4)</sup>[aluisblerin@gmail.com](mailto:aluisblerin@gmail.com), <sup>5)</sup>[nico.dua21@gmail.com](mailto:nico.dua21@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya partisipasi siswa putri dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah, padahal olahraga ini berperan penting dalam meningkatkan kebugaran, kedisiplinan, dan kerja sama tim. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara. Pendekatan yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan subjek siswa putri kelas VII hingga IX yang aktif dalam kegiatan bola voli. Data diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara tematik untuk menemukan faktor pendorong dan penghambat motivasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal seperti minat, kepercayaan diri, dan keinginan berprestasi menjadi pendorong utama motivasi siswa. Sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan pelatih, suasana latihan, hubungan sosial teman sebaya, dan dukungan keluarga. Adapun keterbatasan fasilitas serta kurangnya dukungan keluarga menjadi hambatan yang menurunkan semangat. Peningkatan motivasi memerlukan kolaborasi sekolah, pelatih, dan keluarga secara berkelanjutan.

### **Abstract**

This study was motivated by the low participation of female students in volleyball extracurricular activities at school, even though this sport plays an important role in improving fitness, discipline, and teamwork. The purpose of this study was to analyze the factors that influence the motivation of female students to participate in volleyball extracurricular activities at SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara. The research used a descriptive qualitative approach with subjects consisting of female students from grades VII to IX who were actively involved in volleyball activities. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, then analyzed thematically to identify the driving and inhibiting factors of motivation. The results showed that internal factors such as interest, self-confidence, and the desire to achieve were the main drivers of student motivation, while external factors included coach support, training atmosphere, peer social relationships, and family encouragement. However, limited facilities and lack of family support were obstacles that reduced enthusiasm. Increasing motivation requires ongoing collaboration between schools, coaches, and families.

### **Sejarah Artikel**

Diterima: 16 Juli 2025

Direview: 12 Agustus 2025

Disetujui: 1 Oktober 2025

### **Kata Kunci**

Motivasi, Siswa Putri,  
Ekstrakurikuler Bola Voli

### **Article History**

Received: July 16, 2025

Reviewed: August 12, 2025

Published: October 1, 2025

### **Key Words**

Motivation, Female Students,  
Volleyball Extracurricular  
Activities

## PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan peserta didik, tidak hanya dari segi akademik, tetapi juga dalam pembentukan karakter, kedisiplinan, dan keterampilan sosial. Melalui kegiatan non-akademik seperti olahraga, siswa dapat belajar bekerja sama, berkompetisi secara sehat, serta mengembangkan potensi diri di luar ruang kelas. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang umum diselenggarakan di tingkat sekolah menengah pertama adalah olahraga bola voli. Namun, kenyataannya partisipasi siswa putri dalam kegiatan ini masih tergolong rendah. Fenomena tersebut menunjukkan adanya faktor-faktor yang memengaruhi motivasi siswa putri untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah (Budiman, 2022).

Motivasi merupakan dorongan internal dan eksternal yang menggerakkan seseorang untuk bertindak dan mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks pendidikan, motivasi siswa berperan penting dalam menentukan keberhasilan mereka, baik dalam kegiatan akademik maupun non-akademik. Keterlibatan aktif siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan karakter, sosial, dan emosional peserta didik (Fitri & Wulandari, 2020). Namun, penelitian menunjukkan bahwa siswa putri cenderung memiliki motivasi lebih rendah dalam berpartisipasi pada kegiatan olahraga dibandingkan siswa laki-laki (Arifin & Lestari, 2021). Kondisi ini perlu dikaji secara mendalam agar sekolah dapat mengembangkan strategi pembinaan yang tepat untuk meningkatkan partisipasi dan motivasi siswa putri dalam kegiatan olahraga.

Salah satu penyebab rendahnya motivasi siswa putri dalam kegiatan olahraga adalah adanya stereotip gender yang masih melekat di masyarakat. Olahraga sering dipersepsikan sebagai aktivitas yang lebih sesuai bagi laki-laki, sehingga siswa putri merasa kurang percaya diri untuk terlibat aktif dalam kegiatan tersebut (Lestari & Hidayat, 2020). Dukungan sosial dari lingkungan sekitar, baik dari guru, pelatih, maupun teman sebaya, menjadi faktor penting yang dapat memperkuat rasa percaya diri dan mendorong keterlibatan siswa dalam olahraga (Ramadhani et al., 2021). Kurangnya dukungan tersebut dapat memperkuat persepsi negatif bahwa olahraga bukan bagian dari identitas perempuan, yang pada akhirnya menghambat partisipasi mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Selain faktor sosial dan psikologis, kualitas pembinaan dan pendekatan yang diterapkan pelatih juga berperan penting dalam membentuk motivasi siswa. Pelatih yang komunikatif, empatik, dan mampu menciptakan suasana latihan yang menyenangkan dapat meningkatkan semangat dan keterlibatan siswa (Sari & Ardiansyah, 2022). Sebaliknya, kegiatan latihan yang monoton dan kurang bervariasi dapat menurunkan minat serta partisipasi siswa. Oleh karena itu, pembinaan yang menekankan dukungan emosional, umpan balik positif, dan pemberdayaan siswa menjadi kunci utama dalam mempertahankan motivasi mereka secara berkelanjutan (Damayanti & Supriyadi, 2020).

Fasilitas olahraga yang memadai juga menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler. Keterbatasan sarana dan prasarana dapat menurunkan minat siswa untuk berpartisipasi, sebagaimana dijelaskan oleh Hartati dan Simbolon (2021) bahwa ketersediaan fasilitas memiliki hubungan langsung dengan motivasi siswa dalam kegiatan olahraga. Kondisi serupa ditemukan di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara, di mana keterbatasan fasilitas olahraga berdampak pada rendahnya antusiasme siswa putri dalam mengikuti kegiatan bola voli. Selain itu, dukungan keluarga turut memengaruhi motivasi siswa; peran orang tua dalam memberikan dorongan moral dan material dapat membantu siswa mempertahankan komitmen terhadap kegiatan olahraga (Iskandar & Yuliana, 2021).

Aspek psikologis seperti kepercayaan diri, harga diri, dan kebutuhan akan pengakuan juga memainkan peran penting dalam membangun motivasi siswa. Ketika siswa putri memiliki kepercayaan diri yang baik, mereka lebih terbuka terhadap tantangan fisik dan sosial dalam olahraga beregu seperti bola voli (Lestari & Hidayat, 2020). Kegiatan beregu juga memberi kesempatan bagi siswa untuk belajar berkoordinasi, berkomunikasi, dan bekerja sama dengan anggota tim lainnya (Maulana & Ramadhani, 2022). Oleh karena itu, menciptakan lingkungan latihan yang aman, inklusif, dan mendukung secara emosional menjadi langkah penting dalam menumbuhkan semangat dan rasa percaya diri siswa putri.

Konteks di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara menunjukkan bahwa permasalahan motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli belum sepenuhnya diidentifikasi dan diatasi dengan optimal. Prasetyo, Kurniawan, dan Salim (2023) menegaskan pentingnya pemetaan motivasi siswa secara kontekstual agar strategi pembinaan dapat disesuaikan dengan kebutuhan lokal. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi pembinaan yang lebih efektif, inklusif, dan berkelanjutan dalam meningkatkan partisipasi siswa putri pada kegiatan olahraga di sekolah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, dengan tujuan untuk menggambarkan secara mendalam faktor-faktor yang memengaruhi motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami fenomena secara kontekstual dan alami berdasarkan pengalaman langsung subjek penelitian. Fokus penelitian diarahkan untuk menggali persepsi, pengalaman, serta pandangan siswa terhadap faktor-faktor internal dan eksternal yang memengaruhi motivasi mereka. Peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam proses pengumpulan dan analisis data, sehingga keterlibatan

langsung di lapangan menjadi penting untuk memperoleh pemahaman yang utuh dan mendalam.

Subjek penelitian terdiri atas siswa putri kelas VII hingga IX yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, dengan pertimbangan bahwa responden memiliki pengalaman relevan dengan permasalahan yang dikaji. Selain siswa, informan pendukung seperti pelatih, guru pembina ekstrakurikuler, dan pihak sekolah juga dilibatkan untuk memberikan perspektif tambahan. Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama, yaitu observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan selama kegiatan latihan berlangsung untuk mengamati interaksi dan partisipasi siswa, sedangkan wawancara digunakan untuk menggali pandangan dan motivasi individu secara lebih personal.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis tematik yang meliputi tiga tahap utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahap reduksi data dilakukan dengan memilah informasi relevan dari hasil wawancara, observasi, dan dokumen. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi yang menggambarkan pola, hubungan, dan kecenderungan yang muncul terkait faktor-faktor motivasi siswa. Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu membandingkan hasil observasi dengan wawancara serta data dokumentasi. Proses analisis dilakukan secara berkelanjutan sejak awal pengumpulan data hingga tahap interpretasi akhir, guna menghasilkan temuan yang valid dan komprehensif sesuai tujuan penelitian.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berdasarkan hasil analisis tematik terhadap data yang dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, ditemukan bahwa motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan bola voli dipengaruhi oleh dua kategori besar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal mencakup minat pribadi, kepercayaan diri, dan orientasi berprestasi. Siswa yang memiliki minat tinggi dan rasa percaya diri yang baik menunjukkan partisipasi lebih aktif. Namun, sebagian siswa yang merasa kurang kompeten mengalami penurunan motivasi, terutama saat menghadapi latihan intensif.

Faktor eksternal terdiri atas dukungan pelatih, lingkungan sosial, fasilitas, dan dukungan keluarga. Pelatih yang memiliki pendekatan empatik dan komunikatif mampu membangun suasana latihan yang menyenangkan dan memotivasi siswa. Dukungan dari teman sebaya menciptakan rasa kebersamaan dan memperkuat semangat tim. Sebaliknya, keterbatasan fasilitas dan kurangnya dukungan keluarga menjadi hambatan yang menurunkan partisipasi dan konsistensi siswa.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa putri merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal. Upaya peningkatan motivasi perlu dilakukan secara holistik melalui peningkatan fasilitas, dukungan emosional dari pelatih dan keluarga, serta pembinaan yang menumbuhkan rasa percaya diri dan kebersamaan di antara anggota tim. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Siswa Putri dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara

| No. | Kategori Faktor  | Aspek yang Diamati               | Temuan Utama (Hasil Observasi, Wawancara, dan Dokumentasi)                                                                          | Dampak terhadap Motivasi                                                       |
|-----|------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | Faktor Internal  | Minat pribadi terhadap bola voli | Sebagian besar siswa memiliki minat tinggi terhadap bola voli karena ingin mengembangkan keterampilan dan menjalin pertemanan baru. | Meningkatkan semangat berpartisipasi dan konsistensi latihan.                  |
|     |                  | Kepercayaan diri                 | Beberapa siswa merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan fisik dan keterampilan mereka dibandingkan teman lain.                 | Menurunkan partisipasi dan menyebabkan ketidakkonsistenan kehadiran latihan.   |
|     |                  | Keinginan berprestasi            | Siswa dengan orientasi berprestasi tinggi menunjukkan komitmen lebih baik dan aktif dalam mengikuti setiap sesi latihan.            | Memperkuat motivasi intrinsik dan rasa tanggung jawab terhadap tim.            |
| 2   | Faktor Eksternal | Dukungan pelatih/guru pembina    | Pelatih yang komunikatif, memberikan arahan jelas, dan suasana latihan menyenangkan berhasil meningkatkan antusiasme siswa.         | Menumbuhkan rasa percaya diri dan loyalitas siswa terhadap kegiatan.           |
|     |                  | Lingkungan sosial (teman sebaya) | Hubungan positif antaranggota tim menciptakan suasana kekeluargaan dan saling mendukung.                                            | Memunculkan rasa nyaman dan meningkatkan partisipasi.                          |
|     |                  | Fasilitas olahraga               | Keterbatasan lapangan dan peralatan bola voli menghambat kelancaran latihan dan menurunkan semangat siswa.                          | Menjadi faktor penghambat motivasi dan kehadiran rutin.                        |
|     |                  | Dukungan keluarga                | Siswa yang mendapat dukungan moral dan material dari keluarga lebih disiplin dan berkomitmen tinggi terhadap kegiatan.              | Meningkatkan motivasi dan kemampuan mengatur waktu antara sekolah dan latihan. |
|     |                  | Kurangnya dukungan keluarga      | Sebagian siswa mengalami kesulitan mempertahankan motivasi karena orang tua tidak memberikan perhatian                              | Mengurangi keaktifan dan membuat siswa mudah menyerah.                         |

## **Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli terbentuk melalui interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dominan meliputi minat dan kepercayaan diri. Siswa dengan minat tinggi terhadap bola voli cenderung menunjukkan keterlibatan aktif karena memiliki rasa senang terhadap aktivitas tersebut. Kepercayaan diri juga terbukti menjadi penentu utama dalam keberanian siswa menghadapi tantangan selama latihan. Ketika siswa yakin pada kemampuan dirinya, mereka lebih mampu beradaptasi dengan ritme latihan dan tekanan kompetisi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wahyuni & Santoso (2020) yang menekankan pentingnya pembentukan kepercayaan diri melalui pemodelan dan pengalaman positif, serta Susanti & Maulana (2022) yang menunjukkan bahwa keterlibatan dalam olahraga tim berperan besar dalam meningkatkan motivasi intrinsik siswa.

Selain faktor internal, dukungan dari pelatih dan guru pembina menjadi aspek eksternal yang sangat berpengaruh terhadap motivasi siswa. Pelatih yang mampu menciptakan suasana latihan yang positif, hangat, dan penuh dorongan memberikan dampak besar terhadap antusiasme siswa. Pendekatan personal yang dilakukan pelatih, seperti memberikan pujian atas usaha, memperhatikan kemajuan individu, dan membangun komunikasi dua arah, terbukti meningkatkan rasa percaya diri siswa. Sebaliknya, jika latihan dilakukan secara monoton dan tanpa variasi, motivasi siswa akan cepat menurun. Hal ini sejalan dengan temuan Sari & Ardiansyah (2022) bahwa pendekatan komunikatif pelatih dapat meningkatkan motivasi atlet sekolah, serta Utami & Hadi (2021) yang menegaskan bahwa pemberian penghargaan dalam kegiatan latihan mampu memperkuat semangat berpartisipasi siswa.

Keterbatasan fasilitas olahraga menjadi hambatan struktural yang nyata bagi motivasi siswa putri. Minimnya sarana seperti bola, jaring, dan lapangan latihan yang memadai sering kali membuat siswa merasa kesulitan untuk berlatih secara optimal. Kondisi ini tidak hanya menurunkan semangat berlatih, tetapi juga menciptakan rasa tidak nyaman dalam proses kegiatan. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa fasilitas yang tidak memadai membuat mereka merasa kegiatan bola voli kurang mendapat perhatian serius dari pihak sekolah. Oleh karena itu, dukungan fasilitas menjadi kunci penting dalam meningkatkan partisipasi siswa secara berkelanjutan. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Putri & Nugroho (2023) yang menegaskan bahwa ketersediaan sarana dan prasarana olahraga berpengaruh langsung terhadap partisipasi siswa putri dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Interaksi sosial antar teman sebaya juga menjadi faktor pendorong yang kuat dalam menjaga motivasi siswa. Lingkungan sosial yang positif, penuh dukungan, dan saling menghargai menciptakan rasa kebersamaan yang mendorong siswa untuk tetap aktif mengikuti kegiatan. Dalam suasana latihan yang inklusif, siswa merasa diterima dan berani

untuk mencoba meskipun belum mahir. Dukungan dari teman sebaya berfungsi sebagai penguat emosi positif, mengurangi rasa cemas, dan menumbuhkan rasa percaya diri. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ramadhani et al. (2021) yang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap partisipasi olahraga remaja, serta Yulianto & Kurnia (2021) yang menekankan bahwa apresiasi dan dukungan sosial dari lingkungan sekitar dapat meningkatkan motivasi belajar di luar kelas.

Selain lingkungan sekolah, dukungan keluarga juga memainkan peran penting dalam mempertahankan motivasi siswa putri. Siswa yang mendapat perhatian, dorongan, dan fasilitas dari orang tua cenderung lebih disiplin serta konsisten dalam mengikuti latihan. Dukungan keluarga tidak hanya berupa materi, tetapi juga moral, seperti pengertian terhadap jadwal latihan dan apresiasi atas pencapaian siswa. Sebaliknya, siswa yang tidak mendapat dukungan dari keluarga sering kali kesulitan mempertahankan semangat dan komitmen dalam jangka panjang. Hasil ini sejalan dengan temuan Zulfikar & Rahayu (2023) yang menjelaskan bahwa peran sekolah dan keluarga harus berjalan seiring untuk meningkatkan kualitas kegiatan ekstrakurikuler, serta Wulandari & Saptari (2022) yang menyoroti bahwa hambatan motivasi siswa sering kali muncul akibat kurangnya dukungan dari lingkungan terdekat.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi siswa putri dalam mengikuti ekstrakurikuler bola voli dipengaruhi oleh sinergi antara faktor internal dan eksternal. Minat, kepercayaan diri, dukungan pelatih, fasilitas, lingkungan sosial, dan dukungan keluarga membentuk sistem yang saling melengkapi dalam menentukan keberlanjutan partisipasi siswa. Upaya peningkatan motivasi perlu dilakukan secara menyeluruh dengan memperhatikan seluruh aspek tersebut. Sekolah diharapkan mampu menciptakan suasana latihan yang menyenangkan, pelatih perlu menerapkan pendekatan komunikatif dan suportif, sementara keluarga diharapkan berperan aktif memberikan dukungan moral dan material. Temuan ini sejalan dengan penelitian Prasetyo et al. (2023) yang menegaskan bahwa peningkatan motivasi ekstrakurikuler memerlukan pendekatan kontekstual dan kolaboratif antara sekolah, pelatih, serta keluarga agar kegiatan bola voli dapat berfungsi maksimal dalam mengembangkan karakter dan potensi siswa.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa putri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Satap Bajawa Utara dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal yang saling berinteraksi. Faktor internal seperti minat dan kepercayaan diri menjadi pendorong utama partisipasi siswa, sedangkan faktor eksternal berupa dukungan pelatih, suasana latihan, interaksi sosial teman sebaya, serta dukungan keluarga turut memperkuat semangat mereka. Namun, keterbatasan fasilitas dan kurangnya dukungan keluarga masih menjadi hambatan yang menurunkan motivasi. Oleh karena itu, disarankan agar sekolah dan pelatih menciptakan suasana latihan

yang positif, menyenangkan, dan berorientasi pada pengembangan diri siswa, disertai peningkatan fasilitas olahraga yang memadai. Guru dan pelatih perlu memberikan pendekatan personal, apresiasi terhadap usaha siswa, serta dukungan emosional untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Selain itu, keluarga diharapkan memberikan dukungan moral dan material agar siswa mampu menyeimbangkan kegiatan akademik dan non-akademik secara optimal. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas variabel dan konteks kajian agar pemahaman tentang motivasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat diperoleh secara lebih komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, S., & Prasetyo, Y. (2020). Pengaruh dukungan pelatih terhadap motivasi intrinsik atlet voli sekolah menengah. *Jurnal Ilmiah Olahraga Nusantara*, 5(1), 45–54.
- Arifin, M., & Lestari, D. (2021). Hubungan antara kepercayaan diri dan partisipasi ekstrakurikuler olahraga pada siswa SMP. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 8(2), 112–120.
- Budiman, T. (2022). *Faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa putri dalam kegiatan olahraga beregu* [Tesis, Universitas Negeri Malang]. Program Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Damayanti, N. P., & Supriyadi, A. (2020). Pengembangan model pembinaan mental atlet muda di sekolah menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 9(3), 203–214.
- Fitri, S., & Wulandari, R. (2020). Ekstrakurikuler olahraga sebagai sarana pengembangan karakter siswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 4(1), 25–33.
- Hartati, P., & Simbolon, V. (2021). Analisis sarana dan prasarana olahraga dan dampaknya pada motivasi siswa. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 6(2), 78–86.
- Iskandar, A., & Yuliana, S. (2021). Peran dukungan keluarga dalam meningkatkan motivasi belajar ekstrakurikuler. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(1), 15–24.
- Lestari, A., & Hidayat, B. (2020). Kepercayaan diri dan motivasi berolahraga pada siswa putri SMP. *Jurnal Psikologi Remaja*, 2(2), 101–110.
- Maulana, D., & Ramadhani, F. (2022). Pengaruh suasana latihan terhadap keterikatan emosional atlet voli muda. *Jurnal Olahraga dan Rekreasi*, 7(1), 59–68.
- Nugroho, I., & Putri, C. (2023). Dukungan sosial teman sebaya dan motivasi intrinsik dalam kegiatan ekstrakurikuler. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 5(1), 41–50.
- Prasetyo, E., Kurniawan, T., & Salim, M. (2023). Pemetaan motivasi ekstrakurikuler di sekolah menengah pertama: Studi kasus di Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 10(2), 125–136.
- Putri, R. A., & Nugroho, S. (2023). Peran fasilitas olahraga dalam mempertahankan partisipasi siswa putri. *Jurnal Sarana dan Prasarana Pendidikan*, 1(1), 11–20.

- Ramadhani, L., Sari, M., & Wibowo, H. (2021). Dukungan teman sebaya dan partisipasi olahraga pada remaja. *Jurnal Psikologi Olahraga*, 4(2), 87–95.
- Sari, P., & Ardiansyah, D. (2022). Pendekatan komunikatif pelatih dan motivasi atlet sekolah. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 3(1), 31–40.
- Susanti, N., & Maulana, R. (2022). Pengaruh keterlibatan dalam olahraga tim terhadap motivasi intrinsik siswa. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Olahraga*, 8(3), 145–154.
- Utami, F., & Hadi, S. (2021). Implementasi teknik pemberian penghargaan dalam latihan ekstrakurikuler bola voli. *Jurnal Pendidikan dan Latihan Olahraga*, 2(2), 67–75.
- Wahyuni, L. P., & Santoso, E. (2020). Strategi penguatan kepercayaan diri atlet muda melalui pemodelan. *Jurnal Psikologi dan Kepelatihan*, 5(1), 23–32.
- Wulandari, T., & Saptari, M. (2022). Analisis hambatan motivasi pada peserta ekstrakurikuler olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 11(2), 99–108.
- Yulianto, R., & Kurnia, A. (2021). Hubungan antara penghargaan guru dan motivasi belajar di luar kelas. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Sekolah*, 6(3), 177–185.
- Zulfikar, M., & Rahayu, N. (2023). Peran sekolah dalam peningkatan kualitas kegiatan ekstrakurikuler bola voli. *Jurnal Manajemen dan Kebijakan Pendidikan*, 9(1), 55–64.