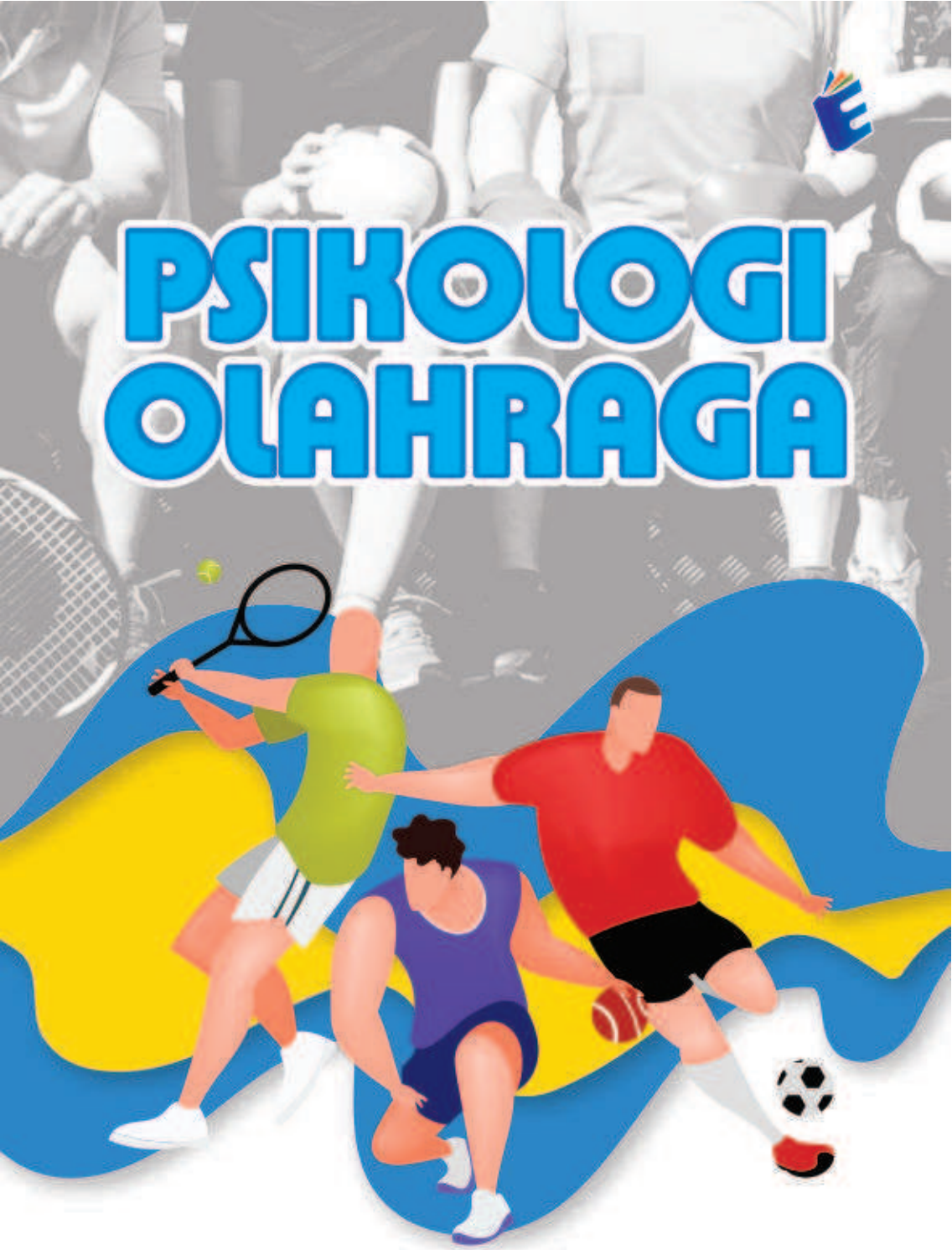
PSIKOLOGI OLAHRAGA



Oki Candra
Tri Prasetyo

Tentang Penulis

Oki Candra

Lahir di Baserah 01 Oktober 1988, anak ketiga dari tujuh bersaudara pasangan Bapak Anizar dan Ibu Yuliarnis (Alm). Menikah dengan Putri Wahyuni, S.Pd., M.Pd dan mempunyai 3 orang anak bernama Excelia Humaira PC, Queensha Shahia PC dan Haziq Gibran PC. Menyelesaikan pendidikan formal di SD, SMP, dan SMA Baserah di Kecamatan Kuantan Hilir Kab. Kuantan Singingi.

Kemudian tahun 2006 melanjutkan pada program Sarjana (S1) Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau dan selesai tahun 2010. Pada tahun 2011 berkesempatan meneruskan kuliah pada program Magister (S2) Manajemen Pendidikan Olahraga di Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang dan pada tahun 2015 meneruskan kuliah pada program Doktor (S3) Pendidikan Olahraga di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta selesai 2018.

Pengalaman Kerja: Dosen Penjaskesrek di Universitas Islam Riau (2011-sekarang). Pengalaman berorganisasi yaitu sebagai pengurus Perbasi Provinsi Riau (2016-2020), Pengurus Olahraga Petanque Kota Pekanbaru 2019 s/d 2023, Pengurus Perbasi Kota Pekanbaru 2021-2025, Pengurus ISORI Riau 2021-2025 dan Wakil Ketua Cabang Olahraga Woodball Kota Pekanbaru 2022-2026. Adapun pengalaman melatih bola basket yaitu dimulai dari tahun 2006-sekarang.

Tri Prasetyo

Lahir di Durai Kecamatan Moro, 07 November 1997, anak ketiga dari tiga bersaudara pasangan Bapak Tukirin dan Ibu Jamilah (Alm). Menyelesaikan pendidikan formal di SD, SMP, dan SMA di Kecamatan Durai Kabupaten Karimun. Kemudian tahun 2017 melanjutkan pada program Sarjana (S1) Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau dan selesai tahun 2021. Pada tahun 2021 berkesempatan meneruskan kuliah pada program Magister (S2) Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Padang (Sedang masa studi).

eureka media aksara
Anggota IKAPI
No. 225/JTE/2021

0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
JL Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

EC002022103459

ISBN 978-623-487-381-8
9 786234 873818

PSIKOLOGI OLAHRAGA

Oki Candra
Tri Prasetyo

PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA

PSIKOLOGI OLAHRAGA

Penulis : Oki Candra
Tri Prasetyo

Desain Sampul : Eri Setiawan

Tata Letak : Nurlita Novia Asri

ISBN : 978-623-487-381-8

No. HKI : EC002022103459

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, NOVEMBER 2022**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:
Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2022

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan buku "Psikologi Olahraga" dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan buku ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih pada semua pihak yang telah membantu penyusunan buku ini. Sehingga buku ini bisa hadir di hadapan pembaca.

Adapun buku ini terdiri dari tiga belas bab, yaitu bab 1 tentang kilas balik dan ruang lingkup psikologi olahraga, bab 2 tentang kepribadian dalam olahraga (*personality in sport*), bab 3 tentang motivasi dalam olahraga, bab 4 tentang konsentrasi dalam olahraga, bab 5 tentang percaya diri dalam olahraga, bab 6 tentang kejenuhan dalam olahraga, bab 7 tentang mental training, bab 8 tentang kecemasan dalam olahraga, bab 9 tentang stres dalam olahraga, bab 10 tentang kepemimpinan dalam olahraga, bab 11 tentang disiplin olahraga, bab 12 tentang komunikasi dalam olahraga, dan bab 13 tentang karakter dan olahraga.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran pembaca demi kesempurnaan buku ini kedepannya. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih, mudah-mudahan buku ini bermanfaat bagi para pembaca.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **iii**
DAFTAR ISI ..... **iv**
BAB 1 KILAS BALIK DAN RUANG LINGKUP PSIKOLOGI OLAHRAGA **1**
A. Pengertian Psikologi 2
B. Ruang Lingkup Psikologi Olahraga 4
C. Manfaat dan Peranan Psikologi Olahraga 7
D. Tujuan Psikologi Olahraga 8
E. Objek dan Kajian Psikologi Olahraga 9
BAB 2 KEPRIBADIAN DALAM OLAHRAGA (*PERSONALITY IN SPORT*) **11**
A. Pengertian Kepribadian 12
B. Struktur Kepribadian (*Personality*) 16
C. Teori Kepribadian 16
D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepribadian 18
E. Penelitian tentang *Personality and Sport* 19
F. Hubungan *Personality* dan Olahraga 21
BAB 3 MOTIVASI DALAM OLAHRAGA **24**
A. Pengertian Motivasi 25
B. Jenis Motivasi 27
C. Membangun Motivasi 30
D. Cara Meningkatkan Motivasi 32
E. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi 33
F. Peranan Motivasi dalam Olahraga 35
G. Pengendalian Diri dalam Olahraga 36
BAB 4 KONSENTRASI DALAM OLAHRAGA **37**
A. Pengertian Konsentrasi 37
B. Gangguan Konsentrasi 42
C. Jenis Konsentrasi 44
D. Tahapan sebelum Latihan Konsentrasi 45
E. Cara Meningkatkan Konsentrasi 46
F. Latihan untuk Meningkatkan Konsentrasi 49
G. Jenis dan Model Latihan Konsentrasi pada Cabang Olahraga 54

BAB 5 PERCAYA DIRI DALAM OLAHRAGA 56
A. Manfaat Percaya Diri 58
B. Dampak Positif Percaya Diri.....61
C. Percaya Diri yang Proporsional.....62
D. Kelebihan Percaya Diri (*Over Confidence*).....63
E. Kurang Percaya Diri.....64
F. Model Percaya Diri dalam Olaharaga 65
G. Sumber Percaya Diri dalam Olahraga 66
BAB 6 KEJENUHAN DALAM OLAHRAGA 68
A. Pengertian Kejenuhan.....69
B. Jenis-jenis Kejenuhan 72
C. Faktor Penyebab Terjadinya Kejenuhan 73
D. Cara Mengatasi Kejenuhan 79
E. Dampak Negatif Kejenuhan 81
F. Hubungan Kejenuhan dengan Psikologi Olahraga 83
BAB 7 MENTAL TRAINING.....86
A. Strategi Pembinaan Mental 88
B. Cara Melatih Mental 94
C. Manfaat Mental Training.....97
D. Perlunya Mental Training 100
E. Dampak Mental 103
F. Atlet dan Kecerdasan Kinestetik 105
BAB 8 KECEMASAN DALAM OLAHRAGA 107
A. Jenis-jenis Kecemasan 109
B. Sumber Kecemasan 113
C. Hubungan Kecemasan dengan Olahraga 114
D. Gejala Kecemasan.....115
E. Cara Mengatasi Kecemasan 117
F. Pencegahan Kecemasan.....118
BAB 9 STRES DALAM OLAHRAGA 121
A. Jenis-jenis Stres 122
B. Sumber Stres.....124
C. Dampak Negatif Stres.....126
D. Mengelola Stres.....128
E. Latihan Mental untuk Manajemen Stres 128

BAB 10 KEPEMIMPINAN DALAM OLAHRAGA 135
A. Pengertian Kepemimpinan 136
B. Timbulnya Seorang Pemimpin 137
C. Pendekatan Kepemimpinan 138
D. Komponen Pemimpin Efektif 144
E. Gaya Kepemimpinan 146
F. Perilaku dalam Memimpin 147
G. Tipe Kepemimpinan yang Dominan 148
BAB 11 DISIPLIN OLAHRAGA 154
A. Manfaat Disiplin 158
B. Penanaman Disiplin 159
C. Jenis-jenis Disiplin 161
D. Peran Pelatih dalam Menanamkan Disiplin 163
E. Metode Meningkatkan Disiplin 166
F. Peranan Psikologi Terhadap Disiplin Olahraga 168
BAB 12 KOMUNIKASI DALAM OLAHRAGA 170
A. Pengertian Komunikasi 171
B. Proses Komunikasi 173
C. Tujuan Komunikasi 174
D. Jenis-jenis Komunikasi 175
E. Model Proses Komunikasi 179
F. Hambatan Komunikasi 179
G. Hubungan Komunikasi dengan Psikologi 180
BAB 13 KARAKTER DAN OLAHRAGA 183
A. Pengertian Aktifitas Olahraga 185
B. Tujuan dan Manfaat Aktifitas Olahraga 186
C. Olahraga dan Karakter 188
D. Strategi, Metode dan Implementasi Karakter 192
E. Hubungan Olahraga dan Karakter 200
DAFTAR PUSTAKA 203
TENTANG PENULIS 222

BAB 1

KILAS BALIK DAN RUANG LINGKUP PSIKOLOGI OLAHRAGA

Secara historis studi psikologi olahraga memiliki masa lalu yang relatif singkat, dan dalam beberapa tahun terakhir telah menjadi jauh lebih diterima dan digunakan sebagai keunggulan kompetitif yang berharga di antara atlet dan pelatih. Dari sudut pandang sejarah dapat dikatakan bahwa psikologi olahraga adalah disiplin yang relatif muda dalam psikologi. Pada tahun 1920, Carl Diem mendirikan laboratorium psikologi olahraga pertama di dunia di Deutsche Sporthochschule di Berlin, Jerman. Pada tahun 1925, dua laboratorium psikologi olahraga didirikan, satu oleh A.Z. Puni di Institut Kebudayaan Fisik di Leningrad dan lainnya oleh Coleman Griffith di Universitas Illinois.

Griffith mulai menawarkan kursus pertama dalam psikologi olahraga pada tahun 1923 dan kemudian menerbitkan buku pertama tentang subjek yang berjudul *The Psychology of Coaching* (1926). Sayangnya, lab Griffith ditutup pada tahun 1932 karena kekurangan dana. Setelah lab ditutup, hanya ada sedikit penelitian tentang psikologi olahraga sampai subjek mengalami kebangkitan minat selama tahun 1960-an.

Ferruccio Antonelli mendirikan *International Society of Sport Psychology* (ISSP) pada tahun 1965 dan pada tahun 1970-an psikologi olahraga telah diperkenalkan ke penawaran kursus universitas di seluruh Amerika Utara. Jurnal akademik pertama, *International Journal of Sport Psychology*, diperkenalkan pada tahun 1970, yang diikuti dengan berdirinya *Journal of Sport Psychology* pada tahun 1979.

BAB 2

KEPRIBADIAN DALAM OLAHRAGA (*PERSONALITY IN SPORT*)

Olahraga sebagai sarana pembentuk kepribadian sekaligus sarana untuk menentukan ciri-ciri kepribadian memiliki ilmu penunjang yang dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mengetahui kepribadian seseorang. Psikologi olahraga adalah ilmu yang mempelajari tentang perilaku manusia dalam hubungannya dengan lingkungannya, mulai dari perilaku yang sederhana hingga yang kompleks yang berhubungan dengan olahraga. Psikologi olahraga memiliki peran untuk menggambarkan perilaku, menjelaskan dampak perilaku sebagai akibat dari tindakan, dapat memprediksi perilaku, mengubah perilaku, dan membantu atlet berprestasi secara optimal.

Salah satu bentuk kepribadian adalah faktor lingkungan dan interaksi individu dengan lingkungan. Atlet sebagai komponen pelaku olahraga tentunya memiliki kepribadian yang berbeda dengan individu yang kurang terlibat dalam olahraga (non-atlet). Perbedaan ini tentu menarik ketika olahraga yang dianggap sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kualitas manusia belakangan ini dipertanyakan manfaat psikologisnya. Dalam beberapa kasus tentunya masih ingat tentang kerusuhan antar pemain dalam satu pertandingan. Olahraga sebenarnya mempunyai tujuan untuk menjadikan manusia yang sejati lahir, batin, sosial dan psikis sesuai dengan Undang-undang nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat 4.

Kepribadian adalah gambaran tentang cara seseorang berperilaku terhadap lingkungannya, yang dapat dilihat dari kebiasaan berpikir, sikap dan minatnya, serta cara hidupnya yang

BAB 3

MOTIVASI DALAM OLAHRAGA

The more you dream, the further you get. Michael Phelps Tampaknya sederhana apa yang dikatakan peraih 8 medali emas Olimpiade Beijing 2008 itu. Semakin tinggi mimpi, semakin banyak hal yang bisa dicapai. Tentu saja Phelps tidak berbicara tentang menjadi seorang pemimpi, tetapi ingin memberikan gambaran nyata tentang bagaimana motivasi menjadi orang besar telah membawanya untuk mencatatkan dirinya sebagai pemegang rekor pengumpul medali terbanyak di Olimpiade sepanjang masa. Motivasi merupakan daya penggerak yang memberikan alasan bagi seseorang untuk melakukan suatu tindakan. Hampir setiap tingkah laku manusia selalu didahului oleh suatu motivasi.

Berbicara tentang atlet, rasanya tidak lengkap jika tidak menyebut Michael Jordan, seorang atlet basket yang terkenal di seluruh dunia. Jordan bukannya tanpa mengalami kesulitan saat menjalani karirnya sebagai pebasket. Saat pertama kali mulai bermain basket, Jordan diragukan oleh banyak orang karena kemampuannya yang buruk. Tapi ini tidak menghentikannya. Dia bahkan bisa mengubah semua kegagalannya menjadi kesuksesan. Hal ini diungkapkan dalam salah satu kutipannya: "Saya telah gagal membuat lebih dari 9.000 tembakan dalam karir saya. Saya telah kehilangan 300 pertandingan. Pada 26 kesempatan ketika saya dipercaya untuk mengambil tembakan kemenangan, saya gagal. Saya telah gagal berkali-kali dalam hidup saya. Dan itulah mengapa saya berhasil."

BAB 4

KONSENTRASI DALAM OLAHRAGA

A. Pengertian Konsentrasi

Konsentrasi adalah kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian pada suatu stimulus yang dipilih (satu objek) dalam waktu tertentu. Artinya, proses konsentrasi selalu didahului oleh perhatian seseorang terhadap suatu objek yang dipilih. Dengan demikian konsentrasi menjadi perhatian dalam waktu yang lama, sehingga pada saat melakukan aktivitas olahraga diperlukan konsentrasi. Namun kenyataannya pembinaan olahraga masih terlalu terfokus pada pembinaan yang mengarah pada keterampilan teknis dan peningkatan kualitas fisik, sedangkan pembinaan di bidang potensi psikologis masih terabaikan. Sedangkan prestasi olahraga merupakan akumulasi investasi dari hasil latihan potensi fisik, dan potensi psikis. Untuk itu dalam proses latihan, aspek fisik dan psikis tentunya perlu mendapatkan porsi yang seimbang agar dapat dicapai kinerja yang optimal dan dapat bertahan dalam waktu yang relatif lama.

Konsentrasi memainkan peran penting dalam penampilan seorang atlet dan ada kesinambungan timbal balik antara konsentrasi dan hasil kinerja. Atlet harus berkonsentrasi dan memberikan perhatian penuh terhadap jalannya pertandingan, karena tanpa konsentrasi seorang atlet akan kesulitan menampilkan performa terbaiknya. Dalam kondisi penting, kehilangan konsentrasi dalam sekejap dapat mempengaruhi penampilan dan mempengaruhi hasil pertandingan. Konsentrasi adalah kemampuan atlet untuk

BAB 5

PERCAYA DIRI DALAM OLAHRAGA

Bermain penuh percaya diri bisa menjadi hal paling menarik untuk disaksikan timnas Indonesia dalam keikutsertaannya di Piala AFF 2020 di Singapura. Aspek kepercayaan diri ini menjadi faktor pembeda bagi timnas, baik saat memimpin maupun tertinggal dari tim lawan. Intervensi pelatih Shin Tae-yong seolah membuat Indonesia tampil menunjukkan permainan yang penuh determinasi, terus menekan, percaya diri, dan bermain dengan semangat team work yang kuat. Sepanjang Piala AFF, Witan Sulaeman dan kawan-kawan bermain dengan semangat juang yang tinggi hingga tak segan-segan adu fisik untuk merebut bola, menjelajah dan menjarah area lawan. Padahal skuat timnas di ajang AFF ini berisikan pemain-pemain muda, dengan rata-rata usia 25 tahun. Namun dari segi kualitas tidak kalah bersaing dengan negara lain yang pemainnya lebih berpengalaman dari segi usia dan memiliki mentalitas yang baik. Berawal dari PSSI mengumumkan nama-nama pemain yang akan dibawa ke Singapura untuk bertanding, hal ini mendapat banyak respon dan tanggapan dari banyak pihak. Mereka menilai pemain muda yang kurang pengalaman tentu akan kesulitan bersaing dengan tim-tim yang mengikuti turnamen tersebut. Karena acara dua tahunan ini sangat bergengsi di Asia Tenggara.

Semangat tinggi dan rasa percaya diri yang baik menjadi bekal para pemain timnas Indonesia dalam turnamen tersebut, terlihat dari hasil timnas Indonesia yang berhasil menjadi juara grup setelah mengalahkan tim nasional Malaysia, Singapura, Laos, Kamboja, dan memegang Hasil imbang tim nasional Vietnam, yang

BAB 6

KEJENUHAN DALAM OLAHRAGA

Suatu ketika, kita merasa bersemangat ketika menekuni sesuatu. Begitu bersemangat sehingga melupakan banyak hal, namun masa-masa giat itu tidak bertahan lama. Sesudah itu muncul masa malas, lesu dan jemu, inilah masa ketika ketekunan sampai dititik jenuh. Saat itu ketekunan ada di garis ambang batas, ia tidak mungkin dinaikan lebih tinggi. Setelah beberapa lama masa jenuh ini berjalan, tak lama kemudian muncul kembali kegairahan untuk menekuni kesibukan seperti semula, demikian seterusnya, rasa giat dan jenuh, silih berganti datang satu pihak menyusul yang lainnya.

Manusia pada hakikatnya adalah makhluk ganda, baik secara fisik maupun psikis, tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Manusia tidak bisa lepas dari pengaruh emosi. Oleh karena itu, aspek psikologis atlet harus mendapat perhatian lebih agar kondisi psikologis atlet stabil dan tidak mengalami gangguan yang mengganggu perkembangannya. Salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap perkembangan atlet adalah kejenuhan.

Pada umumnya setiap atlet pernah mengalami perasaan depresi, bosan atau terakumulasi pada kelelahan. Tidak ada atlet yang tidak pernah mengalami kejenuhan dalam rutin sebagai atlet. Cara individu menghadapi kondisi kelelahan saat berolahraga sudah pasti berbeda antara satu individu dengan individu lainnya. Ini tergantung pada pengalaman yang Anda miliki oleh setiap individu, kepribadian, dan kondisi lingkungan. Penyebab kejenuhan bisa jadi disebabkan oleh faktor-faktor dari dalam diri individu maupun dari faktor-faktor di luar individu.

BAB 7

MENTAL TRAINING

Setiap kali seorang atlet menghadapi pertandingan, atlet harus siap menghadapi rangsangan emosional, siap memikul tugas yang berat, atau secara khusus siap menghadapi berbagai beban mental. Menurut Sonstroem (1984) kesiapan mental berkompetisi pada akhirnya juga tergantung pada individu atlet yang bersangkutan, yaitu dalam mempersiapkan dirinya secara emosional untuk siap berkompetisi. Sangat penting bagi atlet untuk dapat mengontrol dan mengatur diri pada saat pertandingan yang mungkin memerlukan konsentrasi selama beberapa jam misalnya dalam sepak bola ketika menghadapi lawan yang sama kuatnya dan harus dilanjutkan dengan perpanjangan waktu, dan sebagainya. Seperti pada Piala AFF tahun 2021, saat Timnas Singapura menghadapi Timnas Indonesia, Singapura menampilkan permainan yang sangat bagus, meski bermain sembilan orang dimana dua pemainnya diberi kartu merah karena bermain agresif, namun dari segi mentalitas, mereka mampu meredam serangan bertubi-tubi dari Timnas Indonesia yang unggul dari segi pemain karena memainkan sebelas orang yang pada akhirnya Singapura tetap kalah. Di sinilah terlihat bahwa dibutuhkan mentalitas yang kuat dalam diri pemain agar siap menghadapi situasi dan kondisi yang terjadi di lapangan.

Kondisi mental yang kurang baik akan mengakibatkan atlet tidak mampu menanggung beban mental, baik yang datang dari lawan yang bertanding maupun dari penonton, sehingga permainan menjadi kacau dan tidak terkontrol dengan baik. Menurut Weinberg (1984) pola pikir atlet akan dapat

BAB 8

KECEMASAN DALAM OLAHRAGA

Memiliki rasa cemas adalah hal yang amat wajar. Itu benar-benar normal untuk memiliki kecemasan. Namun, jika seseorang merasa cemas terlalu sering dan tanpa alasan yang jelas, seseorang itu mungkin mengalami gangguan kecemasan. Tentu saja kecemasan dan gangguan kecemasan adalah dua kondisi yang berbeda. Jika seseorang memiliki gangguan kecemasan, maka akan merasa cemas tentang banyak hal, bahkan dalam situasi normal. Pada tingkat yang tergolong parah, gangguan kecemasan atau *anxiety disorder* juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari orang yang mengalaminya. Kecemasan juga umum terjadi pada atlet di semua cabang olahraga.

Hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan adalah reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang, dan karena itu berlangsung dalam waktu yang singkat. Penting untuk diingat bahwa kecemasan dapat terjadi sendiri atau dalam kombinasi dengan gejala lain dari berbagai gangguan emosional. Lingkungan, perasaan tertekan dan penyebab fisik dapat menimbulkan kecemasan. Kondisi tersebut bersifat lingkungan, perasaan tertekan dan penyebab fisik dapat menimbulkan kecemasan. Kondisi ini secara luas dapat dibagi menjadi tiga kategori tingkat kecemasan, gangguan fobia dan gangguan stres pasca-trauma.

Kecemasan yang tinggi sering menyebabkan orang berkinerja jauh di bawah standar. Bagi banyak atlet, kecemasan berakibat perasaan terlalu khawatir, tegang, gelisah, dan takut. Padahal, dalam olahraga, kecemasan bisa jadi dianggap musuh

BAB 9

STRES DALAM OLAHRAGA

Pandemi COVID-19 menyebabkan hampir semua event olahraga di dunia ditunda atau bahkan dibatalkan, seperti halnya liga Indonesia yang belum dimulai akibat pandemi virus corona. Olahraga itu seperti mati suri, atlet seolah lumpuh. Atlet menghadapi risiko kesehatan mental akibat perubahan gaya hidup yang mengharuskan mereka tetap efektif dalam isolasi diri akibat regulasi pemerintah terkait *social distancing*. Ribuan atlet yang biasanya rutin berlatih bersama tim kali ini harus menggelar latihan dan hanya terpantau melalui *video call*. Tanpa arahan pelatih, atlet bisa saja mengalami kesalahan atau mungkin tidak sesuai dengan apa yang diinginkan pelatih.

Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang tampaknya berbahaya atau sulit, stres membuat tubuh memproduksi hormon adrenalin yang berfungsi untuk mempertahankan diri. Stres adalah bagian dari kehidupan manusia. Ketegangan atau bisa juga disebut stres, yaitu tekanan atau sesuatu yang terasa menekan dalam diri seseorang. Perasaan tertekan ini disebabkan oleh banyak faktor yang datang dari dalam maupun dari luar. Stres merupakan ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan untuk memenuhi tuntutan tersebut (Maksum, 2008). Kejadian ini merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis psikologis atau sistem sosial individu (Sarafino, 2006).

Sejalan dengan pendapat di atas, Fletcher (2009) menjelaskan bahwa stres merupakan respon terhadap tuntutan, baik dari lingkungan maupun diri sendiri, terkait dengan performa atlet

BAB 10

KEPEMIMPINAN DALAM OLAHRAGA

Kepemimpinan di era sekarang ini tidak hanya terjadi di perusahaan atau organisasi saja, banyak paradigma yang tercipta di masyarakat ketika mendengar kata "pemimpin" pastilah orang yang sangat cerdas dan bijaksana, memiliki banyak gelar dan lain sebagainya. Kata-kata tersebut tidak salah, namun pola pikir perlu diluruskan sedikit bahwa pemimpin tidak selalu seseorang yang memiliki banyak gelar, tetapi asalkan dia bisa bijaksana dan adil serta dapat membawa anggotanya pada tujuan yang telah ditetapkan dari awal, dia pasti cocok jadi pemimpin.

Untuk menjadi seorang pemimpin, seseorang tentunya harus memiliki landasan tentang apa itu pemimpin, bagaimana seorang pemimpin muncul, apa kriteria untuk menjadi seorang pemimpin. Dalam hal ini akan dibahas tentang kepemimpinan dalam suatu organisasi khususnya organisasi olahraga. Ada beberapa teori mengenai kepemimpinan, diantaranya kepemimpinan dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mempengaruhi perilaku orang lain (IOC, Olympic Solidarity, 2000). Pemimpin adalah seseorang yang memotivasi, memberikan arahan/bimbingan, dan mendelegasikan wewenang dan tanggung jawab kepada anggota (Harsuki, 2012). Pemimpin dalam dunia olahraga meliputi aspek pengambilan keputusan, teknik motivasi, pemberian umpan balik. Menjalin hubungan interpersonal dan dengan percaya diri mengarahkan kelompok untuk mencapai suatu tujuan (Satiadarma, 2000). Dari beberapa teori di atas, dapat disimpulkan bahwa pemimpin adalah orang yang mampu mempengaruhi dan memberikan dampak positif bagi anggotanya untuk memberikan motivasi dan arahan guna mencapai tujuan bersama.

BAB 11

DISIPLIN OLAHRAGA

Kata disiplin sangat sering kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari. Disiplin merupakan salah satu kebiasaan yang baik dalam gaya hidup masyarakat secara umum. Tidak hanya itu, bahkan sebagian orang percaya bahwa kedisiplinan bisa menjadi salah satu kunci sukses seseorang dalam belajar dan dalam hal lainnya. Karena pentingnya hal tersebut maka setiap orang harus mengetahui segala informasi tentang disiplin agar dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, salah satu pengertian disiplin adalah ketaatan *(compliance)* terhadap peraturan (order dan sebagainya). Dalam hal kedisiplinan, ada 2 kata kunci utama, yaitu patuh *(obedient)* dan aturan *(order)*. Hal ini dapat diartikan bahwa disiplin tumbuh dari sikap patuh dalam diri seseorang untuk mengikuti aturan yang telah dibuat untuk dirinya dan lingkungan sekitarnya.

Penerapan disiplin memiliki berbagai tujuan. Salah satunya adalah mengembangkan pribadi yang dapat mengontrol dirinya dengan baik. Ketika seseorang terikat oleh aturan dan mencoba untuk mematuhinya, ini dapat mencegahnya dari bertindak sewenang-wenang dan di luar kendali. Hal ini juga dapat mengurangi risiko gesekan sosial yang mungkin terjadi dalam anggota masyarakat. Oleh karena itu, disiplin juga bertujuan untuk menciptakan masyarakat yang tertib dan damai.

Hasibuan (2013) menyatakan bahwa disiplin adalah fungsi operasi keamanan dari manajemen sumber daya manusia. Disiplin merupakan fungsi operatif terpenting dari manajemen sumber daya manusia karena semakin baik kedisiplinan seseorang maka semakin tinggi pula prestasi kerja yang dapat dicapai. Tanpa disiplin orang

BAB 12

KOMUNIKASI DALAM OLAHRAGA

Komunikasi merupakan sesuatu yang sudah tidak asing lagi dalam kehidupan manusia sehari-hari. Komunikasi dilakukan dengan banyak cara, baik secara verbal maupun nonverbal. Komunikasi adalah suatu proses penyampaian informasi (pesan, ide, gagasan) dari satu pihak kepada pihak lain sehingga terjadi saling pengaruh antara keduanya. Pada umumnya komunikasi dilakukan dengan menggunakan kata-kata (lisan) yang dapat dipahami oleh kedua belah pihak. Jika tidak ada bahasa verbal yang dapat dipahami oleh keduanya, komunikasi tetap dapat dilakukan dengan menggunakan bahasa tubuh, menunjukkan sikap tertentu, misalnya tersenyum, menggelengkan kepala, dan mengangkat bahu.

Komunikasi merupakan sarana untuk menjalin hubungan antara seseorang dengan orang lain, dengan komunikasi akan terjadi hubungan sosial, karena manusia adalah makhluk sosial, sehingga terjadi interaksi timbal balik. Komunikasi harus terjadi dalam kegiatan olahraga, baik pada saat pembelajaran pendidikan jasmani maupun pelatihan olahraga. yakin. Belajar/pelatihan adalah proses komunikasi. Komunikasi dikatakan efektif jika komunikasi yang terjadi menciptakan arus informasi dua arah, yaitu dengan munculnya umpan balik dan penerima pesan. Kualitas pembelajaran/pelatihan dipengaruhi oleh efektifitas komunikasi yang terjadi di dalamnya.

Komunikasi dapat terjadi secara langsung dan tidak langsung. Komunikasi langsung dilakukan dengan berbicara langsung kepada lawan bicara. Komunikasi ini sangat efektif untuk mengetahui respon lawan bicara. Yang dapat diketahui lawan bicara menerima atau tidak menerima pesan yang disampaikan.

BAB 13

KARAKTER DAN OLAHRAGA

Olahraga merupakan salah satu media pendidikan yang seharusnya dan selayaknya menjadi pilar dalam membangun generasi yang berkualitas hidup baik secara bathiniah dan kualitas kerja jasmaniah. Melalui aktivitas olahraga kita bisa mendapatkan hal-hal positif, karena olahraga bukan sekedar kegiatan yang berorientasi kepada faktor fisik saja, namun juga dapat melatih sikap dan mental untuk membentuk karakter orang yang melakukan kegiatan olahraga tersebut.

Pendidikan merupakan investasi masa depan. Melalui pendidikan maka mental dan karakter dapat terbangun. Untuk memenuhi hal tersebut diperlukan suatu grand desain pendidikan karakter sebagai bagian dari upaya membangun karakter bangsa. Regulasi pendidikan karakter diatur dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas. Pada pasal 3 disebutkan: "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang memiliki peran penting dalam pembangunan nasional. Salah satu upaya yang dapat di lakukan adalah melalui proses pendidikan yang di terapkan di sekolah-sekolah dan tentunya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter) pikiran dan tubuh anak dan bagian-bagian itu tidak boleh di pisahkan agar kita dapat memajukan kesempurnaan hidup anak-nak kita. Inilah yang menjadi keluhan masyarakat akhir-akhir ini. Generasi muda bangsa yang seharusnya menjadi tokoh di balik kemajuan bangsa justru muncul dengan perilaku kesehariannya yang mengesampingkan etika dan moral.

DAFTAR PUSTAKA

Aan, W. S., & Teguh, S. (2010). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Jakarta: CV Setiaji*.

Adi, S. (2016, December). Latihan mental atlet dalam mencapai prestasi olahraga secara maksimal. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Pascasarjana UM* (pp. 143-153).

Akbar, I., Lestari, R., & Psi, S. (2019). *Ketangguhan Mental Pada Atlet Sepakbola di Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Aliansyah, R. (2016). Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Juggling Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri di Petarukan Tahun 2016 (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Alifi, M. Z., & Widodo, A. (2022). Tingkat Mental Anxiety (Kecemasan) Competitive Pada Atlet Ukm Sepak Bola Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *10*(01), 1-8.

Alim, A. (2010). Peran Motivasi Dalam Mengukir Prestasi. Online http://staf. uny.ac. id/system/files/penelitian/abdul% 20Alim,% 20S. Pd.% 20Kor.

Al-Qawiy, Abdirrahman, Abu. 2004. *Mengatasi Kejenuhan*. Jakarta: Khalifa

Amalia, A. N., & Widayati, A. (2012). Analisis butir soal tes kendali mutu kelas XII SMA mata pelajaran ekonomi akuntansi di kota Yogyakarta tahun 2012. Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia, 10(1).

Ananda, R.. & Rafida, T. (2017). Pengantar Evaluasi Program Pendidikan. Medan: Perdana Publishing.

Anggraeni, D., Festiawan, R., & Widanita, N. (2020). Pengaruh Pembinaan Olahraga Beladiri Taekwondo Terhadap Pembentukan Karakter Nasionalis Atlet di Pelatda

Taekwondo Riau. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 6(2), 206-217.

Anisah, A. (2018). *Pengaruh Motivasi, Disiplin, Kompensasi Dan Beban Latihan Terhadap Prestasi Atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar DKI Jakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya).

Annisa, F. (2019). Penanaman nilai-nilai pendidikan karakter disiplin pada siswa Sekolah Dasar. *Perspektif Pendidikan Dan Keguruan*, *10*(1), 69-74.

Ansley, B. M. (2018). A Pilot Study of an Online Stress Intervention for P-12 Teachers.

Apitzsch, Erwin. (1995). Psychodynamic Theory Of Personality And Sport Performance. European Perspectives On Exercise And Sport Psychology.

Ardi, M. J.. Soemardiawan, S., & Permadi, A. G. (2019). Pengaruh Latihan Dumbell Curl Terhadap Kemampuan Hasil Smash Pada Permainan Bola Voli Siswa Putra Sman 1 Sambelia Lombok Timur Tahun Pelajaran 2016/2017. Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 5(1), 34-38.

Arifin, R. (2017). Peran Mental dalam Prestasi Olahraga. *Peran Mental Dalam Prestasi Olahraga*, *1*.

Arumsari, C. (2018). Kekuatan karakter dan kebajikan dalam bimbingan dan konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, *2*(01), 1-5.

Astuti, Y., & Mardius. A. (2017). Pengembangan Permainan Kolaboratif dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah Dasar untuk Optimalisasi Pembentukan Karakter. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 2(2), 79-86

Baktio, H., Utama, W., & Tingkat IV, D. K. A. P. (2013). Kecerdasan emosi.

Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, *6*(3).

Bariyah, K. (1999). Implementasi Disiplin Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *Likhitaprajna*, *16*(2), 27-36.

Barric, M.R. & Ryan, A.M. (2003) Personality and work: Reconsidering The Role Of Personality In Organization. San Fransisco: Jossey-Bass.

Cahyaningrum, J. (2021). Pengaruh Latihan Mental Training Terhadap Prestasi Atlet. *Jurnal Edukasimu*, *1*(3).

Cashmore, Ellis. (2008). *Sport and Exercise Psychology Second Edition*. New York: Routledge.

Dewi, E. M. P. (2017). Psikologi Olahraga Mental Training.

Dimyati, D. (2006). Peranan Psikologi Olahraga dalam Mengembangkan Olahraga Prestasi di Indonesia. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, *11*(22), 149-155.

Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta

Djerubu, D., & Fil, S. (2022). Teori Komunikasi Dan Peranan Komunikasi. *Ilmu Komunikasi dan Statistik*, 17.

Duda, J. (2007). Motivation in sport settings: A goal perspective approach. In Essential readings in sport and exercise psychology (pp. 78-93). Human Kinetics.

Effendi, H. (2016). Peranan Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet. Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial, 1(1).

Ekaningtyas, N. L. D. (2020). Psikologi Komunikasi untuk Memaksimalkan Internalisasi Nilai-Nilai Toleransi Pada Anak Usia Dini. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 14-20.

Fabella, Armand T. 1993. *Anda Sanggup Mengatasi Stres*. Indonesia Publishing House.

Fauzi, I., & Akbar, M. (2019, November). Sistem Pakar Diagnosa Trauma Dengan Metode Teorema Bayes. In Seminar Multimedia & Artificial Intelligence (Vol. 2, pp. 107-116).

Feist, J. & Fesit, G.J. (1998). Theories of Personality. Fourth edition. New York: McGraw Hill Company

Fernandi, I. D. (2013). Hubungan persepsi komunikasi interpersonal pelatih-atlet terhadap motivasi berprestasi pada atlet hoki. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, *2*(1).

Firdaus, K. (2012). Psikologi olahraga teori dan aplikasi. *The British Journal of Psychiatry*, *111*.

Fortes, L. D. S., Lira, H. A. A. D. S., Lima, R. C. R. D., Almeida, S. S., & Ferreira, M. E. C. (2016). Mental training generates positive effect on competitive anxiety of young swimmers?. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, *18*, 353-361.

Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. Buletin psikologi, 24(1), 1-11.

Gattas, Mauricio. (2005). Comparison of personality characteristic between high-level Brazilian athletes and non athletes. Rev Bras Esporte, 11, 114-118.

Gayem, Ilyasi. (2011). Comparison of personality traits between individual and team athletes. Middle-East Journal of Scientific Research, 9 (4): 527-530.

Gowthorp, L., Toohey, K., & Skinner, J. (2017). Government involvement in high performance sport: An Australian national sporting organisation perspective. *International Journal of Sport Policy and Politics*, *9*(1), 153-171.

Gunadi, D. (2018). Peran Olahraga Dan Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Karakter. Jurnal Ilmiah Spirit, 18(3).

Gunarsa, S. D. (2008). Psikologi perkembangan anak dan remaja. BPK Gunung Mulia.

Gunarsa, S.D. (2004). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Gustian, U. (2016). Pentingnya Perhatian dan Konsentrasi dalam Menunjang Penampilan Atlet. Jurnal Performa Olahraga, 1(01), 89-102.

Hadi, R. (2011). Peran pelatih dalam membentuk karakter atlet. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, *1*(1).

Hakim, Thursan. 2004. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Puspa Suara

Hardiyono, B. (2020). Tingkat kecemasan sebelum bertanding dan percaya diri pada saat bertanding atlet Pelatda Pengprov FPTI Sumatera Selatan. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, *4*(1), 47-54.

Harsono. (1988). Coaching dan Aspek- Aspek Psikologi dalam Coaching. Jakarta, Tambak Kesuma

Harta, L. L. (2019, May). Implementasi Pendidikan Karakter di Era 4.0 Melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah. In Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains (Vol. 1, No. 1).

Hasanah, U. (2018). Metode Pengembangan Moral Dan Disiplin Bagi Anak Usia Dini. *Martabat: Jurnal Perempuan dan Anak*, *2*(1).

Hendayani, M. (2019). Problematika Pengembangan Karakter Peserta Didik Di Era 4.0. Jurnal Penelitian Pendidikan Islam.(SL), 7(2), 183-198.

Hendriana, E. C., & Jacobus, A. (2017). Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah Melalui Keteladanan dan Pembiasaan. JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia), I(2), 25-29.

Heuken, Adolf S.J. (1989) Tantangan Membina Kepribadian: Pedoman Mengenal Diri. Kanisius: Yogyakarta.

Hidayat, H., & Sukitman, T. (2020). Model Pembelajaran Pendidikan Karakter di MI Tarbiyatus Shibyan Jadung Dungkek Sumenep. Autentik: Jurnal Pengembangan Pendidikan Dasar, 4(1), 33-41.

Hidayat, O. (2020). Pendidikan Karakter Anak Sesuai Pembelajaran Abad ke-21. Jakarta: Edura - UNJ.

Hixson, K. M., Allen, A. N., Williams, A. S., & McLeod, T. C. V. (2017). Is state anxiety, trait anxiety, or anxiety sensitivity a clinical predictor of symptoms in those presenting with mild traumatic brain injury or concussion?. *Journal of sport rehabilitation*, *26*(6), 588-594.

Hoedaya, D. (2007). Kajian psikologi olahraga dari perspektif disiplin keilmuan. *Bandung: FPOK UPI*.

Hollander, E.P. (1971). Principles and Methods of Social Psycology, 2 nd ed. Oxford University Press, New York.

Hoover, S. J., Winner, R. K., McCutchan, H., Beaudoin, C. C., Judge, L. W., Jones, L. M., ... & Hoover, D. L. (2017). Mood and performance anxiety in high school basketball players: A pilot study. International journal of exercise science, 10(4), 604.

http://makalahkuki.blogspot.com/2018/11/motivasi-dalam-olahraga.html

Ilham, Z. (2021, December). Peranan psikologi olahraga terhadap atlet. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga* (Vol. 1, No. 2, pp. 274-282).

Intani, A. D., & Mulyadi, R. (2020). Analisis Anxiety Atlet Futsal Saat Sebelum Bertanding Siswa Ekstrakulikuler SMPIT Thariq Bin Ziyad Boarding School Cikaran. *Jurnal Olympia*, *2*(1), 22-28.

Jailani, M. (2019). Hubungan Status Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Motivasi Anak Untuk Berwirausaha. Pedagogik: Jurnal Pendidikan, 14(1), 35-42

Jalili, fatameh. (2011). Comparison of personality dimensions, mental toughness, and social skills of female students athletes (team-individual) and non-athletes. Journal of Annals Biological Research, 2 (6), 554-560.

James, Apta. (2016). *Mental Training,* Jakarta: Cakrawala Cendikia.

James, T. (2018). *Sport Psychometrics Dasar-dasar dan Instrumen Sport Psikometri*, Depok: Rajawalipers

James, T., & Apta, M. (2017). *Mental Training* Aspek-Aspek Psikologi dalam Olahraga, Jakarta: Cakrawala Cendikia.

James, T., & Mylsidayu, *A. (2017). Mental Training Aspek-aspek Psikologi dalam Olahraga*, Jakarta: Cakrawala Cendekia.

Jannah, M. (2017). Kecemasan dan konsentrasi pada atlet panahan. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *8*(1), 53-60.

Jesicca, Gasiorek. (2013). Communication, Voluntering, and Aging: A Research Agenda. *International Journal of Communication.* California: Amerika Serikat

Kahar, I. A. (2008). Konsep Kepemimpinan Dalam Perubahan Organisasi (Organizational Change) Pada Perpustakaan Perguruan Tinggi. Pustaha: Jurnal Studi Perpustakaan dan Informasi, 4(1), 21-27.

Karageorghis, C. I., Terry, P. C., Lane, A. M., Bishop, D. T., & Priest, D. L. (2011). The bases expert statement on the use of music in exercise. The Sport and Exercise Scientist, (28), 18-19.

Katjna. (2004). Personality in high-risk sports athlete. Journal of Kinesiology, 24-34.

Khan, Z., Haider, Z., Ahmad, N., & Khan, S. (2011). Sports achievement motivation and sports competition anxiety: A relationship study. *Journal of Education and Practice*, *2*(4), 1-5.

Kiswantoro, A. (2015). Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Life Model Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Atlet Persinas Asad Kabupaten Kudus Tahun 2015. *Jurnal Konseling Gusjigang*, *1*(2).

Kiswantoro, A. (2016). Pembinaan mental bagi atlet pemula untuk membantu pengendalian agresifitas. *Jurnal konseling GUSJIGANG*, *2*(1).

Koeswara, E. (2001). *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: Eresco.

Komarudin, K., & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *16*(1), 1-8.

Komsiyah, I. (2016). Kepemimpinan Transformatif perkembangan dan implementasinya pada lembaga pendidikan. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, *4*(2), 293-316.

Krisnabayu, A., Hudain, A., & Masjaya, A. (2019). Survei Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Smp Negeri 6 Sinjai Selatan Kabupaten Sinjai (Doctoral dissertation, Universitas Negeri. Makassar).

Krumer, Alex. (2011). Why do professional athletes have different time preferences than non-athletes?. Judgement and Decision Making, 542-551.

Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. (2018). Analisis tingkat kecemasan (anxiety) dalam menghadapi pertandingan atlet sepak bola Kabupaten Banyuasin pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, *17*(2), 28-35.

Kurniawati, K. (2021). Peningkatan kedisiplinan melalui metode reward and punishment pada Siswa Kelas 2 SDN Keputran. *FOUNDASIA*, *12*(1).

Kusumawati, M., & Mylsidayu, A. (2015). Analisis Anxiety Atlet Porda Kota Bekasi. Motion: Jurnal Riset Physical Education, 6(1), 1-16.

Kusumawati, T. I. (2019). Komunikasi verbal dan nonverbal. AL-IRSYAD, 6(2).

Larsen, R.J., Buss, David M. (2002). Personality Psychology: Domain Of Knowledge About Human Nature. New York: McGraw Hill.

Lisdiani, L. (2019). Analisis Gaya Kepemimpinan Pelatih Dan Pencapaian Prestasi Atlet Karate Di Dojo Se-Kota Semarang Tahun 2018 (Doctoral dissertation, UNNES).

Lomu, L., & Widodo, S. A. (2018). Pengaruh motivasi belajar dan disiplin belajar terhadap prestasi belajar matematika siswa.

Mahendra, Y. (2019, August). Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar. In Prosiding Seminar Nasional Pagelaran Pendidikan Dasar Nasional (Ppdn) 2019 (Vol. 1, No. 1, Pp. 257-266).

Maksum, A. (2005). Olahraga Membentuk Karakter: Fakta atau Mitos. Jurnal Ordik, 3(1), 23-30.

Marcellina, S., & Maulana, H. (2014). Perbedaan kecemasan cedera berulang berdasarkan strategi coping stres pada atlet yang pernah cedera. *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, *3*(1), 8-12.

Mardalena, E. M. (2020). Pengaruh Disiplin Kerja, Komitmen Kerja. Dan Karakteristik Individu Terhadap Total Quality Management. Jurnal Manajemen Bisnis Unbara, 1(1), 35-54.

Margono, M. (1995). Foundation of Physical Education and Sport. *Cakrawala Pendidikan*, 86948.

Marhaento, P. (2010). Interpersonal Relationship Management In Sport Coaching Process. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, *6*(1), 60-63.

Marlina, L. (2013). Tipe-Tipe Kepemimpinan Dalam Manajemen Pendidikan. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam*, *18*(02), 215-227.

Meichenbaum, D., & Fitzpatrick, D. (1993). A constructivist narrative perspective on stress and coping: Stress inoculation applications.

Meo, M. (2019). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Membentuk Nilai-Nilai Karakter. Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti. 6(2), 167-176.

Miranda, I., Al Hakim, I., & Wibowo, B. Y. (2019). Efektivitas Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, *4*(2).

Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan antara percaya diri dan kerja keras dalam olahraga dan keterampilan hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, *12*(1).

Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri Dan Kerja Keras Dalam Olahraga Dan Keterampilan Hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, *12*(1).

Morgan, W.P. (1972). Sport Psychology. In R.N. Singer (Ed), The Psychomotor domain. Philadelphia: lea & Febinger. 193-228

Mumek, I. C. (2013). Proses Komunikasi Interpersonal Pecatur Bersaudara Dalam Saling Memotivasi. *Jurnal e-Komunikasi*, *1*(1).

Mustafa, P. S.. & Dwiyogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA), 3(2), 422-438.

Mustaqim. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Mustoip, S., Japar, M., & Ms, Z. (2018). Implementasi Pendidikan Karakter. Jakarta: CV. Jakad Publishing Surabaya 53

Narsa, I. M. (2012). Karakteristik Kepemimpinan: Transformasional versus Transaksional. Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan (Journal of Management and Entrepreneurship), 14(2), 102-108.

Nasution, I. K. (2007). Stres pada Remaja. *Universitas Sumatra Utara*, 1-26.

Nucci, L. P., Narvaez, D., & Krettenauer, T. (Eds.). (2014). *Handbook of moral and character education*. New York: Routledge.

Nugroho, S. A. (2016). *Gaya Kepemimpinan Pelatih Terhadap Kualitas Permainan Pemain Sepakbola (Studi Kasus Pada Ps Unnes Dan Ps Unika Tahun 2016)* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Nur, M. D. (2019). Pengaruh Metode Latihan Dan Konsentrasi Terhadap Hasil Shooting Free Throw Pada Permainan Bola Basket Putri Ekstrakurikuler di SMA NEGERI MAYONG (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Nurhuda, F. (2019). *Pengaruh Mental Imagery Dan Relaksasi Psikologis Terhadap Percaya Diri Dan Kecemasan Pada Atlet Prajunior Senam Ritmik Se-Kota Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Nurmalina, N. (2016). Disiplin dan Motivasi Kerja Guru Mempengaruhi Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal As-Salam*, *1*(1), 83-95.

Nusufi, M. (2016). Melatih Konsentrasi Dalam Olahraga. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 15(2), 54-61.

Nuzula, F. (2015). Psikologi dan komunikasi. *El-Hikam*, *8*(2), 403-420.

Oktafiranda, N. D., Pelana, R., & Marani, I. N. (2015). Efektifitas Komunikasi antara Pelatih dan Atlet terhadap Prestasi Atlet Panahan Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP) Nasional. *JURNAL SEGAR*, *3*(2), 87-101.

Permana, D., & Praetyo, A. F. (2021). PSIKOLOGI OLAHRAGA Pengembangan Diri dan Prestasi. Penerbit Adab.

Permana, D., & Praetyo, A. F. (2021). *Psikologi Olahraga Pengembangan Diri dan Prestasi*. Penerbit Adab.

Pervin, L.A & John, O.P. (2001). Personality: Theory and Reasearch. 8 ed. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Prasetiawan, H. (2016). Peran Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan Ramah Anak terhadap Pembentukan Karakter Sejak Usia Dini. *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)*, *4*(1), 50-60.

Prasetya, E. E., Supriyono, Y., & Ramli, A. H. (2009). Dampak kecemasan pada atlet bola basket sebelum bertanding. *Malang: Universitas Brawijaya*.

Pratama, D. A. N. (2019). Tantangan Karakter Di Era Revolusi Industri 4.0 Dalam Membentuk Kepribadian Muslim. Al-Tanzim: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 3(1), 198-226.

Prayogo, L. J. Y. (2021, December). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi cabang olahraga sepakbola. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga* (Vol. 1, No. 2, pp. 220-228).

Prihartanta, W. (2015). Teori-teori motivasi. *Jurnal Adabiya*, *1*(83), 1-14.

Priono. (2008). Metode Penelitian Kuantitatif. Surabaya. Zifatama Publishing

Purba, S., Subakti, H., Cendana, W., Cecep, H., Simarmata, W. F., Tanjung, R., & Avicenna, A. (2021). Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi Pendidikan. Yayasan Kita Menulis.

Purnomo, E., & Jemaina, N. (2018). Independent Exercise Motivation Analysis (Studi Psikologi Olahraga). *Indonesia Performance Journal*, *2*(2), 99-104.

Purwoto, S. A. (2019). *Hubungan Komunikasi Interpersonal Dengan Ketangguhan Mental Atlet Sepak Bola* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

R. C., & N, G.. (2019). Itensitas Olahraga Terhadap Prilaku Sosial. Bandung: Journal Unnes.

Radenković-Šošić, B. (2012). Retorical figures in advertising language. *Glasnik Etnografskog instituta SANU*, *60*(2), 73-88.

Raharjo, S. B. (2010). Pendidikan Karakter Sebagai Upaya Menciptakan Akhlak Mulia. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, 16(3), 229-238.

Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan, Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Yayasan Obor Indonesia.

Ranto, Y. (2014). Efektifitas Kemimpinan Lembaga Swadaya Masyarakat dalam Pembinaan Olahraga Prestasi (Study Kasus di Padepokan Angkat Besi dan Angkat Berat Gajah

Lampung). *Phederal: Physical Education, Health and Recreation Journal*, *8*(1), 13937.

Rasti, M. A. (2017). Effect Of Mental Training Programme In Improving Mental Toughness And Coping Abilities Among Tehranhigh School Student Athletes.

Richard H. Cox. (2007). *Sport Psychology Sixth Edition*. Columbia: University of Missouri.

Rizqiyah, R. (2020). *Hubungan antara mental toughness dengan peak performance pada atlet* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).

Robbins, S. P. (1998). Organizational behavior: Concepts, Controversies, applications (8th ed). Upper Sadlle River, NJ: Prentice-Hall

Roberts, G. C., & Treasure, D. (2012). *Advances in motivation in sport and exercise*. Human Kinetics.

Rohman, F. (2018). Peran Pendidik Dalam Pembinaan Disiplin Siswa di Sekolah/Madrasah. *Ihya Al-Arabiyah: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Arab*, *4*(1).

Rohmansyah, N. A. (2017). Kecemasan dalam olahraga. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, *3*(1).

Rohmatika, I. N. M. (2021, December). Kajian psikologi olahraga terhadap performa atlet. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga* (Vol. 1, No. 2, pp. 179-186).

Romas, M. Z. (2019, October). Profil Peran Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet di Serang-Banten Menuju Jawara. In Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG) (Vol. 2.No. 1).

Rosad, A. M. (2019). Implementasi Pendidikan Karakter melalui Managemen Sekolah. Tarbawi: Jurnal Keilmuan Manajemen Pendidikan, 5(02), 173 190.

Sa'diyah, R. (2017). Pentingnya melatih kemandirian anak. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, *16*(1), 31-46.

Safitri, K. (2020). Pentingnya Pendidikan Karakter Untuk Siswa Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Era Globalisasi. Jurnal Pendidikan Tambusai, 4(1), 264-271.

Sagala, H. S., & Sos, S. (2018). *Pendekatan & Model Kepemimpinan*. Prenada Media.

Sahertian, P. (2010). Perilaku kepemimpinan berorientasi hubungan dan tugas sebagai anteseden komitmen organisasional, self-efficacy dan Organizational Citizenship Behavior (OCB). Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan (Journal of Management and Entrepreneurship), 12(2), 156-169.

Sanhueza, J. A., Zambrano, T., Bahamondes-Avila, C., & Salazar, L. A. (2016). Association of anxiety-related polymorphisms with sports performance in Chilean long distance triathletes: a pilot study. *Journal of sports science & medicine*, *15*(4), 554.

Santrock, John W. 2008. *Psikologi Pendidikan*: Edisi Kedua. Jakarta: Kencana

Sari, R. M. (2012). *Mental Juara Atlet Berprestasi (Studi Kasus Profil Mental Juara Mardi Lestari Sebagai Pelari Tercepat Asia Dekade 1986-1996)* (Doctoral dissertation, UNS (Sebelas Maret University)).

Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. International journal of sport and exercise psychology, 16(6), 622-639.

Schurr, K.T., Ashley, M.A. & Joy, K.L. (1977). "A multivariate analysis of male athlete characteristics: Sport type and success", Multivariate Ex-perimental Clinical Research, 3, 54-68.

Setiawan, B. G., Abidin, Z., & Sodjakusumah, T. I. (2020). Gambaran Coping Stress Pada Atlet Tim Nasional Sepakbola Indonesia. *Journal of Psychological Science and Profession*, *4*(3), 182-188.

Setiyawan, S. (2017). Kepribadian atlet dan non atlet. *Jendela Olahraga*, *2*(1).

Sidik, D. Z. (2010). Prinsip Prinsip Latihan Dalam Olahraga Prestasi.

Sidiq, U., & Choiri, M. M. (2019). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan. Ponorogo: CV Nata Karya.

Sin, T. H. (2016). Persiapan Mental Training Atlet Dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Performa Olahraga*, *1*(01), 61-73.

Sin, T. H. (2017). Disiplin Atlet dalam Latihan. *Sporta Saintika*, *2*(1), 240-251.

Siswati, S., Utomo, C. B., & Muntholib, A. (2018). Implementasi Pendidikan Karakter dalam Membentuk Sikap dan Perilaku Sosial Peserta Didik Melalui Pembelajaran Sejarah di SMA PGRI 1 Pati Tahun Pelajaran. 2017/2018. Indonesian Journal of History Education, 6(1), 1-13.

Sitepu, I. D. (2016). Dampak kecemasan pada atlet bola basket sebelum memulai pertandingan. *Jurnal Psikologi Konseling Vol*, *8*(1).

Situmorang, A. S. (2012). Gaya kepemimpinan pelatih olahraga dalam upaya mencapai prestasi maksimal. *Online Jurnal_PKR-2_pdf (accessed 10/1/2014)*.

Sohrabi. (2011). Physcological profile of athletes in contact and non-contact sports. Middle-East Journal of Scientific Research, 9 (5), 638-664.

Solomon, A., & Steyn, R. (2017). Leadership Style And Leadership Effectiveness: Does Cultural Intelligence Moderate The Relationship?. *Acta Commercii*, *17*(1), 1-13.

Sri, Winarni. 2011. *Pengembangan Karakter Dalam Olahraga dan Pendidikan Jasmani*. FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Stuart, J.M. (2003). Extraversion and neuroticism in contact athletes, no contact athletes and non-athletes: a research note. Athleteic Insight, 19-27.

Subianto, J. (2013). Peran Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat Dalam Pembentukan Karakter Berkualitas. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, *8*(2).

Sudarji, S. (2018). Hubungan antara nomophobia dengan kepercayaan diri. Psibernetika, 10(1).

Sujarwo, S. (2011). Motivasi berprestasi sebagai salah satu perhatian dalam
memilih strategi pembelajaran. *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, *7* (2).

Sukadiyanto, S. (2010). Stress dan Cara Menguranginya. Jurnal Cakrawala Pendidikan, 1(1).

Sukamti, E. R., & Hidayat, I. T. (2010). Upaya Pelatih Dalam Mengatasi Kecemasan Atlet Senam Sebelum Perlombaan Pada Pekan Olahraga Pelajar Nasional 2009. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi), 6(2), 100-109.

Sumarjo, S. (2017). Peran psikologi olahraga dan kepelatihan dalam olahraga. *Warta Dharmawangsa*, (51).

Supomo, R., & Nurhayati, E. (2018). *Manajemen Sumber Daya Manusia*.

Suryabrata, Sumadi. 2004. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Sutoro, S., Guntoro, T. S., & Putra, M. F. P. (2020). Mental atlet Papua: Bagaimana karakteristik psikologis atlet atletik?. *Jurnal Keolahragaan*, *8*(1), 63-76.

Syah, Muhibbin. 2012. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Syahrul, S. (2014). Pengaruh perilaku kepemimpinan pelatih dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental atlet sepakbola.

Tangkudung, J. (2018). Sport Psychometrics Dasar-dasar dan Instrumen Sport Psikometri. Jakarta: Rajawali Printing.

Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). Mental Training Aspek-Aspek Psikologi dalam Olahraga. Jakarta: Cakrawala Cendekia.

Tuloli, J., & Ismail, E. D. (2016). Pendidikan Karakter Menjadikan Manusia Berkarakter Unggul. Gorontalo: UII Press.

Tutko, T. A., & Richards, J. W. (1971). *Psychology of coaching*. Boston: Allyn and Bacon.

Umarudin, T. (2021). *Peran Pelatih Dalam Menumbuhkan Sikap Sabar Dan Disiplin Mahasiswa (Studi Kasus PSHT Komisariat IAIN Ponorogo)* (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).

Utama, A B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas BermainDalam Pendidikan Jasmani. Jurnal pendidikan jasmani indonesia, 8(1).

Utomo, A. A. B. (2018). Peranan Intrinsic and Extrinsic Motivation Dalam Meningkatkan Prestasi Olahraga.

Valentin, R. G. (2016). Upaya Meningkatkan Konsentrasi Melalui Latihan Relaksasi Atlet Senam Ritmik Sumut Tahun 2015 (Doctoral dissertation, UNIMED).

Verawati, I. (2015). Tingkat kecemasan (anxiety) atlet dalam mengikuti pertandingan olahraga. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 21(79), 40-45.

Weinberg & Gould, (2003). *Foundations of Sport and Exercise Psychology Third Edition.* United State Amerika: Human Kinetics.

Weinberg & Gould. (2006). *Foundations of Sport and Exercise Psychology Fourth Edition*. United State Amerika: Human Kinetic

Weinberg, R.S., Gould, D. (2007). Foundations of sports and exercise physicology. Fourth edition. Michigan: Human Kinetics.

Wibowo, S. A. P., & Rahayu, N. I. (2016). Pengaruh Latihan Mental Imagery Terhadap Hasil Tembakan Atlet Menembak Rifle Jawa Barat. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, *1*(2), 23-29.

Wicaksono, D. (2012). Membangun Kedisiplinan Melalui Aktivitas Berlatih Di Klub Pembinaan Olahraga Prestasi. In *Seminar Nasional Olahraga. Universitas Negeri Yogyakarta*.

Wicaksono, D. (2012). Sumbangan ilmu penunjang olahraga terhadap pembinaan olahraga prestasi. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, *8*(2), 91-101.

Widiani, H. (2011). Sumber stres dan strtegi coping pada pelajar atlet bulutangkis.

Wijayanto, A. (2021). Disrupsi Strategi Pembelajaran Olahraga Serta Tantangan Dalam Menghadapi New Normal Selama Masa Pandemi Covid-19.

Wijayanto, A. (2021). Olahraga Dan Pendidikan Jasmani Dalam Memacu Loncatan Sdm Berkompetensi Selama Pandemi.

Wijayanto, A. (2021). Terdepan dalam Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan sebagai Pemacu SDM Unggul Selama Pandemi.

Winarni, S. (2011). Pengembangan Karakter dalam Olahraga dan Pendidikan Jasmani. Jurnal Cakrawala Pendidikan. (2).

Woodman, T. I. M., & Hardy, L. E. W. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. *Journal of sports sciences*, *21*(6), 443-457.

Yane, S. (2016). Kecemasan dalam olahraga. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, *2*(2), 188-194.

Yarnita, Y., & Efitra, E. (2020). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Budaya Keselamatan Pasien pada Perawat di Ruang

Rawat Inap RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20(3), 827-833.

Yasin, F. (2011). Penumbuhan Kedisiplinan Sebagai Pembentukan Karakter Peserta Didik Di Madrasah. *El-Hikmah*, (1).

Yokananthini, A., & Murugeesan, P. (2017). Factors Influencing The Coach-Athlete Relationship In Malaysian Team Sports.

Yuliawan, D. (2016). Pembentukan Karakter Anak Dengan Jiwa Sporti Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Journal Of Sportif, 2(1).106 112.

Yuliyanto, A., Fadriyah, A., Yeli, K. P., & Wulandari, H. (2018). Pendekatan saintifik untuk mengembangkan karakter disiplin dan tanggung jawab siswa sekolah dasar. *Metodik Didaktik: Jurnal Pendidikan Ke-SD-an*, *13*(2).

TENTANG PENULIS

Oki Candra

Lahir di Baserah 01 Oktober 1988, anak ketiga dari tujuh bersaudara pasangan Bapak Anizar dan Ibu Yuliarnis (Alm). Menikah dengan Putri Wahyuni, S.Pd., M.Pd dan mempunyai 3 orang anak bernama Excelia Humaira PC, Queensha Shahia PC dan Haziq Gibran PC. Menyelesaikan pendidikan formal di SD, SMP, dan SMA Baserah di Kecamatan Kuantan Hilir Kab. Kuantan Singingi

Kemudian tahun 2006 melanjutkan pada program Sarjana (S1) Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau dan selesai tahun 2010. Pada tahun 2011 berkesempatan meneruskan kuliah pada program Magister (S2) Manajemen Pendidikan Olahraga di Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang dan pada tahun 2015 meneruskan kuliah pada program Doktor (S3) Pendidikan Olahraga di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta selesai 2018.

Pengalaman Kerja: Dosen Penjaskesrek di Universitas Islam Riau (2011-sekarang). Pengalaman berorganisasi yaitu sebagai pengurus Perbasi Provinsi Riau (2016-2020), Pengurus Olahraga Petanque Kota Pekanbaru 2019 s/d 2023, Pengurus Perbasi Kota Pekanbaru 2021-2025, Pengurus ISORI Riau 2021-2025 dan Wakil Ketua Cabang Olahraga Woodball Kota Pekanbaru 2022-2026. Adapun pengalaman melatih bola basket yaitu dimulai dari tahun 2006-sekarang.

Tri Prasetyo

Lahir di Durai Kecamatan Moro, 07 November 1997, anak ketiga dari tiga bersaudara pasangan Bapak Tukirin dan Ibu Jamilah (Alm). Menyelesaikan pendidikan formal di SD, SMP, dan SMA di Kecamatan Durai Kabupaten Karimun. Kemudian tahun 2017 melanjutkan pada program Sarjana (S1) Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau dan selesai tahun 2021. Pada tahun 2021 berkesempatan meneruskan kuliah pada program Magister (S2) Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Padang (Sedang masa studi).

REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN
CIPTAAN

Dalam rangka pelindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan	:	EC002022103459, 10 Desember 2022
Pencipta		
Nama	:	**Oki Candra dan Tri Prasetyo**
Alamat	:	Jalan Kelapa Sawit Blok B No 17 Simpang Tiga Marpoyan, Pekanbaru, RIAU, 28284
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Pemegang Hak Cipta		
Nama	:	**Oki Candra dan Tri Prasetyo**
Alamat	:	Jalan Kelapa Sawit Blok B No 17 Simpang Tiga Marpoyan, Pekanbaru, RIAU, 28284
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Jenis Ciptaan	:	**Buku**
Judul Ciptaan	:	**Psikologi Olahraga**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia	:	28 November 2022, di Purbalingga
Jangka waktu pelindungan	:	Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.
Nomor pencatatan	:	000419203

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual
u.b.
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Anggoro Dasananto
NIP.196412081991031002

Disclaimer:
Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.