

ASPEK-ASPEK PSIKOLOGIS ATLET-SISWA PERMAINAN BOLA BASKET BERDASARKAN JENIS KELAMIN DAN POSISI BERMAIN

M. Faisal Giri Bahari Haryono¹, Yusuf Hidayat², Alit Rahmat³

¹ Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia.

Email: giriharyono802@gmail.com, yusuf_h@upi.edu, alitrahmat@upi.edu

ABSTRAK

Aspek psikologis merupakan salah satu aspek yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi dalam permainan olahraga, khususnya bola basket. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui aspek psikologis atlet-siswa pemain bola basket berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain. Metode penelitian menggunakan *Systematic Literature Review* (SLR) yang dilakukan dengan cara mencari data melalui *research question* yang dirumuskan fokus pada 5 elemen yang disebut PICOC. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan aspek psikologis atlet-siswa pemain bola basket berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain. Terdapat perbedaan aspek psikologis antara atlet-siswa laki-laki dengan atlet-siswa perempuan. Atlet perempuan cenderung sering menggunakan kemampuan aspek psikologisnya pada waktu berlatih sedangkan atlet laki-laki cenderung menggunakan kemampuan aspek psikologisnya pada saat bertanding. Namun keduanya memiliki perbedaan secara keseluruhan aspek psikologisnya. Dan terdapat perbedaan yang tidak signifikan dalam aspek psikologis atlet-siswa pada posisi guard, forward dan center, ketiganya memiliki sebagian keunggulan dari seluruh aspek psikologis.

Keywords: *Aspek Psikologis, Bola Basket, Jenis Kelamin, Posisi Bermain.*

PENDAHULUAN

Aspek psikologis merupakan salah satu aspek yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi dalam permainan olahraga, khususnya bola basket. Terdapat tiga unsur utama yang saling berkaitan dengan penampilan seorang pemain, ketiga unsur tersebut adalah pelatih, lingkungan dan individu pemain tersebut (Pulungan & Dimiyati, 2019). Berdasarkan pendapat tersebut, maka dapat diketahui bahwa dalam mencapai performa pemain dalam kondisi paling baik, aspek yang paling berpengaruh ada pada diri pemain.

Terdapat beberapa ahli olahraga yang mengemukakan bahwa seorang atlet dalam suatu pertandingan dipengaruhi oleh mental dan psikologis atlet sebesar 80% dan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain sebanyak 20% (Wibowo et al., 2019), hal tersebut menunjukkan pentingnya aspek psikologis dalam olahraga khususnya dalam sebuah pertandingan dan juga merupakan alasan masalah mental atlet sering menjadi penghambat atlet untuk mencapai puncak penampilannya dan lebih jauh tentu akan berpengaruh pada prestasinya.

Gender merupakan salah satu faktor interpersonal penting dalam olahraga kompetitif yang perlu diperhitungkan (Katsikas et al., 2009). Dalam aspek kekuatan fisik

perempuan tidak akan melebihi kekuatan fisik laki-laki seperti pada aspek lari, lompat, dan berenang (Najah & Rejeb, 2016). Terdapat perbedaan karakteristik psikologis antara pemain laki-laki dengan perempuan, pemain laki-laki lebih baik dalam mengontrol emosi dan relaksasi dibandingkan dengan perempuan (Katsikas et al., 2009). Perbedaan tersebut karena laki-laki memiliki lima hal yang menjadikannya lebih unggul daripada perempuan diantaranya adalah kepercayaan diri, pengendalian visual dan imagery, tingkat motivasi, energi positif, dan pengendalian sifat, sedangkan perempuan hanya memiliki keunggulan dalam hal pengendalian energi negatif dan mengendalikan perhatian. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam hal permainan bola basket atau atlet bola basket juga memiliki perbedaan aspek psikologis berdasarkan jenis kelamin. Selain berdasarkan jenis kelamin, aspek psikologis atlet-siswa bola basket juga memungkinkan terdapat perbedaan aspek psikologis atlet-siswa berdasarkan posisi bermain.

Berdasarkan karakteristik posisi bermain bola basket yang berbeda, maka aspek keterampilan psikologis setiap posisi bermain juga berbeda. Setiap posisi bermain bola basket memiliki perbedaan dalam melakukan pengaturan bola dan pengaturan diri selama pertandingan (te Wierike et al., 2015). Lebih lanjut, Penelitian yang dilakukan oleh Sood menjelaskan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan emosional pemain bola basket berdasarkan posisi bermain (Sood, 2017). Dalam studi kasus tersebut, posisi bermain meliputi posisi guard, forward dan center. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat kecenderungan perbedaan dalam hal aspek psikologis atlet-siswa bola basket berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain.

METODE

Penelitian ini menggunakan *Systematic Literature Review* (SLR) yang merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk pada metodologi penelitian atau riset tertentu dan pengembangan yang dilakukan untuk mengumpulkan serta mengevaluasi penelitian yang terkait pada fokus topik tertentu (Triandini et al., 2019). *Research question* atau pertanyaan penelitian yang dibuat berdasarkan kebutuhan dari topik penelitian. Perumusan *research question* fokus pada 5 elemen yang dikenal sebagai PICOC yaitu *Population* (P), kelompok sasaran untuk investigasi, *Intervention* (I), investigasi atau masalah yang menarik bagi peneliti, *Comparison* (C), membandingkan aspek investigasi dengan intervensi, *Outcomes* (O), efek dari intervensi, *Context* (C), latar atau lingkungan investigasi (Wahono, 2016). P = Atlet-Siswa, I = Aspek Psikologis, C = Aspek psikologis pada cabang olah raga lain, O = Meningkatkan keterampilan psikologis atlet-siswa berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain, C = Peningkatan prestasi dengan memperhatikan aspek psikologis atlet-siswa.

Search process atau proses pencarian data yang dibutuhkan. Data yang diperoleh dari situs google scholar alamat situs <https://scholar.google.co.id/>. Mencari jurnal dengan memasukan kata kunci "aspek psikologis" dan istilah penelusuran "atlet-siswa" dan "posisi bermain bola basket" dan "aspek psikologis pemain bola basket berdasarkan jenis kelamin". Pencarian data dilakukan dengan menggunakan kriteria. Kriteria masukan dan batasan digunakan untuk mengetahui data layak atau tidak untuk digunakan dalam penelitian ini. Kriteria dalam penelitian ini meliputi data yang digunakan dalam jangka

tahun 2013-2023, data diperoleh dari sumber <https://scholar.google.co.id/> kemudian data yang digunakan hanya mengenai aspek psikologis atlet-siswa permainan bola basket berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pencarian *literature* dilakukan pada November 2023, proses pencarian dilakukan berdasarkan tahun publikasi pada rentang waktu 2013-2023 dengan menggunakan *keywords* "aspek psikologis" dan istilah penelusuran "atlet-siswa" dan "posisi bermain bola basket" dan "aspek psikologis pemain bola basket berdasarkan jenis kelamin". Hasil pencarian dari situs google scholar terdapat 742 artikel, selanjutnya artikel diseleksi. *Literature* yang digunakan hanya artikel jurnal, proses seleksi studi penelitian dilakukan dengan melihat judul, abstrak, teks lengkap dan diperoleh hasil studi utama yang akan digunakan untuk dianalisis lebih lanjut.

Setelah mendapatkan 742 artikel sebelum dilakukan filter, setelah dilakukan filter pencarian dengan rentang waktu 2013-2023 diperoleh artikel sebanyak 553 artikel. Untuk menyempurnakan hasil pencarian maka diseleksi secara manual untuk memperoleh studi utama yang diinginkan dan sesuai yang dibutuhkan. Dari 553 artikel, terdapat 392 artikel yang memiliki judul dan abstraknya tidak sesuai dengan topik atau tema penelitian, selain itu terdapat 134 artikel yang tidak valid atau bukan sebuah artikel jurnal melainkan makalah, skripsi dan tesis, yang artinya tidak sesuai dengan format yang dibutuhkan. Setelah itu, dilakukan seleksi kembali untuk menemukan artikel yang lebih sesuai dengan topik, hasil seleksi menunjukkan terdapat 20 artikel terpilih yang berkaitan dengan aspek psikologis secara umum. Dari 20 artikel yang diperoleh tersebut kemudian dilakukan seleksi dan menghasilkan 7 artikel yang berkaitan secara langsung dan sesuai dengan topik penelitian. Artikel terpilih tersebut berkaitan dengan aspek psikologis atlet berdasarkan permainan, berdasarkan posisi bermain dan jenis kelamin yang artinya sesuai dengan topik penelitian. 7 artikel terpilih tersebut adalah sebagai berikut:

TAHUN, PENULIS	NAMA JURNAL	JUDUL & TUJUAN	METODE, DESAIN, DAN INSTRUMEN	HASIL DAN DISKUSI
2015 Richard Kucsá, Peter Mačúra.	Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae	Judul: Physical Characteristics of Female Basketball Players According To Playing Position Tujuan: To analyze differences in chosen physical characteristics of Slovak U17 female basketball players with respect to their playing positions.	Method: Field experiment Design: 5 specific performance tests. 3/4 Basketball court sprint (22.2 meters), 10 x 5m Shuttle test, Lane agility drill, No-step vertical jump, and Maximum vertical jump. Instrument: Test of Performance Strategies	There were no significant differences, we found interesting results between playing positions in physical characteristics. Guards had better results in speed (3.73±0.16 s), quickness (17.43±0.56 s) and both lower-body power tests (47.16±3.06 cm; 57.00±3.40 cm) than forwards and centers. Forwards had the best results in agility test (12.54±0.43 s).
2023 Yusuf Hidayat, Yunyun Yudianta, Burhan Hambali, Kuston Sultoni, Umit Dogan Ustun, Chatkamon Singnoy	BMC Psychology	Judul: The effect of the combined self-talk and mental imagery program on the badminton motor skills and self-confidence of youth beginner student-athletes Tujuan: The study aimed to examine badminton motor skills (BMS) and self-confidence (S.C.) mastery after	Method: Field experiment Design: Factorial 2x2 design Independent variables : S.T. (I-S.T., M-S.T.) and MI (C-MI, M-MI) strategies, and two dependent variables: BMS and S.C. Instrument: Badminton motor skills and self confidence scale (SCS)	The results of this study contribute to the existing evidence on the effectiveness of S.T. and MI strategies in the motor skill mastery and psychological skill development of beginner student-athletes. Thus, S.T. and MI strategies can be adapted as psychological strategies that coaches and physical educators can use to improve beginner student-athlete

<p>2018 Yahya Eko Nopiyanto, D. Dimiyati.</p>	<p>Jurnal Keolahragaan. Sinta 2.</p>	<p>a psychological strategy intervention of S.T. and MI.</p> <p>Judul: Karakteristik psikologis atlet Sea Games Indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin</p> <p>Tujuan: (1) Mengetahui karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia ditinjau dari cabang olahraga individu & tim (2) Perbedaan karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia berdasarkan cabor individu & jenis kelamin, dan (3) berdasarkan cabor tim dan jenis kelamin</p>	<p>Metode: Kuantitatif</p> <p>Desain: Kausal komparatif restrospektif.</p> <p>Instrumen: Kuesioner “The Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS)</p>	<p>learning, sports performance, and psychological skills</p> <p>(1) Karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia: a. Cabor individu: kategori tinggi b. Cabor tim: kategori tinggi</p> <p>(2) Karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia pada cabor individual berdasarkan jenis kelamin: $0,092 > 0,05$: Tidak berbeda</p> <p>(3) Karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia pada cabor tim berdasarkan jenis kelamin: $0,000 < 0,05$: Berbeda signifikan</p>
<p>2019 Çağatay Dereceli</p>	<p>Journal of Education and Training Studies</p>	<p>Judul: An Examination of Concentration and Mental Toughness in Professional Basketball Players</p> <p>Tujuan: To investigate the concentration and mental</p>	<p>Method: Descriptive method</p> <p>Design: The Concentration Scale: The Letter Cancellation Task</p>	<p>There were statistically significant differences in overall mental toughness, confidence and control. The players’ mental toughness and confidence scores differed significantly based on sports age. It is interesting to find that overall mental toughness was higher in the</p>

		toughness of professional basketball players	Instrument: Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ-14)	basketball players with a sports age of 1–5 years. According to their positions in the play, the players' concentration ability was found to be significantly different between guards and pivots in favor of the guards. The concentration ability of the players playing at the guard position was higher than that of the players playing at other positions.
2019 Khoirul Anwar Pulungan dan Dimiyati	Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran. SINTA 2	Judul: Karakteristik keterampilan psikologis pemain bolavoli Indonesia ditinjau berdasarkan gender dan posisi Tujuan: Mengetahui karakteristik keterampilan psikologis pemain bolavoli Indonesia berdasarkan gender dan posisi pemain	Metode: Deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei Desain: Kausal komparatif restrospektif. Instrumen: The Psychological skill inventory for sports (PSIS)	Ada perbedaan yang signifikan karakteristik keterampilan psikologis pemain bolavoli Indonesia berdasarkan gender (Sig. 0,007 < 0,05), dan tidak ada perbedaan signifikan karakteristik keterampilan psikologis pemain bolavoli Indonesia berdasarkan posisi, (Sig. 0,930 >0,05)
2020 Yahya Eko Nopiyanto, Septian	Jurnal Sporta Saintika, SINTA 3	Judul: Are There Difference The Psychological Characteristics Of Indonesiansea Games Athletes In	Metode: Kuantitatif dengan menggunakan metode survei	Ada perbedaan yang signifikan karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia cabang olahraga

Raibowo, Alimuddin		Terms Of Team Sports Based On Sex?	Desain: Kausal-komparatif restrospektif	tim berdasarkan jenis kelamin (sig. 0,000 < 0,05.)
		Tujuan: Untuk mengkaji perbedaan karakteristik psikologis atlet SEA Games Indonesia dalam olahraga tim berdasarkan jenis kelamin.	Instrumen: Kuesioner Psikologis Inventory for Sports (PSIS)	
2023 Yusuf Hidayat, Yunyun Yudianta, Nur Indri Rahayu, Carsiwani, Burhan Hambali Kusnaedi	International Journal of Human Movement and Sports Sciences	Judul: Use of the Test of Performance Strategies for Athletes: Gender and Levels of Athletes Analysis Tujuan: To explore possible differences in the use of Test of Performance Strategies in training and competition situations based on gender and level of athletes (local and national).	Method: Descriptive method Design: a 2x2 factorial design Instrumen: Test of Performance Strategies inventory	(1) Gender and level of athletes had an effect on the use of Test of Performance Strategies, (2) Male athletes used Test of Performance Strategies more frequently and better than female athletes in competitive situations; conversely, female athletes used Test of Performance Strategies more often and better than male athletes in training situations, (3) National athletes used TOPS more often in training situations, and conversely, local athletes used Test of Performance Strategies more often in competition situations.

Berdasarkan hasil review artikel-artikel di atas, dapat diperoleh data yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan psikologis pemain, baik berdasarkan posisi bermain dan jenis kelamin pada olahraga tim. Berdasarkan artikel yang berhasil diperoleh, tidak ada artikel yang secara khusus mengkaji mengenai aspek psikologis atlet-siswa pemain bola basket berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain. Namun berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nopiyanto dan Dimiyati menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai psikologis atlet ditinjau dari cabang olahraga tim berdasarkan jenis kelamin (Nopiyanto et al., 2020). Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga tim. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Pulungan dan Dimiyati mengenai psikologis pemain juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kondisi psikologis pemain berdasarkan posisi bermain dan jenis kelamin (Pulungan & Dimiyati, 2019).

Aspek psikologis berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain menjadi sangat penting untuk dilatih dan dikembangkan untuk atlet karena hal tersebut dapat menunjang performa atlet menjadi lebih baik dan mencapai prestasi. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dkk yang menerangkan bahwa program melatih keterampilan psikologis merupakan salah satu strategi dalam meningkatkan performa atlet (Hidayat, Yudiana, Hambali, et al., 2023). Dan berdasarkan penelitian Hidayat dkk yang lain menerangkan bahwa terdapat perbedaan dari aspek psikologis antara atlet putra dan putri yaitu berdasarkan waktunya, dimana atlet putri lebih sering menggunakan keterampilan psikologisnya pada waktu berlatih sedangkan atlet putra lebih sering menggunakan keterampilan psikologisnya pada waktu bertanding (Hidayat, Yudiana, Rahayu, et al., 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kucsa dan Mačura dapat diketahui bahwa berdasarkan posisi bermain bola basket baik posisi guard, forward maupun center tidak ada perbedaan yang signifikan berdasarkan karakteristik fisiknya (Kucsa & Mačura, 2015). Dan Penelitian lain yang dilakukan oleh Dereceli dapat diketahui bahwa pemain bola basket memiliki perbedaan keterampilan psikologis dalam hal aspek konsentrasi dan persiapan mental (Dereceli, 2019).

Aspek psikologis atlet hakekatnya meliputi faktor-faktor yang memberikan pengaruh secara langsung terhadap atlet dan faktor-faktor lain di luar atlet yang dapat berpengaruh pada penampilan (*performance*) atlet. Kaitannya dengan prestasi atlet, aspek psikologis mempengaruhi penampilan atau performa atlet saat bertanding (Handayani, 2019). Dalam konteks prestasi olahraga atlet, menunjukkan bahwa penampilan seorang atlet dipengaruhi oleh faktor psikologis. Baik berpengaruh secara positif dalam arti membuat penampilan menjadi baik, maupun berpengaruh negatif yang artinya membuat penampilan menjadi tidak baik atau buruk, hal tersebut merupakan faktor psikologis (Effendi, 2016).

Aspek psikologis dapat bersifat langsung maupun tidak langsung. Secara langsung seperti disebabkan karena ketegangan emosi yang berlebihan yang berlebih sehingga dapat berpengaruh terhadap seluruh penampilan atlet. Sedangkan secara tidak langsung berkenaan dengan penampilan atlet atau biasa disebut faktor non-teknis seperti terjadi pertengkaran yang terjadi sebelum pertandingan yang menegangkan aspek emosi atlet, dimana kondisi tersebut akan berdampak negatif terhadap penampilannya. Selain itu, faktor lainnya seperti pakaian yang tidak nyaman saat bertanding, lingkungan bertanding, kondisi lapangan maupun penonton yang juga akan mempengaruhi kondisi psikologis atlet, baik berdampak secara positif maupun negatif (Effendi, 2016).

Aspek psikis dan tingkah laku atlet merupakan hal mendasar yang tidak dapat dilepaskan pengaruhnya terhadap penampilan atlet dalam sebuah pertandingan (Wattimena, 2023). Kondisi fisik atlet yang meliputi kekuatan, kelenturan, kecepatan, daya tahan, power otot, struktur anatomis-fisiologi dan keterampilan yang tinggi tidak akan cukup, karena harus ada yang mengendalikan dan mengarahkan, sehingga penampilan seorang atlet merupakan perpaduan dari berbagai faktor, dimana aspek psikologis menjadi faktor utama yang menentukan dan berperan lebih besar.

Aspek psikologis penting untuk menunjang prestasi meliputi kepercayaan diri, kuatnya aspirasi atlet, dan kepribadian atlet yang matang (Akbar et al., 2023). Secara umum teridentifikasi tiga aspek psikologis yang berpengaruh dan terkait dengan penampilan, yaitu kecemasan kognitif, kecemasan somatis dan kepercayaan diri (Chamberlain & Hale, 2007).

Karakteristik psikologis penting untuk ditumbuhkan karena keterampilan ataupun kemampuan dari aspek psikologis sangat dibutuhkan dan menunjang untuk menjadi atlet yang memiliki prestasi (Nopiyanto & Permadi, 2023). Penampilan seorang atlet dipengaruhi oleh aspek-aspek psikologis yang meliputi motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental atlet, perhatian tim, dan konsentrasi (Atiq et al., 2023)

Motivasi

Motivasi adalah energi psikologis yang mampu menghidupkan semangat atau gairah, mempertahankan gairah tersebut dan mengarahkan seluruh kegiatan belajar untuk mencapai tujuan (Hidayat, 2012). Motivasi merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan penting dalam pertandingan dan juga dalam memelihara serta menyesuaikan seluruh kegiatan motorik dalam proses latihan, dengan kata lain motivasi yang mengarahkan seluruh daya penggerak dalam diri seorang atlet yang memberikan jaminan keberlangsungan proses latihan dan mengarahkan latihan untuk meraih tujuan yang diharapkan (Apriansyah et al., 2017). Pada dasarnya, keunggulan dari aktivitas olahraga itu sendiri adalah mampu meningkatkan motivasi, sportivitas, perkembangan moral dan menyiapkan seseorang dalam "dunia nyata" (Ginancar et al., 2019).

Terdapat dua jenis motivasi dalam olahraga meliputi motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah dorongan kuat yang berasal dari dalam diri yang menyebabkan seseorang ikut berpartisipasi. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang muncul dari luar diri seseorang yang membuat seseorang mau berpartisipasi seperti dorongan pelatih, orang tua, hadiah dan lain-lain (Effendi, 2016).

Motivasi merupakan suatu energi psikologis yang memiliki sifat abstrak dan bentuknya hanya bisa diamati melalui sebuah konkretisasi tingkah laku yang ditunjukkan oleh seseorang. Dalam hal ini, motivasi sebagai sebuah proses psikologis adalah hasil dari kekuatan interaksi antara kemampuan kognisi, pengalaman dan kebutuhan (Nopiyanto & Dimiyati, 2018). Motivasi merupakan sebuah keterampilan mental yang sifatnya mendasar yang harus dimiliki oleh seorang atlet (Nilasari et al., 2020)

Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan aspek psikologis yang harus dimiliki seorang atlet dan aspek kepercayaan diri termasuk sangat menentukan penampilan seorang atlet di lapangan. Melakukan kegiatan olahraga mampu meningkatkan motivasi, mampu melakukan berbagai keterampilan dengan baik dan meningkatkan kepercayaan diri (Kamnuron et al., 2020). Salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah memiliki rasa percaya diri. atlet yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan selalu membuatnya mampu berpikir optimis untuk dapat berprestasi, selain itu atlet yang memiliki kemampuan memanfaatkan kepercayaan diri yang dimilikinya untuk mendapatkan kemenangan atau keberhasilan pada setiap pertandingan (Sulendro, 2023).

Artikel yang dikemukakan oleh Hidayat dan lainnya menunjukkan bahwa kepercayaan diri sebagai salah satu aspek dari psikologis merupakan keterampilan mental yang memiliki peran penting yang dapat membantu atlet berprestasi. Kepercayaan diri bagian dari keterampilan psikologis terbukti mampu mempengaruhi perilaku, sikap, dan prestasi olahraga atlet, artikel tersebut juga menunjukkan bahwa hasil tinjauan sistematiknya terhadap program latihan mental pada olahraga raket menunjukkan bahwa berbagai teknik atau strategi yang digunakan dalam program tersebut memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan performa dan keterampilan mental (Hidayat, Yudiana, Hambali, et al., 2023). Artinya, yang

latihan psikologis atlet harus dilakukan sebagai salah satu strategi dalam meningkatkan kekuatan mental, penampilan dan membantu atlet mencapai prestasi terbaiknya.

Kepercayaan diri merupakan tingkat kepastian yang dimiliki oleh individu tentang kemampuan atlet untuk menjadi sukses dalam olahraga (Andy, 2008). Kepercayaan diri dapat dibedakan menjadi 3 yaitu (1) *over confidence* (2) *lack confidence* (3) *full confidence* (Effendi, 2016). *Over confidence* merupakan rasa percaya diri berlebihan yang dimiliki seorang atlet. Sisi negatif yang timbul dari *over confidence* dalam sebuah pertandingan yaitu atlet menganggap mudah lawan atau muncul kesombongan dan menganggap lawan lebih rendah dari dirinya. Sisi positif dari *over confidence* dalam sebuah pertandingan yaitu tidak akan muncul ketegangan dan kecemasan menghadapi lawan.

Lack confidence yang diartikan rasa kurang percaya diri merupakan sesuatu yang kurang menguntungkan dalam pertandingan, karena kurang percaya diri maka artinya atlet meragukan kemampuannya sendiri. Akibatnya, akan timbul ketegangan dan kecemasan bahkan ketakutan menghadapi lawan, dan kondisi tersebut akan sangat memungkinkan atlet mengalami kekalahan dalam pertandingan.

Full confidence merupakan perasaan penuh rasa percaya diri dimana aspek ini penting untuk dimiliki oleh seorang atlet. Rasa percaya diri dapat timbul didasar atas kemampuan atlet dan kemampuan tersebut berdasarkan pada diri atlet tersebut (Effendi, 2016).

Kontrol Kecemasan

Kecemasan merupakan kondisi emosi negatif yang muncul dengan ditandai adanya rasa khawatir dan muncul rasa takut yang berasal dari ketegangan mental (Widyanti et al., 2023). Kecemasan dapat memberikan pengaruh negatif terhadap seorang atlet, sisi negatif tersebut dapat mempengaruhi performa dan selanjutnya merugikan atlet dalam pertandingannya. Kecemasan berdampak pada atlet dengan menimbulkan perasaan emosi, tegang otot, kelentukan dan koordinasi. Selain itu, kecemasan juga berkaitan dengan kepercayaan diri yang rendah (Rhamadian, 2022).

Persiapan Mental

Cara berpikir dan strategi menjadi hal yang penting dalam sebuah pertandingan. Seorang atlet harus memperoleh persiapan mental yang memadai. Karena mental berfungsi sebagai pemimpin dan menjadi komando dalam menjalankan segala fungsi motorik dengan baik (Sin, 2016). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan kekuatan mental adalah interaksi antara atlet dan pelatih. Interaksi pelatih-atlet dalam proses latihan memberikan kontribusi positif terhadap keberhasilan pengembangan potensi atlet dan sebaliknya (Sumarna et al., 2017).

Persiapan mental dilatih agar atlet memiliki ketangguhan mental diartikan sebagai kemampuan untuk mengatasi tekanan dan kesulitan dengan efektif, pemulihan setelah mengalami kegagalan, tantangan, kerja keras, dan pantang menyerah, serta mampu bersaing dengan diri sendiri dan orang lain. Seseorang yang memiliki mental tangguh juga tidak mudah terpengaruh situasi buruk dan mempunyai keyakinan kuat dalam mengambil kendali (Dereceli, 2019).

Seorang atlet yang memiliki mental tangguh cenderung berdaya saing tinggi, memiliki tekad yang kuat, mampu memotivasi diri, bisa mempertahankan konsentrasi dalam keadaan tertekan dan bisa mengatasi situasi tersebut dengan efektif, tidak membiarkan kesulitan meningkat, mempertahankan kepercayaan diri meskipun setelah mengalami kekalahan atau kegagalan (Crust & Clough, 2011).

Pentingnya Tim

Tim adalah sekelompok individu yang mempunyai tujuan sama untuk memenangkan pertandingan, mempertahankan kemenangan, dan meningkatkan kemampuan yang dilandasi oleh interaksi antara para pemain dengan pelatih. Interaksi yang baik di dalam tim dapat membuat tim lebih mudah memperoleh tujuan bersama yang diharapkan yaitu memperoleh

kemenangan. Tim memerlukan kekompakan agar mampu menjadi tim yang sukses (Sumarna et al., 2017). Yang dimaksud dengan pentingnya tim adalah sebuah tindakan yang dilakukan oleh atlet dimana mengutamakan proses kesatuan dan kebersamaan sehingga memungkinkan tim dapat bekerja dengan baik dan efektif.

Konsentrasi

Konsentrasi adalah salah satu aspek psikologis yang berpengaruh terhadap performa atlet. Konsentrasi merupakan pemusatan seluruh pikiran dengan kesadaran terhadap objek tertentu dan pada waktu tertentu dengan mengesampingkan hal lain sehingga dapat menyelesaikan pekerjaan lebih cepat dan memperoleh hasil yang lebih baik (Wicaksono, 2014). Konsentrasi merupakan kemampuan seseorang dalam memusatkan fokus dan perhatian terhadap satu objek yang dipilih atau satu tugas yang dikerjakan pada waktu tertentu. Dengan kata lain perhatian seseorang pada satu objek tertentu menjadi dasar proses terjadinya konsentrasi (Riinawati, 2021). Konsentrasi memiliki peranan penting dalam olahraga karena apabila konsentrasi terganggu maka akan dapat menimbulkan masalah, terutama pada aktivitas olahraga yang membutuhkan akurasi lemparan dan tembakan pada sasaran seperti bola basket. Konsentrasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi baik atau tidaknya performa atlet. Menurunnya performa atlet dapat disebabkan karena rendahnya tingkat konsentrasi (Fatahilah et al., 2023). Atlet yang mempunyai konsentrasi tinggi selalu berusaha melakukan tugasnya dengan baik, mempelajari keterampilan baru dengan cepat, mampu meningkatkan kepercayaan diri, dan mampu mengendalikan stres dan kecemasan dengan baik berdasarkan pengalamannya, serta memiliki fokus yang baik (Dereceli, 2019).

Aspek Psikologis pemain bola basket berdasarkan posisi bermain

Studi yang berkaitan dengan aspek psikologis atlet berdasarkan posisi bermain memang sangat terbatas, namun beberapa studi menunjukkan hasil yang hampir sama sebagaimana tercantum pada tabel di atas. Karakteristik pemain bola basket pada masing-masing posisi pemain menunjukkan karakteristik performa yang berbeda antara satu pemain dengan pemain lainnya (Köklü et al., 2011). Setiap posisi bermain dalam permainan bola basket mempunyai karakteristik dan perannya masing-masing (Kucsa & Mačura, 2015).

Artikel yang ditulis oleh Kucsa dan Mačura menunjukkan bahwa berdasarkan hasil tes kinerja dalam penelitiannya pada sisi karakteristik fisik, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan atlet bolabasket putri berdasarkan posisi bermainnya. Artinya, berdasarkan karakteristik fisik atlet antara posisi bermain guard, forward, dan center tidak ada perbedaan secara signifikan (Kucsa & Mačura, 2015).

Artikel yang ditulis oleh Nanda dan Dimiyati berdasarkan hasil penelitian yang dilakukannya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan psikologis atlet bola basket ditinjau menurut posisi bermain. Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antar pemain dalam permainan bola basket ditinjau dari kemampuan psikologisnya. Pemain posisi penyerang mempunyai hasil tes lebih tinggi dari aspek motivasi, kepercayaan diri, signifikansi tim, kontrol kecemasan, persiapan mental, dan konsentrasi apabila dibandingkan dengan posisi bermain lainnya. Pemain pada posisi tengah mempunyai nilai tes paling rendah pada aspek-aspek tersebut dan pemain pada posisi depan mempunyai nilai tes kedua lebih tinggi pada aspek keseluruhan (Nanda & Dimiyati, 2019). Artinya, berdasarkan hasil penelitian tersebut atlet bola basket memiliki perbedaan berdasarkan posisi bermain, dimana nilai tertinggi hasil tes untuk penguasaan keterampilan psikologis dimiliki oleh atlet posisi penyerang, posisi kedua dengan nilai tertinggi adalah posisi depan, dan posisi dengan nilai hasil tes terendah adalah posisi tengah.

Aspek Psikologis Pemain Bola Basket Posisi Guard

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Dereceli menunjukkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan psikologis pemain bola basket berdasarkan aspek konsentrasi dan persiapan mental (Dereceli, 2019). Terdapat perbedaan kondisi psikologis antara pemain

yang menempati posisi guard, forward dan center, posisi guard mempunyai kondisi psikologis yang lebih baik dari pemain pada posisi center, tetapi posisi guard memiliki psikologis lebih rendah apabila dibandingkan dengan pemain pada posisi forward. Pada aspek kemampuan mental, posisi guard tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, (Nanda & Dimiyati, 2019).

Aspek Psikologis Pemain Bola Basket Posisi Forward

Posisi forward harus penuh konsentrasi selama permainan sehingga tidak akan melakukan pelanggaran apapun. Kucsa dan Mačura menerangkan bahwa posisi forward memiliki kelincahan yang lebih baik dibandingkan posisi lainnya (Kucsa & Mačura, 2015). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nanda & Dimiyati menunjukkan bahwa pemain yang menempati posisi forward memiliki skor kemampuan psikologis yang paling tinggi daripada posisi guard dan center. Namun posisi forward menunjukkan skor paling rendah dalam aspek keterampilan mental (Nanda & Dimiyati, 2019).

Aspek Psikologis Pemain Bola Basket Posisi Center

Pemain pada posisi center memiliki tugas untuk menjadi pertahanan terakhir atau melakukan block dengan tujuan menggagalkan serangan lawan. Posisi center juga bertugas melakukan rebound atau membantu fower forward dalam mengambil bola pantul dari ring (Gregorry & Nataliani, 2022). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan oleh Nanda & Dimiyati menunjukkan hasil bahwa posisi center memiliki skor keterampilan psikologis yang paling rendah. Posisi center tidak memiliki perbedaan yang signifikan dengan posisi guard dalam hal kesiapan mental (Nanda & Dimiyati, 2019).

Aspek Psikologis Pemain Bola Basket Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor utama yang mempengaruhi penampilan terbaik dan rekor dunia (Thibault et al., 2010). Atlet yang dapat menunjukkan penampilan terbaik dapat dipastikan atlet tersebut memiliki karakteristik psikologis yang baik. Karakteristik psikologis tersebut dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin. Deaner, Balish & Lombardo menyampaikan bahwa atlet laki-laki memiliki motivasi yang lebih tinggi daripada atlet perempuan (Deaner et al., 2016). Secara teoritis atlet laki-laki dan atlet perempuan memiliki orientasi tujuan yang sama dalam berolahraga (Deaner et al., 2015).

Artikel yang dikemukakan oleh Hidayat dan lainnya menunjukkan bahwa berdasarkan penelitiannya satu variabel yang menentukan seorang atlet menggunakan strategi keterampilan psikologis adalah jenis kelamin, baik pada saat latihan maupun dalam pertandingan. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa atlet putri lebih sering menggunakan keterampilan psikologis pada saat latihan daripada atlet putra. Sebaliknya, atlet putra lebih banyak menggunakan keterampilan psikologisnya pada saat pertandingan daripada atlet putri (Hidayat, Yudiana, Rahayu, et al., 2023). Hal tersebut menunjukkan artinya terdapat perbedaan kemampuan psikologis yang dimiliki oleh atlet putra dan putri.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Cremades & Wiggins menunjukkan bahwa atlet perempuan memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi apabila dibandingkan dengan atlet laki-laki (Cremades & Wiggins, 2008). Atlet laki-laki memiliki tingkat motivasi intrinsik yang lebih tinggi dibandingkan dengan atlet perempuan. Atlet laki-laki lebih cenderung termotivasi oleh faktor intrinsik sedangkan perempuan memiliki kecenderungan termotivasi oleh faktor ekstrinsik (Egli et al., 2011). Pada aspek persiapan mental juga terdapat perbedaan pada tingkat perkembangan kognitif, maka kemampuan, cara berpikir, mental dan kepercayaan diri juga antara laki-laki dan perempuan (Anagnostopoulos et al., 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan aspek psikologis atlet-siswa pemain bola basket berdasarkan jenis kelamin dan posisi bermain. Terdapat perbedaan aspek psikologis antara atlet-siswa laki-laki dengan atlet-siswa perempuan. Atlet perempuan cenderung sering menggunakan kemampuan aspek psikologisnya pada waktu berlatih sedangkan atlet laki-laki cenderung menggunakan kemampuan aspek psikologisnya pada saat bertanding. Namun keduanya memiliki perbedaan secara keseluruhan aspek psikologisnya. Dan terdapat perbedaan yang tidak signifikan dalam aspek psikologis atlet-siswa pada posisi guard, forward dan center, ketiganya memiliki sebagian keunggulan dari seluruh aspek psikologis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Pendidikan Indonesia yang telah menyediakan berbagai referensi yang dapat memenuhi kebutuhan penelitian penulis. Penulis juga mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. Dr. Yusuf Hidayat M.Si dan Alit Rahmat M.Pd selaku pembimbing dalam penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A., Oktavianus, I., Yudi, A. A., Cahyani, F. I., & Kurniawan, R. (2023). *Kepercayaan diri atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Sumatera Barat*. 5, 174–183. <https://doi.org/10.24036/patriot.v%vi%i.965>
- Anagnostopoulos, V., Carter, M. M., & Weissbrod, C. (2015). Pre-competition anxiety and self-confidence in collegiate track and field athletes: a comparison between African American and non-Hispanic Caucasian men and women. *The Sport Journal*, 18. <https://doi.org/http://thesportjournal.org/article/pre-competition-anxiety-and-self-confidence-in-collegiate-track-and-field-athletes-a-comparison-between-african-american-and-non-hispanic-caucasian-men-and-women/>
- Andy, L. (2008). SPORT AND EXERCISE PSYCHOLOGY. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7.
- Apriansyah, B., Sulaiman, S., & Mukarromah, S. B. (2017). Kontribusi motivasi, kerjasama, kepercayaan diri terhadap prestasi atlet sekolah sepakbola Pati Training Center di Kabupaten Pati. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 101–107. <https://doi.org/DOI.10.15294/JPES.V6I2.17358>
- Atiq, A., Purnomo, E., & Ali, M. (2023). Pengendalian Kecemasan, Persiapan Mental Sebelum Latihan, dan Bertanding pada Permainan Sepak Bola. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 209–216. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v7i1.7824>
- Chamberlain, S. T., & Hale, B. D. (2007). Competitive state anxiety and self-confidence: Intensity and direction as relative predictors of performance on a golf putting task. *Anxiety, Stress, and Coping*, 20(2), 197–207. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10615800701288572>
- Cremades, J. G., & Wiggins, M. S. (2008). Direction and intensity of trait anxiety as predictors of burnout among collegiate athletes. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 10(2). <https://doi.org/http://www.athleticinsight.com/Vol10Iss2/TraitAnxiety.htm>

- Crust, L., & Clough, P. J. (2011). Developing mental toughness: From research to practice. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(1), 21–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/21520704.2011.563436>
- Deaner, R. O., Balish, S. M., & Lombardo, M. P. (2016). Sex differences in sports interest and motivation: An evolutionary perspective. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 10(2), 73. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/ebs0000049>
- Deaner, R. O., Carter, R. E., Joyner, M. J., & Hunter, S. K. (2015). Men are more likely than women to slow in the marathon. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 47(3), 607. <https://doi.org/doi:10.1249/MSS.0000000000000432>
- Dereceli, Ç. (2019). An Examination of Concentration and Mental Toughness in Professional Basketball Players. *Journal of Education and Training Studies*, 7(1), 17–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.11114/jets.v7i1.3841>
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(1).
- Egli, T., Bland, H. W., Melton, B. F., & Czech, D. R. (2011). Influence of age, sex, and race on college students' exercise motivation of physical activity. *Journal of American College Health*, 59(5), 399–406. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/07448481.2010.513074>
- Fatahilah, A., Hidayat, Y., Komarudin, K., & Negara, J. D. K. (2023). The effect of brain gym on brain waves and levels athlete concentration. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i3.2171>
- Ginanjar, A., Suherman, A., Juliantine, T., & Hidayat, Y. (2019). Sports orientation during learning team or individual sports using a sport education model. *Cakrawala Pendidikan*, 38(2), 377–386. <https://doi.org/10.21831/cp.v38i2.24021>
- Gregorry, F., & Nataliani, Y. (2022). Clustering Performa Pemain Basket Berdasarkan Posisi dan Statistik Pemain Menggunakan Metode Fuzzy c-Means. *Jurnal Transformatika*, 20(1), 1–12. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26623/transformatika.v20i1.5137>
- Handayani, S. G. (2019). Peranan psikologi olahraga dalam pencapaian prestasi atlet senam artistik kabupaten sijunjung. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i2.714>
- Hidayat, Y. (2012). Pengaruh Goal setting dan Self-Monitoring dalam Penguasaan Keterampilan Gerak dan Motivasi Intrinsik Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/cp.v0i3.1554>
- Hidayat, Y., Yudiana, Y., Hambali, B., Sultoni, K., Ustun, U. D., & Singnoy, C. (2023). The effect of the combined self-talk and mental imagery program on the badminton motor skills and self-confidence of youth beginner student-athletes. *BMC Psychology*, 11(1), 35. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-023-01073-x>
- Hidayat, Y., Yudiana, Y., Rahayu, N. I., Carsiwan, Hambali, B., & Kusnaedi. (2023). Use of the Test of Performance Strategies for Athletes: Gender and Levels of Athletes Analysis. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(3), 604–611. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110313>
- Kamnuron, A., Hidayat, Y., & Nuryadi, N. (2020). Perbedaan kepercayaan diri pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 133–141. <https://doi.org/https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2394>
- Katsikas, C., Argeitaki, P., & Smirniotou, A. (2009). Performance strategies of Greek track and field athletes: gender and level differences. *Biology of Exercise*, 5(1).
- Köklü, Y., Alemdaroğlu, U., Koçak, F., Erol, A., & Fındıkoğlu, G. (2011). Comparison of chosen physical fitness characteristics of Turkish professional basketball players by division and playing position. *Journal of Human Kinetics*, 30(2011), 99–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.2478/v10078-011-0077-y>

- Kucsa, R., & Mačura, P. (2015). Physical characteristics of female basketball players according to playing position. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 55(1), 46–53. <https://doi.org/https://doi.org/10.1515/afepuc-2015-0006>
- Najah, A., & Rejeb, R. Ben. (2016). Psychological characteristics of male youth soccer players: Specificity of mental attributes according to age categories. *Advances in Physical Education*, 6(01), 19.
- Nanda, F. A., & Dimiyati, D. (2019). The psychological skills of basketball athletes: Are there any differences based on the playing position? *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 74–82.
- Nilasari, D. D., Syafril, S., & Illahi, B. R. (2020). Motivasi dan sarana prasarana latihan atlet Provinsi Bengkulu menuju PON XX Papua. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(2), 30–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.33369/gymnastics.v1i2.12955>
- Nopiyanto, Y. E., & Dimiyati, D. (2018). Karakteristik psikologis atlet Sea Games Indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 69–76. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jk.v6i1.15010>
- Nopiyanto, Y. E., & Permadi, A. (2023). ANALISIS KEBUTUHAN PSIKOLOGIS ATLET USIA DINI DI KOTA BENGKULU PSYCHOLOGICAL NEEDS ANALYSIS OF EARLY ATHLETE IN BENGKULU CITY. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.37311/jhsj.v5i2.20927>
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., & Alimuddin, A. (2020). Are There Difference the Psychological Characteristics of Indonesian Sea Games Athletes in Terms of Team Sports Based on Sex. *Sporta Sainatika*, 5(1), 72. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/sporta.v5i1.126>
- Pulungan, K. A., & Dimiyati, D. (2019). The psychological skill characteristics of Indonesian volleyball players reviewed based on gender and position. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(2), 279–295. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgr.v5i2.13178
- Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 31–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.52742/josita.v1i1.15433>
- Riinawati, R. (2021). Hubungan konsentrasi belajar siswa terhadap prestasi belajar peserta didik pada masa pandemi Covid-19 di sekolah dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2305–2312. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.886>
- Sin, T. H. (2016). Persiapan Mental Training Atlet Dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(01), 61–73. <https://doi.org/10.24036/po.v1i01.76>
- Sood, M. (2017). A comparative analysis of emotional intelligence among basketball players. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 2(2), 626–629.
- Sulendro, S. (2023). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Atlet Bola Basket pada Klub GMT Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 9(1), 82–88. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.7560883>
- Sumarna, D., Ma'mun, A., & Hidayat, Y. (2017). The Correlation between Coach's Leadership, Coach-Athlete Interaction, and Mental Strength. *2nd International Conference on Sports Science, Health and Physical Education*, 2(229), 740–744. <https://doi.org/https://doi.org/10.5220/0007069307400744>
- te Wierike, S. C. M., Elferink-Gemser, M. T., Tromp, E. J. Y., Vaeyens, R., & Visscher, C. (2015). Role of maturity timing in selection procedures and in the specialisation of playing positions in youth basketball. *Journal of Sports Sciences*, 33(4), 337–345. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02640414.2014.942684>
- Thibault, V., Guillaume, M., Berthelot, G., El Helou, N., Schaal, K., Quinquis, L., Nassif, H., Tafflet, M., Escolano, S., & Hermine, O. (2010). Women and men in sport performance:

- the gender gap has not evolved since 1983. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(2), 214.
- Wahono, R. (2016). *Systematic Literature Review: Romi Satria Wahono*.
- Wattimena, F. (2023). Perbandingan Metode Relaksasi Dan Mental Imagery Terhadap Kecemasan Atlet Futsal Klub Bina Remaja Muda Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 7(2), 58–68. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/jsce.07208>
- Wibowo, A. T., Syafitri, A., & Gupita, E. C. (2019). Karakteristik Psikologis Pemain Futsal Kabupaten Sleman dalam Ajang PORDA Yogyakarta Tahun 2019. *Seminar Nasional “Strategi & Implementasi Pendidikan Karakter Pada Era Revolusi Industri 4.0.”* <https://doi.org/https://doi.org/10.32682/bravos.v8i2.1505>
- Wicaksono, P. (2014). Kontribusi Konsentrasi terhadap Hasil Shooting Under Basket (studi pada atlet putra klub bolabasket guardians tuban). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(1), 43–50.
- Widyanti, I. I. T., Izzuddin, D. A., & Gemael, Q. A. (2023). Atlet Futsal Tingkat kecemasan atlet. *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(3), 300–310.