

## Analisis Faktor Faktor Penentu Keberhasilan Atlet Jujitsu Gresik Kelas Newaza Dalam Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV)

**Milkhatil Arofah <sup>1</sup>, Achmad Widodo <sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Surabaya

***Abstract.** The sport of jujitsu has gained significant popularity among the fighting community and martial arts athletes, including Gresik athletes. Although jujitsu has been around for centuries, the sport has experienced rapid growth in recent years, often taking part in some of the most prestigious martial arts competitions, including the Provincial Sports Week (Porprov). In a broader context, this research can also contribute to existing literature on the factors that influence athlete performance in the Gresik jujitsu martial arts sport. This research is a type of quantitative research. The research design used is a qualitative cross-sectional which allows researchers to study and evaluate the characteristics of various research subjects at a certain point in time, in this case the assessment was carried out at the PORPROV time. This research was conducted in various places related to the activities of Jujitsu athletes, including their training grounds and the Provincial Sports Week (PORPROV) competition locations. The population in this study was a Gresik Jujitsu athlete who competed in the women's Newaza system class category in the Provincial Sports Week (PORPROV). The population in this study was a Gresik Jujitsu athlete who competed in the women's Newaza system class category at the Provincial Sports Week. The sample in this study included a number of Jujitsu Gresik athletes taken purposively, their coaches and other supporting parties. There are three research instruments used, namely; interviews, observations, and document searches. In analyzing qualitative data, this research will adopt the Miles and Huberman data analysis model which consists of three main stages: data reduction, data presentation, and drawing conclusions. From the results of the interview, internal factors show that the athlete has high motivation and is physically fit, but it is unfortunate that his mental state is not good, where during the interview the athlete felt nervous, inferior and countered in the final round. Not only that, external factors also include coaches who are very supportive and also feel the nervousness that athletes feel. From the results above, there are two factors determining the success of jujitsu athletes in Gresik district, namely internal factors and external factors. Internal factors include the athlete's self-motivation, mental and physical characteristics. Meanwhile, external factors can come from official support, parents, the environment, as well as facilities and infrastructure.*

**Keywords:** Athlete, Jujitsu, Physical, Motivation, Mental, Porprov

**Abstrak.** Olahraga jujitsu telah mendapatkan popularitas yang signifikan di kalangan masyarakat petarung dan atlet bela diri, termasuk atlet-atlet Gresik. Meskipun jujitsu telah ada selama berabad-abad, olahraga ini telah mengalami perkembangan pesat dalam beberapa tahun terakhir ini, sering diikuti sertakan dalam beberapa kompetisi bela diri paling prestisius, termasuk diantaranya adalah Pekan Olahraga Provinsi. Dalam konteks yang lebih luas, penelitian ini juga dapat berkontribusi pada literatur yang ada tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja atlet dalam olahraga bela diri jujitsu Gresik. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Dengan desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional kualitatif yang dapat memungkinkan peneliti untuk mempelajari dan mengevaluasi karakteristik berbagai subjek penelitian pada satu titik waktu tertentu, dalam hal ini penilaian dilakukan pada waktu PORPROV. Penelitian ini dilakukan di berbagai tempat yang terkait dengan kegiatan atlet Jujitsu, termasuk tempat latihan mereka dan lokasi kompetisi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV). Populasi dalam penelitian ini adalah seorang atlet Jujitsu Gresik yang berkompetisi di kategori kelas yaitu *Newaza system* perempuan dalam Pekan Olahraga Provinsi. Sampel dalam penelitian ini meliputi sejumlah atlet Jujitsu Gresik yang diambil secara purposive, pelatih mereka, dan pihak pendukung lainnya. Instrumen penelitian yang digunakan ada tiga yaitu; wawancara, observasi, dan penelusuran dokumen. Dalam menganalisis data kualitatif, penelitian ini akan mengadopsi model analisis data Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahap utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dari hasil wawancara secara faktor internal atlet memiliki motivasi yang tinggi dan fisik yang mumpuni namun sangat disayangkan pada mentalnya diketahui sedang tidak baik, dimana ketika di wawancara atlet merasa nervous, minder dan melakukan counter di babak final. Tidak hanya itu dari faktor eksternal juga pelatih sangat mendukung dan juga turut merasakan nervous yang dirasakan atlete. Dari hasil diatas faktor penentu keberhasilan atlet jujitsu kab.Gresik ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi motivasi diri, mental, dan fisik atlet. Sedangkan faktor eksternal dapat datang dari dukungan official, orang tua, lingkungan, serta sarana dan prasarana.

**Kata Kunci :** Atlet, Jujitsu, Fisik, Motivasi, Mental, Porprov

## **LATAR BELAKANG**

Olahraga jujitsu telah mendapatkan popularitas yang signifikan di kalangan masyarakat petarung dan atlet bela diri, termasuk atlet-atlet PBJI (Pengurus Besar Jujitsu Indonesia) Gresik. Meskipun jujitsu telah ada selama berabad-abad, olahraga ini telah mengalami perkembangan pesat dalam beberapa tahun terakhir ini, sering diikutsertakan dalam beberapa kompetisi bela diri paling prestisius, termasuk diantaranya adalah Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) (Yulianto & Kusnanik, 2021). Olahraga jujitsu adalah sebuah seni bela diri tradisional dari Jepang yang telah berkembang menjadi bagian penting dari budaya olahraga dunia. Dikenal karena kombinasi uniknya antara teknik, strategi dan pengetahuan psikologis, jujitsu merupakan arena di mana kondisi fisik dan keseimbangan mental berperan besar dalam kesuksesan atlet (Risman et al., 2024). Pengurus Besar Jujitsu Indonesia (PBJI) Gresik, merupakan pelopor penting dalam pengembangan olahraga ini di Indonesia. Atlet-atlet mereka telah berpartisipasi dalam berbagai kompetisi, termasuk Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV), menunjukkan tingkat keahlian dan kompetensi yang tinggi.

Sukses dalam olahraga jujitsu bukanlah hasil dari satu faktor isolasi, melainkan akumulasi dari berbagai variabel. Faktor-faktor ini mencakup, tetapi tidak terbatas pada, kemampuan teknik (Ilham, 2021), kondisi fisik, kesehatan mental atlet, beserta dengan dukungan tim dan keluarga. Selain itu, kualitas pelatihan, standar kompetisi, dan regulasi juga mempengaruhi hasil seorang atlet. Namun, pengetahuan yang lebih mendalam mengenai bagaimana semua faktor-faktor ini berinteraksi satu sama lain dalam konteks khusus Gresik masih jarang ditemukan. Karena itu, penelitian ini diarahkan untuk mengisi celah ini dan memberikan wawasan yang penting bagi pengembangan atlet-atlet jujitsu di Indonesia di masa mendatang (Rahmawati & Wisnu, 2020). Penelitian ini akan berfokus pada eksplorasi dan analisis faktor-faktor penentu keberhasilan atlet jujitsu Gresik dalam kompetisi Pekan Olahraga Provinsi. Pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor ini tidak hanya bermanfaat bagi atlet dan pelatih Gresik, tetapi juga dapat memberikan wawasan berharga bagi pengembangan olahraga jujitsu di Indonesia secara keseluruhan. Dengan mengidentifikasi elemen kunci yang berkontribusi pada kesuksesan atlet, penelitian ini dapat membantu pelatih dan pemangku kepentingan lainnya di seluruh Indonesia untuk merancang program pelatihan yang lebih efektif, mengoptimalkan alokasi sumber daya, dan pada akhirnya meningkatkan prestasi atlet jujitsu Indonesia di kancah nasional dan internasional (Del Vecchio et al., 2011). Selain itu, dengan menyoroti faktor-faktor penentu keberhasilan atlet Gresik, penelitian ini juga dapat menjadi katalis untuk diskusi yang lebih luas tentang

pengembangan olahraga jujitsu di Indonesia. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi dasar untuk kolaborasi yang lebih erat antara berbagai pemangku kepentingan, termasuk federasi olahraga, pemerintah daerah, sponsor, dan media, dalam upaya bersama untuk memajukan olahraga jujitsu dan mendukung atlet-atlet berbakat di seluruh negeri (Franchini et al., 2012).

Dalam konteks yang lebih luas, penelitian ini juga dapat berkontribusi pada literatur yang ada tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja atlet dalam olahraga bela diri. Dengan mengeksplorasi dinamika spesifik yang berlaku dalam konteks jujitsu Indonesia, penelitian ini dapat memperkaya pemahaman kita tentang interaksi kompleks antara teknik, kondisi fisik, dan faktor psikososial dalam menentukan keberhasilan atlet. Melihat potensi dampak yang luas ini, jelas bahwa penelitian yang menganalisis faktor-faktor penentu keberhasilan atlet jujitsu Gresik dalam PORPROV tidak hanya penting bagi komunitas jujitsu Gresik, tetapi juga bagi lanskap olahraga jujitsu Indonesia secara keseluruhan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang apa yang mendorong kesuksesan atlet, kita dapat mengambil langkah-langkah terarah untuk mengembangkan bakat, mengoptimalkan pelatihan, dan pada akhirnya mengangkat profil dan prestasi jujitsu Indonesia di panggung global (Andreato et al., 2017).

## **KAJIAN TEORITIS**

### **Teknik Jujitsu Newaza**

Jujitsu newaza adalah olahraga bela diri yang mengutamakan prinsip penggunaan kekuatan lawan untuk mengalahkannya. Atlet jujitsu harus memiliki pengetahuan solid mengenai berbagai teknik yang digunakan dalam olahraga ini, seperti kunci, bantingan, serangan balik, dan pemahaman transisi posisi (Romansyah & Ismalasari, 2018).

### **Kondisi Fisik**

Kondisi fisik adalah elemen penting dalam olahraga jujitsu. Studi yang dilakukan oleh (Prasnanto, 2018) menunjukkan bahwa atlet jujitsu memerlukan kekuatan fisik, fleksibilitas, dan kecepatan reaksi yang baik untuk mendukung kinerja mereka dalam pertandingan. Selain itu, sistem energi yang efisien, terutama sistem anaerobik, juga penting untuk atlet jujitsu yang menginginkan kesuksesan dalam PORPROV.

### **Pelatihan dan Dukungan**

Pelatihan yang efektif dan dukungan yang memadai merupakan faktor kunci dalam keberhasilan atlet jujitsu. Menurut Franchini (Effendi, 2016), pelatihan yang dirancang dengan baik melibatkan komponen teknik, taktik, fisik, dan psikologis. Dukungan dari pelatih, keluarga, dan rekan tim sangat penting untuk memotivasi dan meningkatkan semangat atlet

(Kuspriyani & Setyawati, 2014). Oleh karena itu, pelatihan yang benar dan dukungan dari orang yang berpengaruh pada atlet jujitsu sangat penting untuk meningkatkan kinerja mereka dalam kompetisi PORPROV.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam analisis ini adalah penelitian kualitatif. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mendalami dan mengeksplorasi berbagai faktor penentu keberhasilan atlet Jujitsu di Gresik dalam kompetisi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV). Penelitian kualitatif menawarkan pemahaman yang mendalam mengenai fenomena yang diteliti, dalam hal ini berfokus pada pengalaman subjektif atlet dan pelatih serta pihak-pihak lain yang terlibat langsung.

### **Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional kualitatif. Desain cross-sectional memungkinkan peneliti untuk mempelajari dan mengevaluasi karakteristik berbagai subjek penelitian pada satu titik waktu tertentu, dalam hal ini penilaian dilakukan pada waktu PORPROV. Hal ini memberikan potret faktor penentu keberhasilan atlet di suatu momen spesifik. Data dikumpulkan melalui berbagai metode, termasuk wawancara mendalam, observasi, dan penelusuran dokumen. Wawancara mendalam dilakukan untuk mendapatkan wawasan tentang persepsi, pandangan, dan pengalaman pelatih dan atlet itu sendiri terkait faktor penentu keberhasilan mereka dalam berkompetisi. Observasi memungkinkan peneliti untuk mengamati atlet saat berlatih dan berkompetisi, sambil merasakan langsung lingkungan di mana mereka berolahraga. Penelusuran dokumen membantu peneliti mengumpulkan data tambahan dan memberikan verifikasi informasi dari wawancara dan observasi. Dalam rangka mematuhi etika penelitian, semua partisipan diberi pemahaman yang jelas tentang tujuan penelitian ini dan memberikan persetujuan mereka sebelum terlibat dalam wawancara dan observasi. Data yang dikumpulkan akan dianalisis untuk mengekstrak tema-tema utama yang berkaitan dengan faktor penentu keberhasilan atlet. Analisis ini pada akhirnya akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan komprehensif tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan atlet Jujitsu Gresik dalam kompetisi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV).

### **Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini adalah di Gresik, yang merupakan kampung halaman dari atlet-atlet Jujitsu Gresik. Lebih spesifik lagi, penelitian ini dilakukan di berbagai tempat yang terkait




dengan kegiatan atlet Jujitsu, termasuk tempat latihan mereka dan lokasi kompetisi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV). Lokasi ini dipilih karena merupakan konteks nyata dan alami di mana atlet berinteraksi, berlatih, dan berkompetisi.





## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Observasi Selama Pertandingan

Dari hasil analisis skor yang didapat pada saat pertandingan pada *Match* ke-1 sampai final ditunjukkan sebagai berikut.

**Tabel 1 Hasil Observasi Pertandingan Atlet A**

<p><i>Match 1</i></p>	<p><b>Gambar. 1 Site Control</b></p> 	<p>Perolehan poin 1 dari teknik <i>Site Control</i></p>
<p><i>Match 2</i></p>	<p><b>Gambar.2 Counter Take Down</b></p> 	<p>Perolehan poin 2 dari teknik <i>Counter Take Down</i></p>
<p><i>Match 2</i></p>	<p><b>Gambar.3 Site Control</b></p> 	<p>Perolehan poin 1 dari teknik <i>Site Control</i></p>




<p>Match 2</p>	<p><b>Gambar.4 Knee On Belly</b></p> 	<p>Perolehan poin 2 dari teknik <i>Knee On Belly</i></p>
<p>Match 2</p>	<p><b>Gambar.5 Mount</b></p> 	<p>Perolehan poin 4 dari teknik <i>Mount</i></p>
<p>Match 2</p>	<p><b>Gambar.6 Back Mount</b></p> 	<p>Perolehan poin 4 dari teknik <i>Back Mount</i></p>
<p>Match 2</p>	<p><b>Gambar 7 Mount</b></p> 	<p>Perolehan poin 4 dari teknik <i>Mount</i></p>

<p>Match 3</p>	<p align="center"><b>Gambar.8 Advented Half Guard</b></p> 	<p>Perolehan poin 1 dari teknik <i>Advented Half Guard</i></p>
<p>Match 4</p>	<p align="center"><b>Gambar 9 Trianggle</b></p> 	<p>Tidak dapat poin karena gagal dari teknik <i>Trianggle</i></p>

Dari hasil di atas dapat dilihat bahwa atlet melalui empat *match* untuk sampai ke babak final. Dari empat *match* tersebut atlet mencetak poin tertinggi pada *match* kedua yang mana poin yang diperoleh sebesar delapan belas poin, sedangkan pada *match* pertama atlet menang dengan poin nol dan *advent* satu sama halnya dalam *match* ketiga. Dan *match* keempat atlet kalah dengan poin nol dan lawan sembilan puluh sembilan poin. Pada *match* keempat atlet mengalami dikalahkan dengan teknik *trianggle*.

**Tabel.2 Hasil Observasi Pertandingan Atlet B**

<p>Match 1</p>	<p align="center"><b>Gambar.10 Passguard</b></p> 	<p>Perolehan 3 poin dari teknik <i>Passguard</i></p>
----------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------

<p>Match 1</p>	<p style="text-align: center;"><b>Gambar.11 Mount</b></p> 	<p>Perolehan poin 4 dari teknik <i>Mount</i></p>
<p>Match 1</p>	<p style="text-align: center;"><b>Gambar.12 Passguard</b></p> 	<p>Perolehan poin 3 dari teknik <i>Passguard</i></p>
<p>Match 2</p>	<p style="text-align: center;"><b>Lawan tidak hadir (Diskualifikasi)</b></p>	<p>Diskualifikasi</p>
<p>Match 3</p>	<p style="text-align: center;"><b>Gambar.13 Passguard</b></p> 	<p>Perolehan poin 3 dari teknik <i>Passguard</i></p>



<p><i>Match 3</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>Gambar.14 Mount</b></p> 	<p>Perolehan poin 4 dari teknik <i>Mount</i></p>
<p><i>Match 4</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>Gambar.15 Match Terahir</b></p> 	<p>Kalah dengan poin 14</p>

Dari hasil di atas atlet melakukan empat *match*, dari hal tersebut atlet mencetak poin tertinggi pada *match* pertama yang mana poin yang diperoleh sebesar sepuluh poin, sedangkan pada *match* kedua atlet mendapatkan bahwa lawannya didiskualifikasi karena tidak hadir, sehingga atlet ini dapat maju ke babak berikutnya. Pada *match* pertama atlet dapat melakukan teknik *Passguard* dengan tiga poin, teknik *Mount* sebesar empat poin, dan teknik *Passguard* sebesar tiga poin. Dan *match* ketiga atlet meraih tujuh poin. Dimana poin tersebut didapat dari teknik *Passguard* dengan tiga poin dan teknik *Mount* meraih empat poin. Pada *match* keempat atlet dikalahkan dengan poin empat belas.

### **Penelusuran dokumen**

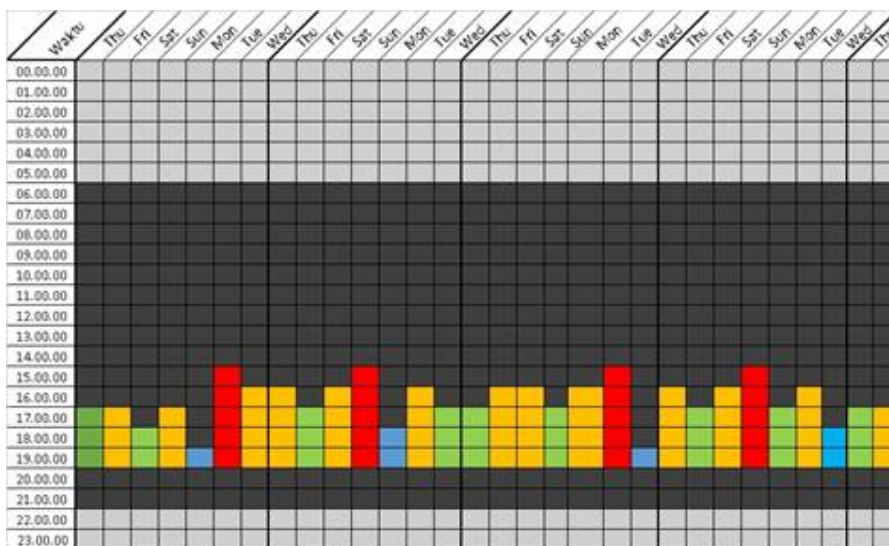
Penelusuran dokumen yang ditemukan adalah dokumen program latihan fisik atlet dan tes fisik atlet, dimana dokumen ini menunjukkan bahwa setiap bulannya atlet melakukan program dengan rutin. Program latihan fisik ini diberikan oleh pelatih dengan melakukan observasi terhadap atlet terlebih dahulu dan dilakukan penyesuaian. Program yang kami temukan dilakukan pada bulan Juli, Juni, Agustus dan September sebelum keberangkatannya. Setiap atlet memiliki menu latihan yang menyesuaikan dengan kondisinya masing-masing.

Berikut program latihan, beserta dengan hasil tes fisik yang dilakukan setiap tiga bulan sekali yang kami dapat;

**Gambar 16 Hasil Tes Fisik Atlet**

Tes Fisik PuslatKab Gresik 2023															
CABOR : JUJITSU															
HARI/TANGGAL : 12-Agu-23															
Target :				50	50	55	60	60	5	5	8			Target	
No.	Bulan	Nama	Gender	Sit Up	Push Up	Vertical Jum	Pull Up 1 Tangan		Single Legg Squat (Beban 15kg)		MFT			Lolos	Tidak Lolos
							Kanan	Kiri	Kanan	Kiri	Lv	Balikan	Vo2Max		
1	Agustus	Apriliya Maulida	Pi	48	54	56	64	43	5	4	8	2	40,2	5	3
2	Agustus	Milkhatil Arofah	Pi	50	49	35	58	48	4	4	8	1	35,3	2	6
3	Agustus	Juniarsyah F.A	Pa	56	58	69	35	36	3	2	8	11	42,6	4	4

**Gambar 17 Program Latihan Fisik**



**Gambar.18 Jenis Latihan Fisik Atlet**

Max	Sub-Max	Medium	Low
Intensitas Tinggi	Intensitas sedang dan Beban Berat	Intensitas sedang dan Beban Sedang	Intensitas Rendah dan Beban Renda
Slow Jog (1 Km)/ Berenang (0,5 Km)	Slow Jog (5Km)/Berenang (1,5Km)	Slow Jog (1 Km)/ Berenang (0,5 Km)	Slow Jog (0,5 Km)/ Berenang (0,25 Km)
Istirahat 3 menit	Istirahat 3 menit	Istirahat 3 Menit	Istirahat 1 Menit
Ugasi Take Down 15x 3set	Said Control 10x 2set	Ugasi Take Down 8x 3set	#9 Single Legg Squat 5x
Istirahat 3 menit	Counter 10x 2set	Istirahat 3 menit	#11 Squat -1 Menit
Neon Belly 15x 3 set	Istirahat 3 menit	Neon Belly 8x 3 set	# Push Up - 15/Menit
Warm Up - 1,5 Menit #1	Warm Up - 1,5 Menit #1	Istirahat 3 Menit	Istirahat 1 Menit
Warm Up - 1,5 Menit #2	Warm Up - 1,5 Menit #2	latihan koordinasi - 1 Menit #1	Said Control 10x
Warm Up - 1,5 Menit #3	Warm Up - 1,5 Menit #3	latihan koordinasi - 1 Menit #2	Counter 10x
Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #1	Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #1	Leg Work Aerobics - 1 Menit #1	
Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #2	Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #2	Leg Work Aerobics - 1 Menit #2	
Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #3	Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #3	Leg Work Aerobics - 1 Menit #3	
Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #4	Leg Work Aerobics - 1,5 Menit #4	Leg Work Aerobics - 1 Menit #4	
#1 Star Jump -1,5 Menit	#1 Star Jump -1,5 Menit	Shuttle Run 10m 2Rep	
#2 Burpee -1,5 Menit	#2 Burpee -1,5 Menit	Sprint 20m HS 2Rep	
#4 Lunges - 1,5 Menit	#4 Lunges - 1,5 Menit	#9 Single Legg Squat 10x	
#5 Mountain Climb - 1,5 Menit	#5 Mountain Climb - 1,5 Menit	#10 Sit Up - 30/Menit	
#11 Squat -1,5 Menit	#8 Russian Twist -45/Menit	#11 Squat -1 Menit	
#6 Plank -1,5 Menit	#11 Squat -1,5 Menit	#8 Russian Twist -30/Menit	
Istirahat 3 menit	#10 Sit Up -45/Menit	Rinning & Agility Hs #1	
Leg Work Jump - 20x #1	#7 Push Up - 45/Menit		
Leg Work Jump - 20x #2	#6 Plank - 1,5 Menit		
Rinning & Agility HS #1	Istirahat 3 menit		
Rinning & Agility HS #2	Rinning & Agility HS #1		
Shuttle Run 10m HS 4 Rep	Shuttle Run 10m HS 4 Rep		
Sprint 20m HS 3 Rep	Sprint 20m HS 3 Rep		

## **Pembahasan**

Motivasi merupakan sebuah konsep yang dipengaruhi untuk melakukan suatu tindakan untuk mencapai suatu tujuan. Menurut teori hierarki kebutuhan yang dikemukakan oleh Abraham Maslow (Agustina, 2017) dimana setiap manusia memiliki lima kebutuhan dasar yang harus dipenuhi dimulai dari kebutuhan psikologi, kebutuhan akan keamanan, kebutuhan sosial, kebutuhan dihormati, dan kebutuhan akan pencapaian. Dalam teori motivasi juga ada pendapat bahwa motivasi ada tiga jenis kebutuhan: kebutuhan untuk mencapai prestasi, kebutuhan untuk memiliki kekuasaan, dan kebutuhan untuk memiliki kesadaran diri dimana teori ini dikemukakan oleh McClelland (Geen & Brody, 1985). Dalam teori penentuan harapan oleh Victor Vroom mengemukakan bahwa motivasi seorang dapat dipengaruhi oleh arah, ketekunan dan kekuatan. Yang mana arah dan kekuatan merupakan bagian dari ekspektasi dan ketekunan merupakan bagian evaluasi terhadap hasilnya (Van Eerde & Thierry, 1996). Dimana dari teori Victor Vroom memiliki makna bahwa seseorang memiliki harapan yang tinggi terhadap hasil pekerjaan, hingga menumbuhkan motivasi yang tinggi untuk melakukan sebuah pekerjaan tersebut.

Dari ketiga teori di atas dapat diuraikan bahwa dalam motivasi terdapat hirarki kebutuhan, kebutuhan motivasi dan penentuan harapan. Dimana motivasi memberikan konsep bagaimana seseorang dipengaruhi untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Teori hirarki kebutuhan, merupakan teori yang dikemukakan oleh Abraham Maslow yang mana dalam teori ini menunjukkan bahwa terdapat lima kebutuhan manusia yang jika tidak dipenuhi maka motivasi tidak akan terjadi. Sehingga seseorang harus berusaha memenuhi kebutuhan baik dikerjakan dari tingkatan terendah hingga yang paling tinggi. Kebutuhan yang harus dipenuhi ini berupa kebutuhan fisik, kebutuhan keamanan, kebutuhan sosial, kebutuhan prestasi, dan kebutuhan aktualisasi diri atau pencapaian diri (Andjarwati, 2023).

Motivasi seorang atlet dapat dipahami sebagai upaya untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi, misalnya menjadi juara atau sekedar menjadi tolak ukur yang baik. Manusia berusaha untuk memenuhi kebutuhan yang paling rendah, yaitu kebutuhan fisiologis, dan setelah kebutuhan sebelumnya terpuaskan, ia naik ke tingkat berikutnya dan mengulanginya hingga mencapai kebutuhan yang paling tinggi, yaitu aktualisasi diri (Andjarwati, 2023). Hubungan antara motivasi atlet dan teori Abraham Maslow berfokus pada kebutuhan manusia yang belum terpenuhi dan prioritasnya (Hilmi, 2016). Motivasi seseorang ditentukan oleh kebutuhannya yang belum terpenuhi, mulai dari yang paling rendah sampai yang paling tinggi. Kebutuhan sosial, kebutuhan berprestasi, dan kebutuhan aktualisasi diri melibatkan kebutuhan untuk berinteraksi dan membentuk hubungan yang bermakna dengan orang lain (Marjono,

2018). Kebutuhan aktualisasi diri merupakan keinginan tertinggi yang mencakup keinginan untuk mewujudkan potensi diri, dan untuk mencapai tujuan tersebut atlet memerlukan motivasi kuat yang berasal dari dalam dirinya. Dalam teori Maslow, kebutuhan aktualisasi diri merupakan kriteria motivasi yang tertinggi dan dominan bagi atlet. Oleh karena itu, motivasi atlet yang bersumber dari kebutuhan aktualisasi diri dapat meningkatkan prestasi dan keberhasilan dalam olahraga. Ringkasnya, teori Maslow menunjukkan bahwa motivasi atlet dipengaruhi oleh kebutuhan yang tidak terpenuhi, termasuk kebutuhan aktualisasi diri, yang sangat penting untuk meningkatkan kinerja dan kesuksesan.

Sedangkan hubungan motivasi atlet dengan teori McClelland atau pada umumnya disebut teori kebutuhan motivasi yang berfokus pada tiga jenis kebutuhan yaitu kebutuhan akan prestasi, kebutuhan akan kekuasaan, dan kebutuhan akan kepercayaan diri. Keyakinan membutuhkan banyak pengetahuan dan pengalaman (Andjarwati, 2023). Teori McClelland menyatakan bahwa individu dengan motivasi berprestasi mempunyai ciri-ciri yang bertanggung jawab, perhitungan tingkat resiko, dan memperhatikan umpan balik (Talahaturusun et al., 2023). Tanggung jawab bagi atlet yang bermotivasi berprestasi merasakan tanggung jawab penuh ketika melakukan latihan bersama pelatihnya, sehingga memungkinkan atlet tersebut berlatih dengan benar-benar disiplin dan serius. Sedangkan tingkat resiko atlet dengan motivasi kinerja cenderung menyukai aktivitas yang berada di luar kemampuannya tetapi dalam rentang kemampuannya yang wajar, dan cenderung menyukai aktivitas dengan peluang yang lebih tinggi. Dan memperhatikan umpan balik dimana atlet yang memiliki motivasi kinerja mengevaluasi diri mereka sendiri ketika mereka mencapai kesuksesan dan mencari umpan balik dari pelatih mereka tentang kesalahan mereka (Jannah et al., 2022).

Victor Vroom, seorang psikolog, mengemukakan teori motivasi yang ia sebut sebagai "expectancy theory" atau teori penentuan harapan. Menurut Vroom, seseorang bisa termotivasi atau memotivasi berdasarkan evaluasi pekerjaan (Andjarwati, 2023) pada tahap pertama. Artinya, seseorang akan melakukan evaluasi terlebih dulu apakah suatu pekerjaan tersebut ada kemungkinan memberikan nilai. Kekuatan mengacu pada tingkat keinginan seseorang untuk mencapai tujuan, arah mengacu pada tujuan yang ingin dicapai, dan ketekunan mengacu pada kesungguhan seseorang dalam mencapai tujuan tersebut (Goliot, 2024). Dalam konteks atlet, teori Vroom menunjukkan bahwa motivasi atlet dipengaruhi oleh kekuatan, arah, dan ketekunan mereka dalam mencapai tujuan. Kekuatan motivasi atlet dapat dilihat dari tingkat keinginan mereka untuk berolahraga dan mencapai prestasi. Arah motivasi atlet dapat dilihat dari tujuan yang ingin mereka capai, seperti menjadi juara atau meningkatkan kemampuan.

Ketekunan motivasi atlet dapat dilihat dari kesungguhan mereka dalam berlatih dan meningkatkan kemampuan. Teori Vroom ini menunjukkan bahwa motivasi atlet dipengaruhi oleh kekuatan, arah, dan ketekunan mereka dalam mencapai tujuan.

Dari teori diatas dapat diketahui bahwa atlet dapat termotivasi dan memotivasi dalam berolahraga. Atlet yang memiliki kebutuhan fisiologis yang dipenuhi akan memiliki energi yang lebih stabil dan lebih mampu untuk berlatih. Kebutuhan keamanan dan keamanan psikis akan sangat penting bagi atlet. Dimana mereka diharuskan memiliki rasa aman dan percaya diri berolahraga. Dalam kebutuhan sosial juga mempengaruhi motivasi atlet, dimana mereka harus memiliki hubungan yang signifikan dengan pelatih dan tim. Tidak hanya itu ego serta aktualisasi diri juga dapat mempengaruhi motivasinya. Dimana mereka dapat memberikan rasa kepercayaan diri dan penghargaan dari orang lain serta memiliki tujuan yang signifikan dalam berolahraga. Teori motivasi tersebut mempengaruhi motivasi seorang atlet dalam berolahraga. Atlet yang memiliki kebutuhan yang dipenuhi akan memiliki motivasi yang lebih tinggi dan lebih mampu untuk mencapai prestasi. Sehingga dapat ditarik bahwa motivasi terjadi ketika ada kebutuhan yang tidak terpenuhi, akan dipenuhi, dan setelah terpenuhi maka motivasi dapat tercapai atau dapat atlet telah sampai pada tujuannya.

Selain motivasi juga ada mental yang mana dalam mencapai prestasi olahraga sangat diperlukan. Mental dapat mempengaruhi prestasi atlet seperti kepercayaan diri, kontrol emosi, konsentrasi, usaha serta motivasi yang berpengaruh terhadap performa atlet (Aulia & Hakim, 2022). Kesiapan mental sangat penting untuk menggapai prestasi. Atlet yang memiliki mental tangguh dapat berpotensi lebih mudah menghadapi hambatan dalam pertandingan dan lebih berpeluang meraih juara. Dalam wawancara dengan atlet, peneliti melihat kondisi mental atlet dapat dikatakan cukup siap untuk melakukan dan mengambil keputusan dengan cepat. Dimana dalam pertandingan yang dapat dikatakan berbeda dari kelas yang biasanya, atlet merasa kaget dan minder. Tidak hanya itu saat diwawancarai tentang perasaannya, atlet juga mengungkapkan bahwa dia merasa nervous dalam menghadapi lawan bertandingnya. Ketika berada di babak final atlet dihadapkan dengan lawan yang lebih tinggi sehingga bermain dengan gameplan yang tidak seharusnya. Dalam wawancara tersebut dapat dilihat jika atlet mengalami masalah mental seperti nervous atau grogi, minder, dan kaget. Masalah mental seperti ini sangat umum terjadi pada atlet yang sedang bertanding. Dimana dalam kondisi ini atlet dapat diberikan latihan mental yang mana dalam latihan ini dapat mengatasi masalah mental. Latihan yang dapat diberikan seperti latihan mental untuk meningkatkan kepercayaan diri atlet. Dimana latihan ini ada beberapa tahap seperti tahap diskusi, akuisisi dan tahap

pelatihan, yang mana memiliki tujuan untuk perkembangan mental atlet seperti goal-setting, physical relaxation, attention control, dan emergency (Abidin et al., 2023).

Dalam kondisi mental dan motivasi yang baik atlet dapat mengejar targetnya dimana kemampuan fisik dan kondisi dari lingkungan juga sangat mempengaruhinya. Dalam wawancaranya atlet mengatakan bahwa hal yang dilakukan selama menjelang PORPROV “Lari 5km, workout pagi dan malam yang diberikan pelatih, nge gym di pagi hari”. Atlet juga menyatakan dalam menghadapi babak final dia “Banyak melakukan counter karna kalah postur tubuh dengan lawan”. Dapat dilihat bahwa kondisi fisik juga dapat mampu mempengaruhi cara atlet bertanding. Dalam hasil data juga menunjukkan bahwa atlet memiliki kondisi yang cukup dimana dari hasil tes yang dilakukan dibulan agustus hampir semuanya lolos atau melewati target yang diharapkan. Dimana dalam tes fisiknya atlet menjalani beberapa tes seperti sit up, push up, vertical jump, pull up dengan satu tangan, *single leg squat*, serta MFT.

Kondisi fisik sangat memiliki peran yang penting dalam olahraga, fisik yang baik dapat mengembangkan teknik dasar menuju teknik yang rumit (Prima & Kartiko, 2021). Dengan latihan fisik kondisi atlet dapat dan mampu untuk ditingkatkan seperti meningkatkan kekuatan, daya tahan, keseimbangan, kecepatan, kelentukan, kelentukan dan daya tahan otot. Tidak hanya itu dalam olahraga jujitsu juga penting untuk memiliki kelincahan kaki dan tangan dan koordinasi yang tepat. Hal tersebut menjadi penting karena atlet jujitsu dalam setiap pergerakan tekniknya diperlukan kemampuan fisik yang spesifik dan unik. Dimana hal ini dapat jelaskan pada komponen fisik, kelincahan pada tangan dikatakan sangat penting bagi atlet jujitsu karena harus menggerakkan tangan dengan kompleks dan berulang dimana hal ini dapat membantu mengantisipasi gerakan lawan dan mengimbangi gerakan. Sama halnya dengan kelincahan pada kaki, atlet diharapkan mampu menggerakkan kaki dengan kompleks dan berulang untuk mengantisipasi gerakan lawan dan mengimbangi gerakan. Gerakan dalam jujitsu juga memerlukan gerakan yang kuat dan stabil untuk menghadapi lawan yang lebih kuat. Dalam saat pertandingan atlet memerlukan daya tahan tubuh yang baik karena dalam pertandingan atlet diharuskan untuk melakukan gerakan yang kuat dan cepat dalam waktu yang cukup lama tanpa mengalami kelelahan. Daya tahan dapat membantu atlet dalam menghadapi situasi yang berat dan mengantisipasi gerakan lawan yang akan datang.

Dalam wawancaranya atlet juga mengatakan bahwa pada babak final dia “Banyak melakukan counter karna kalah postur tubuh dengan lawan”. Hal ini dapat menunjukkan bahwa pada babak final atlet mengalami kondisi fisik yang menurun. Atlet yang melakukan counter karena kalah postur tubuh dengan lawan memiliki kondisi fisik yang kurang baik. Kondisi ini dapat berpengaruh pada kemampuannya dalam melakukan gerakan yang kompleks dan

berulang (Prasnanto, 2018). Dalam gerakan yang kompleks atlet dituntut untuk memiliki kelincahan, kekuatan, daya tahan, koordinasi, dan strategi. Kelincahan sangat penting dalam Jujitsu karena atlet harus dapat bergerak dengan cepat dan akurat untuk melakukan gerakan yang kompleks dan berulang. Kekuatan sangat penting dalam Jujitsu karena atlet harus dapat melakukan gerakan yang kuat dan stabil untuk menghadapi lawan yang lebih kuat. Daya tahan sangat penting dalam Jujitsu karena atlet harus dapat bergerak dalam waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan. Atlet yang melakukan counter karena kalah postur tubuh dengan lawan memiliki daya tahan yang kurang baik, sehingga mereka tidak dapat bergerak dalam waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan seperti yang dibutuhkan dalam pertandingan Jujitsu (Prasnanto, 2018). Koordinasi sangat penting dalam Jujitsu karena atlet harus dapat bergerak dengan koordinasi yang baik untuk melakukan gerakan yang kompleks dan berulang.

Tidak hanya ada faktor internal, faktor eksternal juga mempengaruhi kondisi atlet dalam meraih prestasi, faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan, pelatih, serta sarana dan prasarana. Dimana dalam faktor tersebut yang memiliki peran paling penting sebagai pendukung atlet adalah lingkungannya. Contohnya, atlet yang berlatih di lingkungan yang tidak memadai dapat mengganggu proses latihan dan mengurangi kemampuan atlet dalam mencapai prestasi yang tinggi. Sarana dan prasarana juga mempengaruhi kondisi atlet dalam meraih prestasi. Jujitsu Gersik juga memberikan sarana dan prasarana yang cukup memadai untuk atlet. Sarana dan prasarana yang didapat merupakan uang transport /bulan, Vitamin /bulan, Minuman pencegah dehidrasi /bulan, Fasilitas gym, dan Fasilitas tempat latihan + matras. Contohnya, atlet yang berlatih di sarana dan prasarana yang tidak memadai dapat mengganggu proses latihan dan mengurangi kemampuan atlet dalam mencapai prestasi yang tinggi. Keluarga juga mempengaruhi kondisi atlet dalam meraih prestasi. Dalam wawancaranya atlet mengatakan bahwa official atau pelatih memberikan dukungan dan motivasi yang dapat mendorong atlet dengan baik. dalam wawancaranya atlet mengatakan bahwa “arahan official membuat semangat, dan official jauh lebih mengerti cara bermain kita dengan lawan sampai dengan mengerti step apa yang harus kita ambil selanjutnya.”

Dilihat dari perolehan poin, atlet A memiliki peluang yang bagus dimana pada *match* kedua atlet A memiliki poin yang tinggi. Poin yang tinggi ini didapat dengan menggunakan beberapa varian teknik. Dalam *match* kedua atlet tersebut melakukan teknik *Mount* yang dilakukan sebanyak dua kali dan keduanya mendapatkan poin, dimana poin dari masing-masingnya adalah empat. Pada *match* kedua atlet mendapatkan poin empat dari teknik back *Mount*, serta masing-masing dua poin dari *counter takedown* dan *knee on belly*. Tidak hanya itu atlet juga mendapatkan poin dukungan terbanyak dengan teknik *Said Control* yang

terkategorikan *Advented* dengan perolehan satu poin. Hingga dalam *match* keempat atlet mengalami kekalahan yang tragis dimana atlet kalah dengan poin nol sedangkan lawannya mendapatkan poin sembilan puluh sembilan. Poin ini menunjukkan bahwa atlet masih harus giat berlatih dan lebih percaya diri lagi, meskipun kalah postur tubuh di final atlet dapat dan mampu mengalahkannya jika teknik yang dipakai dapat dikuasai, kondisi fisik yang bagus dan mental yang sangat kuat.

Sedangkan pada atlet B, dilihat dari segi hasil tes fisiknya dapat dilihat bahwa atlet B ini memiliki kondisi yang dapat dikatakan kurang baik. Dari delapan item tes atlet ini mampu melewati tesnya hanya empat item. Dari hasil ini atlet dapat dikatakan bahwa kondisinya masih kurang baik. Dengan kondisi itu juga dapat mempengaruhi kondisi atlet saat pertandingan. Dimana dari hasil observasi selama pertandingannya atlet mengalami kondisi yang kurang baik, atlet mengalami kekalahan pada *match* keempat. Atlet melakukan empat *match*, dari hal tersebut atlet mencetak poin tertinggi pada *match* pertama yang mana poin yang diperoleh sebesar sepuluh poin, sedangkan pada *match* kedua atlet mendapatkan bahwa lawannya didiskualifikasi karena tidak hadir, sehingga atlet ini dapat maju kebabak berikutnya. Pada *match* pertama atlet dapat melakukan teknik *Passguard* dengan tiga poin, teknik *Mount* sebesar empat poin, dan teknik *Passguard* sebesar tiga poin. Dan *match* ketiga atlet meraih tujuh poin. Dimana poin tersebut didapat dari teknik *Passguard* dengan tiga poin dan teknik *Mount* meraih empat poin. Pada *match* keempat atlet dikalahkan dengan poin empat belas.

Dari pembahasan secara internal maka dapat diketahui bahwa kondisi atlet A untuk meraih prestasinya diharuskan untuk memiliki motivasi diri, mental dan kondisi fisik yang baik. Dengan motivasi yang tinggi atlet A dapat dan mampu untuk meraih prestasi. Mental atlet A tidak dapat dikatakan baik-baik saja karena atlet sendiri masih merasa minder dan kaget. Sedangkan kondisi fisiknya dapat dikatakan baik dengan hasil tes fisik yang dilakukan pada bulan agustus menunjukkan hasil yang baik. Dari delapan item atlet dapat mencapai target di enam item dan dua item yang tidak dapat dipenuhi. Sedangkan atlet B memiliki kondisi fisik yang kurang baik. Terhindar dari perbedaan gender atlet B memiliki kondisi fisik yang masih kurang cukup untuk melewati rintangannya. Sedangkan dari eksternal atlet memerlukan dukungan motivasi dari pelatih atau official dan dukungan orang tua, serta lingkungan dan sarana prasarana yang bagus. Dimana dukungan dan motivasi atlet dapat dikatakan cukup karena atlet merasa dukungan official sangat penting dan merupakan faktor pendorong yang penting didalam lapangan. Dengan begitu prestasi atlet dapat diraih lebih baik.



## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Dari pembahasan di bab empat, faktor penentu keberhasilan atlet jujitsu Kab.Gresik ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi motivasi diri, mental, dan fisik atlet. Sedangkan faktor eksternal dapat datang dari dukungan official, orang tua, lingkungan, serta sarana dan prasarana. Jika dilihat dari perolehan poinnya atlet A melakukan teknik *Mount* lebih sering dan atlet B melakukan teknik *Passguard* lebih sering meski atlet B mengalami kekalahan dan hanya mampu bermain hingga *match* ke empat.

### Saran

Dari hasil penelitian ini disarankan kepada tim Kab.Gresik untuk lebih menata lagi program latihannya. Masukkan latihan mental supaya atlet memiliki mental yang lebih kuat. Tingkatkan kondisi fisik atlet supaya atlet bisa merasa lebih percaya diri lagi. Dan untuk pelatih diharapkan terus memberikan dukungan kepada atletnya, baik atlet yang menang ataupun kalah.

## DAFTAR REFERENSI

- Abidin, A. K., Nurhidayat, N., & Fatoni, M. (2023). Tingkat kesiapan mental atlet Rugby 7'S Jawa Tengah dalam persiapan Porprov. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, 2(2), 124–131. <https://doi.org/10.31316/ijst.v2i2.5582>
- Agustina, C. A. (2017). Teori motivasi. In H. dan L. Andjarwati (Eds.), *Teori Maslow*.
- Andjarwati, T. (2023). Motivasi dari sudut pandang teori hirarki kebutuhan Maslow, teori dua faktor Herzberg, teori Y McGregor, dan teori motivasi prestasi McClelland. *Encyclopedia of Human Resource Management, Second Edition*, 1(1), 167–168. <https://doi.org/10.4337/9781800378841.h.4>
- Andreato, L. V., Lara, F. J. D., Andrade, A., & Branco, B. H. M. (2017). Physical and physiological profiles of Brazilian Jiu-Jitsu athletes: A systematic review. *Sports Medicine - Open*, 3(1). <https://doi.org/10.1186/s40798-016-0069-5>
- Aulia, M. D., & Hakim, A. A. (2022). Analisis kesiapan mental pada atlet bola tangan Kota Surabaya menjelang Porprov Jawa Timur 2022. *Journal Name*, 1, 76–81.
- Del Vecchio, F. B., Hirata, S. M., & Franchini, E. (2011). A review of time-motion analysis and combat development in mixed martial arts matches at regional level tournaments. *Perceptual and Motor Skills*, 112(2), 639–648. <https://doi.org/10.2466/05.25.PMS.112.2.639-648>
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1, 27.
- Geen, R. G., & Brody, N. (1985). Human motivation. *The American Journal of Psychology*,

98(1), 158. <https://doi.org/10.2307/1422777>

- Goliot, F. T. M. (2024). Pengaruh kompensasi dan motivasi terhadap peningkatan prestasi atlet binaan Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Solok. *Journal Name*, 4(02).
- Hilmi. (2016). Motivasi ditinjau dari teorinya. *Journal Name*, 4(August), 30–59.
- Ilham, Z. (2021). Peranan psikologi olahraga terhadap atlet: The role of sport psychology in athletes. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 274–282.
- Jannah, M., Permadani, F. D., & Widohardhono, R. (2022). Motivasi berprestasi olahraga pada atlet pelajar ketika pandemi Covid-19 di Jawa Timur. *Paedagoria : Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Kependidikan*, 13(1), 60. <https://doi.org/10.31764/paedagoria.v13i1.8082>
- Kuspriyani, D. S., & Setyawati, H. (2014). Survei motivasi prestasi atlet klub bulutungkis Pendowo Semarang tahun 2014. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(2), 108–114.
- Marjono, P. (2018). Teori motivasi dan pengaplikasiannya (pp. 5–28).
- Prasnanto, D. D. (2018). Profil kondisi fisik atlet putra UKM Ju-Jitsu Unesa. *Journal Name*.
- Prima, P., & Kartiko, D. C. (2021). Survei kondisi fisik atlet pada berbagai cabang olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 161–170. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikn-jasmani/issue/archive>
- Rahmawati, L. C., & Wisnu, H. (2020). Identifikasi faktor-faktor pendukung minat siswa terhadap ekstrakurikuler Jujitsu di SMK Kawung 2 dan SMA Negeri 11 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 307–310. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/35348>
- Risman, D., Damrah, D., Syahrastani, S., & Sasmitha, W. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga panjat tebing dinilai dari sudut pandang pelatih dan atlet. *Jurnal JPDO*, 7(3), 22–29. <https://doi.org/10.24036/jpdo.7.3.2024.53>
- Romansyah, W., & Ismalasari, R. (2018). Efektivitas teknik komite dan randori kelas B senior putra cabang olahraga Ju-Jitsu di kejuaraan Ju-Jitsu Universitas Muhammadiyah Ponorogo antar dojo ke-VII se-Indonesia 2018. *Journal Name*, 1–12.
- Talahaturusun, J. C., Solissa, J., & Hukubun, M. D. (2023). Survei motivasi berprestasi atlet pada Club Petuanan Wailete Desa Hative Besar Kota Ambon. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(2), 2091–2100. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v4i2.552>
- Van Eerde, W., & Thierry, H. (1996). Vroom's expectancy models and work-related criteria: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 81(5), 575–586. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.5.575>
- Yulianto, M. R., & Kusnanik, N. W. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi tim hockey indoor putra Kabupaten Gresik di Porprov 2019. 1–8.