

Analisis Kualitas Pembinaan Atlet Senam dalam Meningkatkan Prestasi di Kabupaten Lima Puluh Kota

**Lusi Angelia¹, Sri Gusti Handayani², Hendra Jaya³, Abdur Rohim Fadlan⁴,
Yummi Mairafoni⁵**
Universitas Negeri Padang^{1,2,4,5}, Universitas Mangku Wiyata³
lusiangelia@unp.ac.id

Abstrak

Permasalahan dalam penelitian ini adalah fluktuasi prestasi yang dicapai oleh pengurus senam di Kabupaten Lima Puluh Kota, yang dibuktikan dengan beberapa pertandingan yang pernah diikuti oleh Persani Kabupaten Lima Puluh Kota. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana atlet senam di Kabupaten Lima Puluh Kota dilatih, termasuk struktur organisasi, kualitas pelatih, atlet, dan motivasi mereka, serta sarana dan prasarana senam. Jenis penelitian ini disebut deskriptif. Penelitian ini melibatkan semua atlet senam yang berlatih di Kabupaten Lima Puluh Kota, total 26 orang. Sampel penelitian diambil secara keseluruhan, dan analisis data dilakukan secara deskriptif berdasarkan hasil wawancara yang disusun menggunakan skala likert dengan alternatif jawaban sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) struktur organisasi atlet senam di Kabupaten Lima Puluh Kota memiliki klasifikasi baik; 2) pelatih senam di Kabupaten Lima Puluh Kota memiliki klasifikasi baik; 3) motivasi atlet senam di Kabupaten Lima Puluh Kota memiliki klasifikasi baik; serta 4) sarana dan prasarana yang digunakan untuk pembinaan atlet senam memiliki klasifikasi baik. Secara keseluruhan, Kabupaten Lima Puluh Kota memiliki atlet senam yang terlatih dengan baik. Namun, untuk meningkatkan prestasi mereka, diperlukan evaluasi terencana dan berkala berkala.

Kata Kunci: *Organisasi, Pelatih, Motivasi, Sarana dan Prasarana*

Abstract

The problem in this study is the fluctuation of achievements achieved by gymnastics administrators in Lima Puluh Kota Regency, as evidenced by several matches that have been participated in by Persani Lima Puluh Kota Regency. The purpose of this research is to find out how gymnastics athletes in Lima Puluh Kota Regency are trained, including the organizational structure, the quality of coaches, athletes, and their motivation, as well as gymnastics facilities and infrastructure. This type of research is called descriptive. This study involved all gymnastics athletes practicing in Lima Puluh Kota District, a total of 26 people. The research sample was taken as a whole, and data analysis was carried out descriptively based on the results of interviews arranged using a Likert scale with alternative answers strongly agree, agree, doubt, disagree and strongly disagree. The results of data analysis show that: 1) the organizational structure of gymnastics athletes in Lima Puluh Kota Regency has a good classification; 2) gymnastics coaches in Lima Puluh Kota Regency have a good classification; 3) the motivation of gymnastics athletes in Lima Puluh Kota Regency has a good classification; and 4) the facilities and infrastructure used for coaching gymnastics athletes have a good classification. Overall, Lima Puluh Kota Regency has well-trained gymnastics athletes. However, to improve their achievements, periodic evaluations are needed.

Keywords: *Organizational; Coaches; Motivation; Infrastructure*

Artikel Msuk: 10-03-2025

Artikel Revisi :05-04-2025

Artikel Diterima: 15-04-2025

DOI: DOI: 10.31851/v5i1.18277

Correspondence author : Lusi Angelia, Universitas Negeri Padang, Indonesia.

E-Mail: lusiangelia@unp.ac.id



Jurnal JOLMA licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



PENDAHULUAN

Memaksimalkan hasil, pembinaan harus direncanakan, berjenjang, dan berkelanjutan. Pembinaan yang efektif memerlukan keseimbangan antara praktik yang berorientasi pada kinerja dan pengembangan lingkungan yang mendukung (Oksana & Sushko Ruslana, 2023). Begitupun terhadap olahraga senam. Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah berkembang di Indonesia. Senam merupakan olahraga yang kompleks dengan gerakan. Berdasarkan induk organisasi dunia Federation of de Gymnastic (FIG), Senam terdiri dari senam ritmik (*Rhythmic Gymnastic*) (Gaspari et al., 2024), senam artistik (*Artistic Gymnastic*) (Schweizer, 2024), senam aerobik (*Aerobic Gymnastic*) (Kokarev & Kokareva, 2023).

Klub Senam di Kabupaten Lima Puluh Kota merupakan salah satu tempat senam yang memiliki atlet senam artistik (*Artistic Gymnastic*), senam aerobik (*Aerobic Gymnastic*), dan atlet ritmik (*Rhythmic Gymnastic*). Prestasi yang pernah diperoleh di Kabupaten Lima Puluh Kota khususnya pada atlet senam merupakan prestasi yang dapat dibanggakan dan mendapat perhatian dari Dispora Kabupaten Lima Puluh Kota. Semua ini tidak lepas dari pembinaan yang dilakukan oleh Persatuan Senam Indonesia (Persani) Kabupaten Lima Puluh Kota.

Suatu pembinaan akan dipengaruhi oleh organisasi, pelatih, motivasi, dan sarana prasarana. Organisasi sangatlah diperlukan dalam suatu pembinaan, dengan adanya organisasi cabang olahraga akan memudahkannya dalam pencapaian tujuan yang hendak dicapai. Organisasi yang terstruktur dengan baik mendukung kelancaran program pembinaan (Subastian et al., 2023).

Selanjutnya pelatih, pelatih berperan dalam membangun motivasi, memberikan dukungan, dan menciptakan iklim latihan yang positif. Pelatih yang berpengalaman dan berdedikasi dapat meningkatkan motivasi dan prestasi atlet (O'Sullivan, 2024; Rifky et al., 2023). Motivasi atau dorongan dari dalam maupun dari luar diri atlet untuk melakukan aktifitas guna mencapai suatu tujuan yang diinginkan yaitu memperoleh prestasi. Motivasi dari dalam tidak terlepas dari tingkah laku, disiplin, dan percaya diri. Sedangkan motivasi dari luar bisa datang dari teman sebaya, pelatih, orang tua, dan lingkungan. Motivasi internal lebih dominan dalam mendorong atlet, namun motivasi eksternal juga berperan. Pelatih yang mampu memberikan dukungan psikologis dan membangun hubungan baik akan meningkatkan motivasi dan keterlibatan atlet (Prasarana et al., 2022)

Di dalam suatu pembinaan akan berjalan lancar jika tersedianya sarana dan prasarana. Dengan adanya pembinaan yang terdiri dari beberapa komponen seperti organisasi, pelatih, atlet, sarana dan prasarana, seharusnya prestasi yang diperoleh sesuai dengan hasil yang diinginkan, akan tetapi prestasi yang diperoleh sering mengalami naik turun di beberapa pertandingan. Hal ini terbukti dari beberapa pertandingan yang pernah diikuti Persani Kabupaten Lima Puluh Kota. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tentang bagaimana cara pembinaan yang diterapkan oleh Persani Kabupaten Lima Puluh Kota.

senam merupakan latihan tubuh yang dirancang secara sengaja dan sistematis untuk membentuk serta mengembangkan pribadi secara harmonis (Sukmawati et al., 2021). Istilah senam yang diterjemahkan langsung dari bahasa Inggris mencakup berbagai macam aktivitas yang melibatkan berbagai macam



gerakan (Handayani & Komaini, 2022). Latihan senam lantai tentunya memerlukan latihan yang cermat karena tingginya risiko cedera akibat kesalahan dalam melakukan gerakan (Kozin et al., 2023; Yendrizal et al., 2023)

Senam adalah olahraga individu di mana efikasi diri yang dirasakan memainkan peran penting untuk perolehan kemampuan khusus yang sering membutuhkan motivasi, keberanian, dan tekad yang kuat. Senam merupakan olahraga yang gerakannya dapat dilakukan tanpa ada gangguan sehingga menjadi sempurna yang membutuhkan fleksibilitas tinggi (Kumagai et al., 2023; Vlahovi, 2022)

Pembinaan berasal dari kata "bina" yang berarti membangun. Membina dapat diartikan sebagai kegiatan membangun atau memberi sesuatu. Secara umum, pembinaan merupakan rangkaian tindakan, upaya, dan aktivitas yang dilakukan secara efektif dan efisien guna mencapai hasil yang optimal. Dengan adanya pembinaan suatu kegiatan di dalam suatu organisasi akan mudah untuk mencapai tujuan dan hasil yang maksimal. Begitu juga pembinaan dalam olahraga prestasi. Pembinaan olahraga prestasi termasuk salah satu penunjang dalam meraih dan mencapai tujuan prestasi olahraga yang diinginkan. Pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga. Pembinaan memiliki tujuan utama untuk mencetak atlet yang berprestasi. Pencapaian prestasi tersebut tidak akan terwujud apabila proses pembinaan tidak dilaksanakan secara optimal. Di samping itu, keberhasilan pembinaan sangat dipengaruhi oleh adanya sinergi dan kerja sama yang harmonis antara seluruh elemen yang terlibat dalam proses tersebut.

Jadi pembinaan olahraga senam merupakan suatu proses tindakan yang tersusun secara sistematis, dan terprogram untuk mencapai prestasi maksimal atlet pada saat pertandingan. Beberapa hal yang terkait dengan pembinaan ini yang pertama organisasi, pelatih, motivasi atlet, dan sarana dan prasarana.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya, menggali karakteristik unik dan mengeksplorasi desain kontekstual yang mempengaruhi fenomena (Adji, 2024). Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet senam di Kabupaten Lima Puluh Kota yang berjumlah 26 orang. Penarikan sampel ini dengan menggunakan teknik *total sampling*. Dengan demikian sampel berjumlah 26 orang. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner, wawancara, dan observasi. Skala yang digunakan adalah skala Likert (pernyataan) dengan alternatif jawaban : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-Ragu (RR), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Organisasi



Secara umum, tingkat pencapaian organisasi yang diukur berdasarkan tanggapan dari 26 responden terhadap 9 pernyataan mencapai persentase sebesar 69,2%

Tabel 1. Rekapitulasi hasil wawancara organisasi

No	Sub Variabel / Indikator	Item	Kriteria Pernyataan										Rata-rata Skor	TC (%)	Ket
			STS		TS		RR		S		SS				
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%			
1	Pengurus	4	18	17,3	19	18,2	40	38,4	20	19,2	7	6,7	3,19	63,7	Baik
2	Struktur Organisasi	3	9	11,5	13	16,6	19	24,3	17	21,7	20	25,6	3,32	66,4	Baik
3	Latar Belakang Pengurus	2	2	3,8	2	3,8	22	42,3	17	32,6	9	17,3	3,64	72,8	Baik
Jumlah		9	29	12,3	34	14,5	81	34,6	54	23	36	15,3	3,46	69,2	Baik

b. Pelatih

Secara keseluruhan, tingkat pencapaian indikator pelatih berdasarkan hasil tanggapan 26 responden terhadap 12 pernyataan mencapai 75,8%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa kinerja pelatih berada dalam kategori baik sesuai dengan klasifikasi yang telah ditetapkan.

Tabel 2. Rekapitulasi hasil wawancara organisasi

No	Sub Variabel / Indikator	Item	Kriteria Pernyataan										Rata-Rata Skor	TC (%)	Ket
			STS		TS		RR		S		SS				
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%			
1	Latar Belakang Pelatih	1	0	0	2	7,6	17	65,3	5	19,2	2	7,6	3,4	67,9	Baik
2	Kualifikasi Pelatih	8	10	4,8	19	9,1	57	27,4	77	37	45	21,6	3,9	78,3	Baik
3	Program Latihan	3	0	0	4	5,1	19	24,3	33	42,3	22	28,2	4,3	87,3	Baik
Rata-Rata Total		12	10	3,2	25	8	93	29,8	115	36,8	69	22,1	3,7	75,8	Baik

c. Motivasi Atlet

Secara keseluruhan, tingkat pencapaian indikator motivasi atlet berdasarkan hasil respon dari 26 orang terhadap 25 butir pernyataan mencapai 67,8%



Tabel 3. Rekapitulasi hasil wawancara organisasi

No	Sub Variabel / Indikator	Item	Kriteria Pernyataan										Rata-Rata Skor	TC (%)	Ket
			STS		TS		RR		S		SS				
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%			
1	Motivasi Intrinsik	10	6	2,3	13	50	67	27,5	86	33	88	33,8	4,6	92	Sangat Baik
2	Motivasi Ekstrinsik	15	29	7,4	35	8,9	111	28,4	153	39,2	62	15,8	3,3	67,8	Baik
Rata-Rata Total		25	35	5,3	48	7,3	178	27,3	239	36,7	150	23	3,3	67,8	Baik

d. Sarana dan Prasarana

Secara keseluruhan tingkat capaian indikator sarana dan prasarana yang diperoleh dari 26 orang responden untuk 4 butir pernyataan adalah sebesar 68,7%.

Tabel 4. Rekapitulasi hasil wawancara organisasi

No	Sub Variabel / Indikator	Item	Kriteria Pernyataan										Rata-Rata Skor	TC (%)	Ket
			STS		TS		RR		S		SS				
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%			
1	Latar Belakang Pelatih	1	0	0	2	7,6	17	65,3	5	19,2	2	7,6	3,4	67,9	Baik
2	Kualifikasi Pelatih	8	10	4,8	19	9,1	57	27,4	77	37	45	21,6	3,9	78,3	Baik
3	Program Latihan	3	0	0	4	5,1	19	24,3	33	42,3	22	28,2	4,3	87,3	Baik
Rata-Rata Total		12	10	3,2	25	8	93	29,8	115	36,8	69	22,1	3,7	75,8	Baik

Keberhasilan prestasi tidak terlepas dari pembinaan. Pembinaan yang baik harus dilakukan secara terencana, berjenjang, dan berkesinambungan (Ardiansyah, 2024; Jolo, 2024). Dengan adanya pembinaan suatu kegiatan didalam suatu organisasi akan mudah untuk mencapai tujuan dan hasil yang maksimal. Pembinaan olahraga prestasi haruslah dilakukan secara dini, dengan hal itu akan memudahkan tercapainya prestasi puncak. Pembinaan dibutuhkan waktu yang panjang karena pembinaan olahraga mempunyai tingkatan-tingkatan dan diperlukan latihan secara jangka panjang, kontiniu dan berkesinambungan.

Organisasi merupakan wadah yang dibentuk untuk menghimpun dan mengoordinasikan berbagai aktivitas serta peran individu, dengan tujuan mencapai prestasi dan tujuan bersama yang dianggap penting dan bernilai oleh para anggotanya. Organisasi olahraga mengatur pelatih, atlet, penonton dan



komunitas untuk mencapai tujuan bersama, baik dalam prestasi maupun pengembangan sosial(Siffredi & Vilches, 2022; Stefan & Iancu, 2020). Organisasi dalam olahraga juga berfungsi sebagai alat pendidikan menciptakan ruang pembelajaran dan membangun kapasitas komunitas menuju pembangunan berkelanjutan(Andersson, 2021). Dengan adanya organisasi seseorang akan dapat menggabungkan usaha-usaha mereka dengan baik dan mendapatkan tujuan yang akan dicapai. Adanya organisasi suatu cabang olahraga akan memudahkannya dalam pencapaian tujuan yang hendak dicapai.

Pelatih merupakan orang yang dianggap ahli untuk mempersiapkan orang atau sejumlah orang untuk menguasai suatu keterampilan tertentu. Pelatih memegang peran penting dalam menyediakan program latihan yang berkualitas(Schweizer, 2024). selain itu seorang pelatih berfungsi sebagai teknisi yang bertugas melatih seseorang maupun sekelompok orang untuk menguasai keterampilan tertentu. Seorang pelatih tidak hanya melatih atlet dalam pencapaian prestasi tetapi peran lain dari seorang pelatih adalah mendidik atlet untuk disiplin, kerja keras, pantang menyerah dalam menjalani setiap aktifitas, dan sebagainya(Bissett et al., 2020), memotivasi atlet sehingga atlet memiliki perkembangan positif (Albuquerque et al., 2021), pelatih juga harus memiliki hubungan yang baik dan positif dengan atlet sehingga meningkatkan perkembangan dan kesuksesan atlet (Gosai et al., 2021).

Seorang atlet harus memiliki motivasi, baik itu motivasi dari dalam diri maupun motivasi dari luar diri atlet, karena motivasi memberikan pengaruh pada atlet untuk mendorong atlet mencapai prestasi yang diinginkan. motivasi merupakan dorongan dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu guna mencapai tujuan yang diinginkan, yakni memperoleh prestasi yang diinginkan. Seorang atlet memiliki motivasi dari dalam diri (intrinsik) dan dari luar diri atlet (ekstrinsik). motivasi intrinsik merupakan motivasi yang berasal dari dalam diri individu yang bersangkutan. Motivasi intrinsik sering kali menjadi motivator terkuat, terutama pada tahap awal karir atlet(Health et al., 2022; Moradi et al., 2020; Rosario, 2023). Motivasi ekstrinsik berasal dari faktor luar yang mempengaruhi dorongan atlet dalam beraktivitas. Motivasi eksternal seperti insentif finansial, pengakuan, dan status sosial menjadi lebih penting saat atlet mencapai tingkat kompetisi yang lebih tinggi (Martynova et al., 2021; Schweizer, 2024; Леонид et al., 2020)

Pemanfaatan fasilitas olahraga menunjukkan bahwa fokus utama dalam perhitungan indikator ini adalah pada keseluruhan tingkat pembebanan fasilitas olahraga, yaitu kemampuan fasilitas olahraga untuk melayani banyak orang sekaligus. Hal ini menunjukkan bahwa penting bagi fasilitas olahraga untuk memiliki kapasitas yang memadai agar dapat mengakomodasi jumlah pengguna yang tinggi pada saat yang sama(Halimov, Azimov, 2020). Sarana dan prasarana akan menunjang kegiatan pembinaan dengan baik. Sarana dan prasarana merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu kegiatan (Hasanah et al., 2021; Pratomo & Yuwono, 2023; Wahyono, 2023). Atlet yang berlatih dengan sarana yang memadai cenderung memiliki motivasi dan prestasi yang lebih tinggi(Maulana et al., 2023; Yasrono & Sukendro, 2023)



Prestasi yang baik akan tercapai dengan adanya pembinaan yang baik dan didukung oleh beberapa faktor diantaranya organisasi, pelatih, motivasi atlet serta sarana dan prasarana yang memadai pelaksanaan latihan untuk mencapai hasil prestasi yang lebih baik.

KESIMPULAN

Pembinaan atlet senam di Kabupaten Lima Puluh Kota, empat komponen dasar-pelatih, struktur organisasi, motivasi atlet, serta sarana dan prasarana secara keseluruhan dinilai baik. Organisasi Persani Kabupaten Lima Puluh Kota dapat memfasilitasi keberhasilan pembinaan atlet senam, memberikan instruksi yang lugas, dan melindungi kelancaran program. Kualifikasi pelatih juga termasuk dalam kategori yang baik, menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan dan keahlian yang diperlukan untuk membantu para atlet senam mencapai potensi penuh mereka dan meningkatkan kinerja mereka secara keseluruhan. Kuantitas motivasi atlet dalam pembinaan senam juga cukup besar, dengan para atlet yang menunjukkan semangat dan tekad yang kuat untuk mencapai potensi terbesar mereka, didorong oleh dorongan dari berbagai sumber. Yang tak kalah penting, Kabupaten Lima Puluh Kota memiliki infrastruktur dan fasilitas yang sangat baik, sehingga memungkinkan para atlet untuk berlatih di tempat yang sesuai dan menumbuhkan kinerja yang kompetitif. Secara keseluruhan, kombinasi yang sukses dari variabel-variabel ini, yang saling melengkapi untuk mencapai prestasi puncak, sangat penting untuk keberhasilan pembinaan atlet senam di Kabupaten Lima Puluh Kota.

DAFTAR PUSTAKA

- Adji, T. P. (2024). *Desain Penelitian Kualitatif*. Gita Lentera.
- Albuquerque, L. R. De, Scheeren, E. M., & Vagetti, G. C. (2021). *Influence of the Coach ' s Method and Leadership Profile on the Positive Development of Young Players in Team Sports*. *March*, 9–16.
- Andersson, E. (2021). Public pedagogy and leadership in sports organisations: Futebol dá força for sustainability? *European Educational Research Journal*.
- Ardiansyah, A. (2024). *International Journal of Social Science and Human Research Policy Analysis of the Indonesian National Sports Committee at the Provincial Level in Improving Athlete Achievement Aceh Province ' s Medal Winnings in the Last 3 National Sports Weeks*. 07(08), 6365–6369. <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v7-i08-66>
- Bissett, J. E., Kroshus, E., & Hebard, S. (2020). *Determining the role of sport coaches in promoting athlete mental health : a narrative review and Delphi approach*. 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2019-000676>
- Gaspari, V., Bogdanis, G. C., Panidi, I., Konrad, A., Terzis, G., Donti, A., & Donti, O. (2024). The Importance of Physical Fitness Parameters in Rhythmic Gymnastics: A Scoping Review. *Sports*, 12(9), 248. <https://doi.org/10.3390/sports12090248>
- Gosai, J., S., J., & Nascimento-Júnior, J. R. A. (2021). When leadership, relationships and psychological safety promote flourishing in sport and life. *Sport and Leisure*, Pages 145-165.
- Halimov, Azimov, H. (2020). increasing the efficiency of using sport facilities of



educational institutions of sport. *Economic and Social Trends for Sustainability of Modern Society*.

- Handayani, S. G., & Komaini, A. (2022). *Development of Android-based Gymnastics Learning Media to Improve the Ability to Roll Ahead Straddle Students in Gymnastic Learning*. 6, 275–290.
- Hasanah, N., Rustriadi, T., Keolahragaan, F. I., Semarang, N., & Article, H. (2021). *Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Hockey di Kabupaten Kebumen*. 2(2), 538–546.
- Health, A., Rafique, N., Aftab, A., Rafique, N., Basharat, S., Sultana, B., Abid, F., & Rafique, A. (2022). *RESEARCH ARTICLE MOTIVATIONAL FACTORS FOR SPORTS PARTICIPATION AMONG PAKISTANI*. 06(02), 320–325.
- Jolo, M. U. (2024). *Volleyball Athletes Training Program Towards Their Achievements*. 2, 176–189.
- Kokarev, B., & Kokareva, S. (2023). *Original Article Effectiveness of innovative methods in improving the special physical fitness of qualified athletes in aerobic gymnastics qualified athletes in aerobic gymnastics*. March. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.03077>
- Kozin, O., Kozina, Z., Kozin, V., & Korobeinik, V. (2023). *Original Article Influence of the professional and motor skills integral development method application on physical fitness indicators of Arts Faculty students: a randomized control trial*. 23(6), 1350–1358. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.06165>
- Kumagai, H., Kaneko, T., Shintake, Y., Miyamoto-mikami, E., Tomita, H., Fukuo, M., Kawai, W., Harada, M., Kamiya, N., Hirata, K., Zempo, H., Maeda, S., Miyamoto, N., & Fuku, N. (2023). *Genetic polymorphisms related to muscular strength and flexibility are associated with artistic gymnastic performance in the Japanese population*. <https://doi.org/10.1080/17461391.2022.2078741>
- Martynova, V., Kornev, O., & Korneva, A. V. (2021). *MOTIVATION FOR SPORTS AND TRAINING ACTIVITIES OF ATHLETES OF VARIOUS QUALIFICATIONS*. *Modern Problems of Science and Education*.
- Maulana, M. A., Hartono, M., & Yudha, D. W. (2023). *Evaluation of Archery Sports Development in Majalengka Regency*. 10(October), 37–48.
- Moradi, J., Bahrami, A., & Dana, A. (2020). *Motivation for Participation in Sports Based on Athletes in Team and Individual Sports*. 14–21. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2020-0002>
- O’Sullivan, C. (2024). *European Journal of Public Health , Volume 34 Supplement 2, 2024*. 34, 2024.
- Oksana, K., & Sushko Ruslana. (2023). *Coaching Styles As A Basis For Management In Sports Games*. *Sport Science And Human Health*, 2 (10).
- Prasarana, S., Atlet, L., & Tahun, K. (2022). *Pembinaan, Sarana Prasarana dan Motivasi Latihan Atlet Anggar di Kabupaten Kendal Tahun 2020*. 3(3), 29–35.
- Pratomo, T. B., & Yuwono, C. (2023). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Survei Standarisasi Sarana dan Prasarana Olahraga Bulutangkis , Renang , Tennis Meja di DISPAPOR Kabupaten Cilacap*. 4(2), 511–519.



- Rifky, S., Malahayati, T., Udin, T., Bakhtiar, A. F., Sambudi, L., & Nurjati, I. S. (2023). *MANAJEMEN PELATIH EKSTRAKULIKULER DI RA MA'ARIF LANGUT KABUPATEN INDRAMAYU*.
- Rosario, M. A. B. (2023). *European Journal of Physical Education and Sport Science LEVEL OF MOTIVATIONAL FACTORS OF ATHLETES*. <https://doi.org/10.46827/ejpe.v10i2.4961>
- Schweizer, L. (2024). *Technological advances in artistic gymnastics and the impact on its development*. 19(3), 846–861.
- Siffredi, C., & Vilches, F. (2022). *Pillars for the management of sport organisations*. 87, 25–27.
- Stefan, M. C., & Iancu, D. (2020). *Management of Sports Organizations*. 10, 126–133.
- Subastian, E., Komputer, P., & Mulawarman, U. (2023). *Evaluasi Program Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Sepakbola Universitas Mulawarman*. 1(3), 191–199.
- Sukmawati, N., Dlis, F., & Pelana, R. (2021). *The Effectiveness of the Application of the Cheerful and Creative Children ' s Gymnastics Model to Improve the Physical Fitness of Kindergarten Children*. 9(6), 1109–1117. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090605>
- Vlahovi, T. (2022). *Whole-Body Vibration Effects on Flexibility in Artistic Gymnastics — A Systematic Review*. 1–12.
- Wahyono, I. G. (2023). *Pembinaan Olahraga Renang di SD Muhammadiyah 1 di Kota Malang*. 03(01), 85–90. <https://doi.org/10.59141/comserva.v3i1.741>
- Yasrono, & Sukendro. (2023). THE MANAGEMENT OF ACHIEVEMENT COACHING. *Journal Management of Sport*, 2(1), 28–34.
- Yendrizal, Kiram, Y., Yenes, R., Komaini, A., Ihsan, N., & Mario, D. T. (2023). Effect of weight training and motor skills on muscle strength: A factorial experimental design. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(6), 1416–1424. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.06173>
- Леонид, Е., Алексеевич, С., & Александровна, Т. (2020). *Dynamic-procedural approach towards studying the athlete's psychology of motivation*.

