

# MOTIVASI SISWA DALAM MENGIKUTI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI

*Irfano Baira, Alnedral*

Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Padang

e-mail : irfanobaira6@gmail.com, alnedral.fikunp@yahoo.co.id

**Abstrak** : Masalah penelitian ini adalah kurang terlaksana kegiatan ekstrakurikuler di SMA N 12 Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakan motivasi siswa SMA N12 Padang dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 12 Padang, waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan juli 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah 17 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 17 orang siswa. Instrument dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket atau kuesioner penelitian. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentase. Hasil penelitian ini adalah 1) Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik berada pada klasifikasi Baik. 2) Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik berada pada klasifikasi Baik.

Kata Kunci: Motivasi Siswa, Ekstrakurikuler Bolavoli

## A. PENDAHULUAN

Motivasi dapat diartikan suatu perubahan energi yang ada dalam diri manusia untuk mendorong diri menuju suatu tujuan karena adanya suatu kebutuhan. Menurut Oemar Hamalik (2004: 158) Motivasi adalah “perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan”. Artinya motivasi ini merupakan energi yang mendorong diri untuk menuju perubahan. Ada dua prinsip yang dapat digunakan untuk meninjau motivasi ialah : 1) Motivasi dipandang sebagai suatu proses. Pengetahuan tentang proses ini akan membantu kita menjelaskan kelakuan yang kita amati dan untuk memperkirakan kelakuan-kelakuan lain pada seseorang, 2) Kita menentukan karakter dari proses ini dengan melihat petunjuk-petunjuk dari tingkah lakunya. Apakah petunjuk-petunjuk dapat dipercaya, dapat dilihat kegunaannya dalam memperkirakan dan menjelaskan tingkah laku lainnya.

Maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu yang kompleks, karena motivasi yang menyebabkan suatu perubahan energi yang ada dalam diri manusia, sehingga akan berhubungan dengan persoalan, gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu yang didorong karena adanya kebutuhan dan tujuan yang diinginkan.

Menurut Dimiyani (2006: 97) unsur-unsur yang dapat mempengaruhi motivasi dalam latihan adalah : “a) cita-cita atau aspirasi siswa, b) kemampuan siswa, c) kondisi siswa, d) kondisi lingkungan siswa, e) unsur-unsur dinamis dalam pembelajaran dan latihan, f) upaya guru dalam membelajarkan siswa”. Cita-cita atau inspirasi atau aspirasi peserta didik merupakan bagian dari motivasi yang timbul diiringi perkembangan akal, moral, kemauan, bahasa dan nilai-nilai kehidupan serta perkembangan kepribadian. Kemampuan peserta didik dan keinginannya perlu diiringi dengan kemampuan atau kecakapan yang dicapainya contohnya : keinginan untuk belajar khususnya olahraga bolavoli, sedangkan kondisi peserta didik dan kondisi lingkungannya meliputi kondisi jasmani dan rohani yang mempengaruhi motivasi dalam latihan, lingkungan peserta didik berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal dan pergaulan dalam masyarakat. Dengan demikian dapat dikatakan peranan motivasi dalam kegiatan, memperluas tujuan kegiatan dan menentukan tekunan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli. Sehingga terlihatlah ciri-ciri seseorang yang memiliki motivasi terhadap suatu kegiatan yaitu ekstrakurikuler bolavoli.

Dilihat dari tipe dan penyebabnya terjadinya motivasi secara umum dibagi kedalam dua macam tipe yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Menurut Oemar Hamalik (2004: 162) “Motivasi Intrinsik yaitu motivasi yang tercakup didalam situasi belajar dan menemui kebutuhan dan tujuan-tujuan siswa”. Motivasi ini sering juga disebut motivasi murni, motivasi yang sebenarnya timbul dalam diri sendiri. Sedangkan motivasi ekstrinsik merupakan kebalikan dari motivasi intrinsik yaitu motivasi yang keberadaannya karena pengaruh dari luar, bukan merupakan perasaan atau keinginan sendiri. Seperti yang dikemukakan oleh Irwanto (2002: 217) bahwa “Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang disebabkan faktor-faktor dari luar situasi belajar, seperti dalam entu pujian, hadiah, persaingan dan media”. Karel Muskanan (2015) berpendapat motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam olahraga.

Pelatih merupakan ujung tombak dari kesuksesan atlet karena tanpa adanya pelatih atlet tidak akan sukses dan tidak dapat menemukan puncak dari kesuksesannya. Menurut Kamal Firdaus (2012: 106) “fungsi seorang pelatih tak ubahnya sebagai teknisi yang bertugas melatih seseorang atau kelompok orang untuk menguasai keterampilan tertentu”.

Menurut Lili dan Fatma (2005) Motivasi berprestasi seseorang dapat di pengaruhi oleh lingkungan sosial seperti orang tua dan teman. Peran orang tua dalam memberikan perhatian dapat mempengaruhi motivasi anak meningkat, karena dengan memberikan perhatian lebih terhadap kegiatan yang di ikutinya maka anak tersebut lebih bersemangat.

Muhajir, (2007: 5) bahwa “permainan bolavoli dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri atas enam pemain. Tiap regu berusaha menempatkan bola didaerah lawan agar mendapatkan angka (point). Regu yang pertama mencapai angka 25 adalah regu yang menang”. Aan dan Teguh (2010) mengatakan “Dalam permainan bola voli jika ingin mendapatkan suatu kemenangan, maka setiap pemain harus dapat mengombinasi dan mengoordinasi teknik servis, passing, smes, maupun blok dengan baik sesuai dengan ukuran ruang dan waktu”. Untuk mendapatkan poin (nilai) tidak jarang pemain berusaha untuk mematkan bola di daerah regu lawan, apakah itu dengan service, passing, smash, block serta tipuan.”

Noor, Rabiatul, dan Harpani (2016) Kegiatan Ekstrakurikuler diselenggarakan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional. Depdikbud (1994: 5) Pentingnya kegiatan ekstrakurikuler bagi para siswa maka dapat dijelaskan beberapa manfaat bagi pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yaitu “(a) untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan para siswa dalam arti memperkaya, mempertajam serta memperbaiki pengetahuan para siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran sesuai dengan kurikulum. (b) untuk melengkapi upaya pelatihan pemantapan dan pembentukan nilai-nilai siswa. (c) untuk membina serta meningkatkan bakat, minat dan keterampilan siswa.

Berdasarkan pengamatan dan informasi yang diterima oleh pelatih, peneliti menemukan masalah yang terjadi di SMA N 12 Padang dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli belum berjalan dengan baik. Kurang terlaksananya dengan baik

kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli terlihat saat latihan siswa tidak serius dalam latihan dan lebih banyak yang bermain-main. Hal tersebut mungkin di sebabkan beberapa faktor seperti sarana prasarana yang tidak memadai, pelatih kurang menguasai materi, motivasi siswa, sumber dana yang dimiliki, kejuaraan yang jarang diadakan, dukungan orang tua ataupun dukungan dari sekolah itu sendiri.

## **B. METODOLOGI PENELITIAN**

Sesuai dengan masalah yang dikemukakan, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif, yang bertujuan untuk mendeskripsikan mengenai situasi-situasi atau gejala dan suatu objek. Hal ini sesuai dengan Arikunto (2010: 234) “Penelitian Deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud untuk menguji hipotesis tertentu, tapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu variabel gejala atau keadaan”.

Penelitian ini hanya mengungkapkan ataupun menggambarkan bagaimana motivasi siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA Negeri 12 Padang. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 12 Padang. Sedangkan penelitian ini dilakukan pada bulan juli 2019. Pupulasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 12 Padang yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah 17 orang. Teknik penarikan sampel yang digunakan yaitu teknik total sampling yang mana seluruh populasi dalam penelitian ini dijadikan sebagai sampel yang berjumlah 17. Instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan angket atau kusioner penelitian yang disebarkan keseluruh responden. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentatif.

## **C. HASIL PENELITIAN**

Berikut ini akan diuraikan tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Padang yang terdiri dari indikator sebagai berikut:

## 1. Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang Pada Sub Indikator Motivasi Instrinsik

Berdasarkan indikator motivasi instrinsik yang diberikan sebanyak 12 item pernyataan kepada 17 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jumlah total jawaban “sangat setuju” sebanyak = 48 jawaban atau 23,53 %, jawaban “setuju” sebanyak 92 jawaban atau 45,09%, jawaban “tidak setuju” sebanyak 46 jawaban atau 22,55%, jawaban “sangat tidak setuju” sebanyak 18 jawaban atau 8,82%. Untuk lebih jelasnya, Deskripsi hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik dapat dilihat pada table dan histogram berikut ini.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang Pada Sub Indikator Motivasi Instrinsik**

No	Jawaban	Skor (x)	Fa	Fr	$\sum$ Skor (x . fa)
1	Sangat Setuju	4	48	23.53	192
2	Setuju	3	92	45.09	276
3	Tidak Setuju	2	46	22.55	92
4	Sangat Tidak Setuju	1	18	8.82	18
$\sum$			204	100	578
Skor Ideal			$4 \times 17 \times 12 = 816$		
Tingkat Capaian			$578/816 \times 100\% = 70,96\%$		

Berdasarkan analisis data di atas, diperoleh skor capaian sebesar 578 sedangkan skor ideal 816. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik adalah 70,96%. Menurut Purwanto, (2009: 102-103) kategori nilai antara 60% – 79% adalah berada pada klasifikasi “Cukup”.

## 2. Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang Pada Sub Indikator Motivasi Ekstrinsik

Berdasarkan indikator motivasi ekstrinsik yang diberikan sebanyak 22 item pernyataan kepada 17 orang siswa yang dijadikan sebagai responden, ditemukan jumlah total jawaban “sangat setuju” sebanyak = 78 jawaban atau 20,86 %, jawaban “setuju” sebanyak 174 jawaban atau 46,52%, jawaban “tidak setuju” sebanyak 91 jawaban atau 24,33%, jawaban “sangat tidak setuju” sebanyak 31 jawaban atau 8,29%. Untuk lebih jelasnya, Deskripsi hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA

N 12 Padang pada sub indikator motivasi ekstrinsik dapat dilihat pada table dan histogram berikut ini.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang Pada Sub Indikator Motivasi Ekstrinsik**

No	Jawaban	Skor (x)	Fa	Fr	$\Sigma$ Skor (x . fa)
1	Sangat Setuju	4	78	20.86	312
2	Setuju	3	174	46.52	522
3	Tidak Setuju	2	91	24.33	182
4	Sangat Tidak Setuju	1	31	8.29	31
$\Sigma$			374	100	1047
Skor Ideal			$4 \times 17 \times 22 = 1496$		
Tingkat Capaian			$1047/1496 \times 100\% = 69,99\%$		

Berdasarkan analisis data di atas, diperoleh skor capaian sebesar 1047 sedangkan skor ideal 1496. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik adalah 69,99%. Menurut Purwanto, 2009: 102-103 kategori nilai antara 60% – 79% adalah berada pada klasifikasi “Cukup”.

#### **D. PEMBAHASAN**

#### **Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli Di Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Padang**

##### **1. Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang Pada Sub Indikator Motivasi Instrinsik**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik adalah 70,96%. Menurut Arikunto (2014:296) kategori nilai antara 60% – 79% adalah berada pada klasifikasi “Baik”.

Terlihat pada penelitian bahwa paling banyak capaian motivasi siswa pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa telah adanya kemauan dalam diri siswa tersebut dalam mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang. Motivasi siswa dalam mengikuti bolavoli bisa ditingkatkan dengan membuat banyak kejuaraan antar sekolah supaya siswa lebih termotivasi dalam mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 12 padang, karena kalau tidak adanya event atau kejuaraan maka siswa akan mengalami kebosanan dalam mengikuti ekstrakurikuler, jadi dengan adanya kejuaraan tersebut siswa makin termotivasi dalam mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 12 padang.

Berdasarkan hal ini maka menurut analisa peneliti terhadap penelitian ini adalah ditemukan bahwa paling banyak siswa mempunyai motivasi pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kesenangan siswa dalam melakukan permainan bolavoli. Kondisi ini tetap harus dikembangkan karena akan dapat mempengaruhi semangat siswa dalam bermain dan dapat menghasilkan siswa yang berprestasi tinggi dalam bermain bolavoli.

## **2. Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang Pada Sub Indikator Motivasi Ekstrinsik.**

Seperti yang dikemukakan oleh Irwanto (2002: 217) bahwa “Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang disebabkan faktor-faktor dari luar situasi belajar, seperti dalam entu pujian, hadiah, persaingan dan media”. Dengan demikian timbulnya motivasi ekstrinsik tidak dilandasi oleh kondisi yang ada didalam diri peserta didik, melainkan keberadaannya akibat rangsangan dari luar proses. Dapat dicontohkan seorang peserta didik yang dijanjikan kalau belajar dengan rajin dan giat maka ia akan dijanjikan mendapatkan hadiah berupa material yang akan mempunyai makna tersendiri bagi peserta didik karna bentuk yang lebih kongrit.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik adalah 69,99%. Berada pada kategori cukup. Hasil ini bisa dikatakan belum maksimal dan harus perlu ditingkatkan lagi. Untuk meningkatkan motivasi ekstrinsik siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 padang, maka tentunya perlu dukungan motivasi dari faktor ekstrinsik juga, contohnya keluarga sebagai orang terdekat dari siswa harus memberikan motivasi lebih, sebagai contoh siswa harus selayaknya mendapatkan dukungan berupa kelengkapan alat alat yang dibutuhkan dalam mengikuti bolavoli, karena dengan ini siswa dengan sendirinya akan merasa mendapatkan dukungan dari keluarga dalam mengikuti

ekstrakurikuler di sekolah. Karena dengan dorongan dari keluarga atau orang terdekat akan membuat meningkatnya motivasi siswa tersebut.

#### **E. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Bolavoli di SMA N 12 Padang dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi instrinsik adalah 70,96%. berada pada klasifikasi “Cukup”.
2. Motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 12 Padang pada sub indikator motivasi ekstrinsik adalah 69,99%. berada pada klasifikasi “Cukup”.

#### **F. DAFTAR RUJUKAN**

- Alnedral. 2016. *Pembentukan Karakter-Cerdas Atlet Tarung Derajat*. Padang: Universitas Negeri Padang Jurnal Performa Olahraga Volume 1, Nomor 01 Januari-Juni 2016
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bachtiar. 1999. *Pengetahuan dasar permainan bolavoli*. Padang: FIK UNP
- Dimiyati. 2006. *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Effendi, Hastria. 2016. *Peranan Psikologi Olahraga dalam Meningkatkan Prestasi Atlet*. Padang: Universitas Negeri Padang Nusantara ( Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial ) Volume 1 Desember 2016
- Erianti. 2004. *Buku ajar Bolavoli*. Padang: Sukabina Press.
- Firdaus, Kamal. 2012. *Psikologi Olahraga*. Padang: UNP Press
- Hamalik, Oemar. 2004. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hamzah. 2012. *Teori motivasi dan pengukurannya*. Jakarta: Erlangga
- Irwanto. 2002. *Psikologi Umum*. Jakarta: PT Prenhallindo
- Masyitah., Nurdin, Said., Dahliana Abd. 2018. *Hubungan Fungsi Sosialisasi Keluarga Dengan kepribadian Sehat Siswa MAN ACEH BESAR*. Aceh: Universitas Syah Kuala Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Volume 3 Nomor 1 Tahun 2018
- Muhajir. 2007. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Erlangga

- Muskanan, Karel. 2015. *Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pendidikan (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur*. NTT: Program Pascasarjana Universitas Negeri Cendana, Kupang Jurnal Kebijakan dan Administrasi Publik Volume 19 Nomor 2 tahun 2015
- Ningsih, Harni. 2016. *Pengaruh Motivasi dan Komunikasi Fasilitator Pendamping Kecamatan Terhadap Kinerja Pengurus Bumdes Timur Sejahtera Desa Ujung Batu Timur*. Rokan Hulu: Universitas Pasir Pengaraian
- Nurchahyo, Fathan. 2013. *Pengelolaan dan Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMA/MAN/Sederajat Se-Kabupaten Sleman*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 9, Nomor 2, November 2013
- Purwanto. 2009. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surakarta: Pustaka Belajar
- Sadirman. 2011. *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali Press
- Suryosubroto. 2009. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Undang-Undang RI No 3. 2005. *Sistim Keolahragaan nasional*. Yogyakarta: Pustaka Yudisti
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003. *Tentang Sistim Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdikbud
- Wisahati, Aan Sunjaya dan Santosa, Teguh. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarata: Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional
- Wulandari, Ika Suci dan Hidayat, Taufik. 2014. *Pengaruh Pemberian Reward And Punishment Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Passing Bawah Bolavoli (Studi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Yosowilangun Lumajang)*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 02 Nomor 03 Tahun 2014
- Yancomala, Olyvia. 2014. *Hubungan Gaya Kepemimpinan Dengan Motivasi Kerja Pegawai di Dina Pemuda dan Olahraga Provinsi Sumatera Barat*. Padang: Universitas Negeri Padang Jurnal Administrasi Pendidikan Volume 2 Nomor 1 Juni 2014
- Yanti, Noor., Adawiah, Rabiatul., Matnuh, Harpani. 2016. *Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Rangka Pengembangan Nilai-nilai Karakter Siswa Untuk Menjadi Warga Negara Yang Baik di SMA KORPRI Banjarmasin*. Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan: Volume 6, Nomor 11, Mei 2016
- Yuliasari, Ade dan Indriarsa, Nannang. 2013. *Peran Dominan Motivasi Intrinsik dan Motivasi Ekstrinsik Siswa Putri Dalam mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 01 Nomor 02 Tahun 2013