

Nilai-Nilai Karakter Berhubungan Dengan Efektivitas Atlet Dalam Suatu Pertandingan

Indah Sari, Aryadie Adnan

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

e-mail : indahsarifebri@yaoo.com, aryadie.adnan@fik.unp.ac.id

Abstrak : Masalah penelitian adalah kurangnya nilai-nilai karakter pada diri atlet, hal ini dilihat dari atlet yang sering terlambat dan suka bermain-main dalam latihan atau bertanding. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan nilai-nilai karakter atlet klub bolabasket laraks sakti dengan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan. Penelitian ini adalah seluruh atlet bolabasket putra Laraks Batusangkar. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan *purposive sampling*, Sebanyak 12 orang. Instrumen penelitian nilai-nilai karakter atlet klub bolabasket laraks diukur dengan penyebaran angket dan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan diukur dengan *FIBA Cybersports Basketball software* atau *Livestats*. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara nilai-nilai karakter atlet klub bolabasket laraks batusangkar dengan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{hitung} 0,616 > r_{tab} 0,576$ dan koefisien distribusi $t_{hitung} 2,44 > t_{tabel} 1,81$.

Kata kunci : Karakter, Efektivitas Atlet, Pertandingan

A. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap manusia, dengan berolahraga seseorang mendapatkan kesegaran jasmani, kesegaran pemikirannya dan berprestasi dalam pekerjaannya sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja. Pada saat ini olahraga memberikan pengaruh yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Sebagian besar masyarakat Indonesia sudah menyadari bahwa pemeliharaan kesehatan sangat mutlak diperlukan selama manusia masih menghendaki hidup sehat jasmani dan rohani. Hal ini terbukti dengan berlomba-lombanya masyarakat Indonesia melakukan kegiatan olahraga, bahkan sering melakukan kompetisi-kompetisi yang bersifat daerah, Nasional maupun Internasional. Menurut Laila (2017) olahraga mempunyai tujuan yang salah satunya adalah untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani masyarakat melalui pembinaan dan pembangunan olahraga.

Olahraga merupakan jalan untuk meraih prestasi, namun prestasi tersebut sangat membutuhkan dorongan/motivasi. Prestasi merupakan puncak kebanggaan dari seorang atlet maupun pelatih. Untuk mencapai prestasi yang tinggi tidaklah mudah, diperlukan kerja keras

dan ketekunan pada atlet maupun pelatih. Latihan yang progresif saja tidak menjamin seorang atlet dalam meraih prestasi. Menurut Mirhan (2016) olahraga merupakan pilar penting dalam kehidupan. Olahraga bukan sekedar kegiatan yang berorientasi kepada faktor fisik belaka. Olahraga juga dapat melatih sikap dan mental seseorang.

Kegiatan olahraga banyak faktor pendukung yang mempengaruhi untuk mendapatkan prestasi, seperti : kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental (Soniawan, 2018). Dalam aktivitas olahraga disamping memiliki kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik juga diperlukan penguasaan teknik yang baik pada atletnya, karena tanpa adanya penguasaan teknik yang baik seseorang atlet tidak dapat mewujudkan prestasinya.

Karakter merupakan watak, sifat, akhlak ataupun kepribadian yang membedakan seorang individu dengan individu lainnya. Dalam bahasa Yunani *charasein* (karakter) berarti mengukir corak yang tetap dan tidak terhapuskan. Atau karakter dapat juga dikatakan sifat batin yang mempengaruhi segenap fikiran, perilaku, budi pekerti, dan tabiat yang dimiliki manusia atau makhluk hidup lainnya. Individu yang berkarakter baik merupakan orang yang selalu berusaha untuk melakukan berbagai hal yang terbaik terhadap Tuhan yang Maha Esa, dirinya sendiri, lingkungan, orang lain, bangsa dan negaranya. Begitupun dengan seorang atlet, mereka harus menanamkan nilai-nilai karakter untuk meraih prestasi dengan semaksimal mungkin.

Menurut Supriyanto (2008) Pembentukan karakter olahragawan dapat ditinjau dari perbedaan gender, peran serta orang tua, pelatih olahraga dan keikutsertaan dalam aktivitas olahraga serta jenis olahraganya. Dapat diprediksi bahwa orang yang aktif pada cabang olahraga tertentu yang bersifat olahraga individual akan berbeda karakternya dengan orang yang aktif dengan cabang olahraga beregu (tim). Sedangkan menurut Yuliawan (2016) Pelaksanaan karakter di Indonesia saat ini dirasakan belum optimal. Bahkan situasi di Indonesia yang belum ideal menjadi motivasi pokok dalam mengimplementasikan karakter. Dalam penjas dan olahraga banyak terkandung nilai-nilai karakter seperti sportifitas, kejujuran, keberanian, kerja keras, pengendalian diri, tanggung jawab, kerjasama, keadilan, dan kebijaksanaan, menghargai lawan dan berbagai yang dapat diintegrasikan dalam aktivitas gerak dan berbagai bentuk permainan karakter.

Atlet yang menanamkan nilai-nilai karakter yang baik cenderung mengikuti proses latihan dengan baik dan akan mendapatkan hasil yang baik, seperti disiplin dalam mengikuti latihan, kerja keras dan sikap saling menghargai terhadap pelatih dan sesama anggota tim. Begitupun sebaliknya atlet yang memiliki nilai karakter yang tidak baik cenderung tidak akan

mendapatkan hasil latihan ataupun sulit mendapatkan sebuah prestasi. Nilai karakter yang kurang baik penerapannya dapat ditandai dengan adanya atlet yang kurang disiplin dan kurangnya tingkat kesadaran tentang pentingnya disiplin. Menurut Mirhan (2016) mengemukakan ada banyak nilai-nilai universal olahraga yang dapat ditransfer di kehidupan, yaitu nilai karakter percaya diri, dan nilai karakter kerja keras. Dan menurut Hodge (2003), kebanyakan orang sepertinya meyakini bahwa berpartisipasi dalam program aktivitas jasmani mengembangkan karakter secara otomatis, meningkatkan alasan moral, dan mengajarkan nilai dari ciri-ciri olahragawan sejati, tetapi sedikit bukti bahwa itu semua membangun karakter.

Permainan bolabasket adalah salah satu olahraga paling populer di Dunia. Menurut Alfia (2015) “Bolabasket adalah olahraga yang dimainkan secara berkelompok dan tidak mengandung unsur kekerasan. Gerakan-gerakan yang terdapat didalam permainan bolabasket merupakan gerakan yang sangat penting bagi aktivitas sehari-hari”. Sedangkan menurut Nirwandi (2018) permainan bolabasket merupakan olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai ketrampilan, teknik dan taktik disamping kondisi yang prima bagi pelakunya. Penggemarnya yang berasal dari segala usia bahwa permainan bolabasket merupakan permainan yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Keterampilan-keterampilan perorangan seperti menembak, mengumpan, menggiring bola (*dribble*), dan *rebound*, serta kerjasama tim untuk menyerang atau bertahan, adalah persyaratan agar berhasil dalam memainkan olahraga ini. Permainan bolabasket adalah suatu permainan beregu dan dapat dimainkan oleh putra dan putri. Dalam permainan bolabasket, setiap regu harus berusaha memasukan bola ke keranjang lawan dengan menggunakan tangan untuk mencetak poin dan sebaliknya berusaha menjaga keranjang sendiri agar lawan tidak dapat mencetak poin. Permainan bolabasket ini satu regu yang lengkap beranggotakan 12 orang pemain, terdiri dari 5 orang pemain utama serta 7 orang cadangan.

Secara teknis setiap pemain bolabasket ingin memiliki performa yang baik agar dapat membawa timnya memenangkan pertandingan. Namun keberhasilan dari suatu penyerangan untuk meraih angka bergantung pada kemampuan individual yang harus menguasai beberapa teknik dalam bermain bolabasket. Maka dalam hal ini pemain dan pelatih harus dapat menganalisis kinerja saat pertandingan berlangsung, atau pada saat selesai pertandingan, pelatih dan pemain harus melakukan analisis pertandingan, untuk mengetahui performa pemain. Salah satu variabel yang paling penting dianalisis adalah performa pemain dan

performa tim pada kompetisi yang sebenarnya. Menurut Rubianto (2011) Seorang pelatih akan mampu untuk membina dan membentuk karakter dan mental. Karakter dan mental atlet yang diharapkan adalah sebagai berikut : 1) Sportif, 2) memiliki stabilisasi emosi dalam situasi apapun, 3) percaya diri, 4) hidup sehat, moralis dan serasi, 5) mampu mengembangkan fungsi otot dan faal, 6) selalu mengembangkan diri. ada beberapa indikator kemenangan suatu tim itu dilihat dari performa pemain yang baik, performa tersebut baik bisa dilihat dari seberapa banyak pemain tersebut melakukan *assist*, *rebound*, *turnover* dan *shooting*.

Untuk dapat bermain secara efisien pemain harus memiliki performa yang baik, karena performa pemain sangat berpengaruh pada suatu tim. Apabila semua pemain tidak memiliki performa yang baik maka pemain tersebut belum tentu bisa membawa timnya menang, dan bisa dilihat dari hasil statistik pada saat pertandingan. Dengan data statistik kita bisa melihat efisiensi individu dalam setiap permainan (*game*) bahkan dalam setiap babak nya serta bisa mengetahui pemain mana yang dapat membawa timnya menang atau membawa timnya kalah pada setiap pertandingan. Dalam bolabasket *professional* statistik menjadi tolak ukur yang paling umum digunakan untuk membandingkan keseluruhan nilai pemain atau disebut efisiensi. Ini adalah bagian-bagian dari statistik bolabasket yang merupakan gabungan dari statistik pemain dasar yang dapat menentukan total efisiensi yang didapat oleh setiap pemain yaitu *point*, *rebound*, *assist*, *steals*, *blocks*, *turnovers* dan *shooting*, *foul*. Statistik efisiensi, secara teori, dapat memberikan kontribusi pemain dalam hal ofensif (*point*, *assist*) dan kontribusi defensif (*steal*, *blok*), namun umumnya dianggap bahwa peringkat efisiensi dilihat dari pemain yang melakukan pelanggaran pada saat mereka bertahan, karena defensif sangat sulit diukur dengan menggunakan statistik.

Efisiensi pemain atau kriteria performa pemain pada saat dilapangan dilihat dari *rebound* dan *assist*, *shooting* yang *diblock* pun dapat digunakan untuk mengevaluasi performa pemain. Para peneliti menganggap bahwa memahami performa pertandingan bolabasket yang dianalisis bisa menggambarkan strategi dan taktik tim. Melalui statistik tergambar jelas bagaimana performa setiap pemain dan tim dalam pertandingan. Setelah pertandingan berlangsung, para pelatih biasanya sering menggunakan data statistik itu sebagai bahan evaluasi tim. Baik buruknya performa pemain dapat dilihat dari *shooting* 2 poin dan 3 poin baik yang sukses atau pun tidak sukses), *free throw* (yang sukses dan tidak sukses), *offensif* dan *defensif rebound*, *block* dan *assist*, *foul*, *turn over*, dan *steal*, yang hasilnya mejadi efisiensi pemain. Namun dalam pelaksanaan pencatatan statistik tersebut terdapat plus dan

minusnya, para pemain mungkin hanya bisa membaca dan tidak bisa memahami hasil data statistik, begitu pula dengan pelatih tidak semua bisa memahami hasil statistik, terkadang para pelatih hanya menggunakan data statistik untuk melihat berapa banyak *foul* yang sudah pemain lakukan, kadang beberapa tim besar memiliki tim khusus untuk menganalisis statistik. Dan pemicunya adalah ketika latihan atlet kurang disiplin, tidak memiliki rasa tanggung jawab, tidak serius dalam latihan dan kurangnya rasa menghargai terhadap pelatih.

B. METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Arikunto (2014) menyatakan bahwa “penelitian ini dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada. Dengan kata lain, penelitian ini akan melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah nilai-nilai karakter atlet dan variabel terikatnya adalah efektivitas atlet. Sampel dalam penelitian ini berdasarkan dari populasi yang ada. Dalam penelitian ini penarikan sampel dilakukan dengan teknik “*purposive sampling*” yaitu berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan oleh peneliti yang berjumlah 12 orang atlet putra Laraks Batusangkar. Alasan dijadikan 12 orang sampel karena peneliti berfokus pada umur 15-18 tahun, tim putra laraks yang berumur 15-18 tahun adalah tim yang mengikuti pertandingan di SMAN 1 Kec. Guguak.

C. HASIL PENELITIAN

Sebelum melakukan pengujian hipotesis tentang hubungan nilai-nilai karakter (X) dan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan (Y) maka terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis data yaitu uji normalitas sebaran data. Uji normalitas sebaran data dilakukan dengan uji lilifors. Jika data dari masing-masing variabel berdistribusi normal maka data dalam penelitian tersebut layak untuk dilakukan uji hipotesis. Data dari masing-masing variabel dalam sebuah penelitian dikatakan berdistribusi normal jika jika nilai $L_o < L_{tab}$, maka data dinyatakan normal. Hasil analisis normalitas sebaran data masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

No	Variabel	N	L_o	L_{tab}	Distribusi
1	nilai-nilai karakter (X)	12	0,1704	0,242	Normal
2	Efektivitas atlet dalam suatu pertandingan (Y)	12	0,2123	0,242	Normal

Tabel diatas menunjukkan bahwa setelah dilakukan analisis uji normalitas data melalui uji lilifors diperoleh skor nilai-nilai karakter atlet (X) dengan $L_o = 0.1704$ dengan $n = 12$, sedangkan L_{tab} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh skor sebesar 0,242 yang mana lebihbesardari pada L_o . Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh dari tes nilai-nilai karakter atlet klub bolabasket laraks berdistribusi secara normal. Selanjutnya data dari hasil tes efektivitas dalam suatu pertandingan (Y) setelah dilakukan analisis uji normalitas dengan uji *lilifors* diperoleh skor $L_o = 0,2123$ dengan $n = 12$, sedangkan L_{tab} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh skor L_{tab} sebesar 0,242 yang mana lebih besar dari pada L_o . Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa data dari hasil tes efektivitas dalam suatu pertandingan bawah berdistribusi secara normal.

Berdasarkan uraian diatas ternyata semua variabel (X dan Y) data tersebut tersebar secara normal, Karena masing-masing variabel skor L_o nya lebih kecil dari pada L_{tab} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$. Hal ini signifikan bahwa data masing-masing variabel penelitian ini tersebut normal atau populasi dari mana data sampel diambil berdistribusi normal. Terdapat hubungan yang signifikan antara nilai-nilai karakter dengan efektivitas dalam suatu pertandingan. Untuk membuktikan hipotesis tersebut, maka dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi sederhana. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Sederhana Nilai-Nilai Karakter (X) dengan Efektivitas Atlet dalam Suatu Pertandingan (Y)

Korelasi	Koefisien Korelasi (r_{hitung})	Taraf Signifikan r_{tab} $\alpha = 0,05$	Koefisien distribusi t_{hit}	Taraf Signifikan t_{tab} $\alpha = 0,05$
Nilai-nilai karakter dengan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan	0.611	0,576	2,44	1,81

Berdasarkan hasil analisis korelasi sederhana pada tabel diatas menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara nilai-nilai karakter dengan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan adalah positif. Hal ini terlihat bahwa dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh r_{hitung} sebesar 0,611 dan r_{tabel} dalam taraf $\alpha = 0,05$ dengan $n = 12$ diperoleh sebesar 0,576 dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel nilai-nilai karakter atlet klub bolabasket laraks memiliki hubungan yang signifikan dengan efektivitas dalam suatu

pertandingan, hal ini dibuktikan melalui uji signifikansi dimana diperoleh koefisien distribusi $t_h = 2,44$ dan koefisien distribusi $t_t = 1,81$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $n = 12$. Oleh sebab itu hipotesis satu dalam penelitian ini diterima kebenarannya secara empiris.

D. PEMBAHASAN

Hasil penelitian membuktikan bahwa nilai-nilai karakter (X) memiliki hubungan secara signifikan dengan efektivitas dalam suatu pertandingan. Hasil ini ditandai dengan perolehan r_{hitung} sebesar 0,611 dan r_{tabel} dalam taraf $\alpha = 0,05$ sebesar 0,576 dengan demikian $r_{hitung} > r_{tabel}$, artinya nilai-nilai karakter atlet yang dimiliki atlet memiliki hubungan yang signifikan dengan efektivitas atlet dalam suatu pertandingan. Oleh sebab itu unsur nilai-nilai karakter atlet klub bolabasket laraks memiliki peran andil terhadap efektivitas dalam suatu pertandingan.

Hasil penelitian juga melihat lama waktu setiap individu dalam bertanding, hasil pengamatan individu sebagai berikut: 1). Pipi bermain selama 6:13 menit, 2). Moh fahri bermain selama 25:07, 3). Rizki bermain selama 11:51, 4). Deri bermain selama 27:47, 5). Moh ragil bermain selama 5:09, 6). Aldo bermain selama 3:16, 7). Khairul bermain selama 14:13, 8). Teguh bermain selama 34:47, 9). Achrul bermain selama 33:44, 10). Nurul bermain selama 31:06, 11). M naufal bermain selama 2:57, 12). Riansyah bermain selama 5:35.

Lickona (2011:29) mengemukakan bahwa karakter berkaitan dengan konsep moral, sikap moral, dan perilaku moral. Berdasarkan tiga komponen ini dapat dinyatakan bahwa karakter yang baik didukung oleh pengetahuan tentang kebaikan, keinginan untuk berbuat baik dan melakukan perbuatan kebaikan. Lickona menjelaskan bahwa konsep moral memiliki komponen kesadaran moral, mengetahui nilai moral, pandangan kedepan, penalaran moral, pengambilan keputusan, dan pengetahuan sendiri. Sikap moral memiliki komponen kata hati, rasa percaya diri, empati, cinta kebaikan, pengendalian diri, dan kerendahan diri. Perilaku moral terdiri dari komponen kemauan, kemampuan, dan kebiasaan

Menurut Barlian (2013:76) “karakter merupakan hal yang sering kita dengar dalam dunia olahraga. Seorang anak memiliki karakter yang keras, sering diartikan pekerja keras dan tidak mudah menyerah atau putus asa”. Karakter yang dimiliki oleh seseorang pada dasarnya terbentuk melalui proses pembelajaran yang cukup panjang. Karakter manusia bukanlah sesuatu yang dibawa sejak lahir. Lebih dari itu, karakter merupakan bentukan

ataupun tempaan lingkungan dan juga orang-orang yang ada disekitar lingkungan tersebut. Karakter dibentuk melalui sebuah proses pembelajaran di beberapa tempat seperti di rumah, sekolah, dan lingkungan disekitar tempat tinggal. Pihak-pihak yang berperan penting dalam pembentukan karakter seseorang yaitu keluarga, guru dan teman sebaya.

Individu yang berkarakter baik merupakan orang yang selalu berusaha untuk melakukan berbagai hal yang terbaik terhadap Tuhan yang Maha Esa, dirinya sendiri, lingkungan, orang lain, bangsa dan negaranya. Begitupun dengan seorang atlet, mereka harus menanamkan nilai-nilai karakter untuk meraih prestasi dengan semaksimal mungkin.

Atlet yang menanamkan nilai-nilai karakter yang baik cenderung mengikuti proses latihan dengan baik dan akan mendapatkan hasil yang baik, seperti disiplin dalam mengikuti latihan, kerja keras dan sikap saling menghargai terhadap pelatih dan sesama anggota tim. Begitupun sebaliknya atlet yang memiliki nilai karakter yang tidak baik cenderung tidak akan mendapatkan hasil latihan ataupun sulit mendapatkan sebuah prestasi. Nilai karakter yang kurang baik penerapannya dapat ditandai dengan pertama, adanya atlet yang kurang disiplin dan kurangnya tingkat kesadaran tentang pentingnya disiplin, kedua, kurangnya kerja keras dan tidak menghargai sebuah prestasi yang sudah didapatkan sebelumnya. Untuk itu nilai-nilai karakter erat hubungannya dengan hasil prestasi seorang atlet.

E. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan antara nilai-nilai karakter dengan efektivitas dalam suatu pertandingan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,611 dan koefisien distribusi $t_{hitung} 2,44 > t_{tabel} 1,81$.

F. DAFTAR RUJUKAN

- Alfia, Wildan. *Jurnal efektivitas modifikasi bolabasket terhadap kemampuan motorik dasar tunaghita ringan diSLB semarang*, 2015:UNNES
- Berlian, Eri. 2013. *Sosiologi olahraga*. Padang; SUKABINA Press
- Firdaus, Efendy. 2016. *Filsafat olahraga*. Padang; FIK UNP
- Firdaus, Efendy. 2015. *Manajemen kepelatihan olahraga*. FIKUNP. Padang
- Hadi, Rubianto. 2011 *jurnal peran pelatih dalam membentuk karakter atlet, vol 1 edisi 1: UNNES*

- Kemenpora. 2005. *Jurnal pendidikan olahraga, vol 3, no 2*. Desember 2014:IKIP PGRI Pontianak
- Lickona Thomas, *educating for character*. 2013. Jakarta; PT Bumi Aksara
- Laila, Ami. *Jurnal kesehatan olahraga, motivasi intrinsik peserta putri SMA Al-Hikmah Surabaya dalam mengikuti ekstrakurikuler bolabasket*. Vol 07 no 3. 2016:Ubaya
- Mirhan, jeane. *Jurnal olahraga prestasi vol 12, no 1* 2016: UNY
- Nirwandi, *jurnal pengaruh metode latihan sistem set terhadap peningkatan kemampuan daya ledak otot lengan pada atlet bolabasket FIK UNP*. Vol 3 no 1. Diakses Mei 2018
- Soniawan, V. *Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola*.
- Suprianto, Agus. *Jurnal Pembentukan karakter olahragawan ditinjau dari perbedaan gender, peran seerta orang tua, guru, pelatih olahraga dan keikutsertaan dalam aktivitas olahraga serta jenis olahraganya*. 2008: UNY Yogyakarta
- Syafruddin. 2012. *Ilmu kepelatihan olahhrga*. Padang; UNP PRESS
- Summaryanto. *Jurnal pemebentukan karakter melalui olahraga*. 2012:FIK UNY
- Syahrastani. 2010. *Psikologi olahraga*. Padang; WINEKA MEDIA
- Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 Tentang system keolahragaan nasioanl. Jakarta
- Winarni, Sri. *Jurnal pengembangan karakter dalam olahraga dan pendidikan jasmani*. 2011:FIK UNY
- Yuliawan, Dhedy. *Jurnal pembentukan karakter anak dengan jiwa sportif melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. 2016