



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 3 Tahun 2025 Page 7361-7370

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Sport Burnout* Siswa Atlet Futsal Tingkat SMA/K Kota Salatiga

Daniel Diky Ardyanta<sup>1✉</sup>, Dewita Karema Sarajar<sup>2</sup>

Universitas Kristen Satya Wacana

Email: [danieldiky15@gmail.com](mailto:danieldiky15@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh self-esteem terhadap sport burnout pada siswa atlet futsal tingkat SMA/K di Kota Salatiga. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada tingginya tuntutan akademik dan olahraga yang dihadapi siswa atlet, yang berpotensi menyebabkan kelelahan olahraga (sport burnout). Self-esteem sering dikaitkan dengan performa serta kesejahteraan psikologis atlet, tetapi hubungannya dengan sport burnout masih belum jelas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear sederhana. Sampel terdiri dari 102 siswa atlet futsal yang telah berkompetisi minimal dua tahun. Instrumen yang digunakan adalah The School Short-form Coopersmith Self-esteem Inventory dan Sport Burnout Inventory-Dual Career (SPBI-DC). Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara self-esteem terhadap sport burnout ( $p > 0,05$ ), dengan kontribusi self-esteem hanya sebesar 0,9%. Implikasi penelitian ini menekankan pentingnya manajemen stres dan dukungan sosial bagi siswa atlet untuk meminimalisir risiko burnout.

Kata Kunci: *Futsal, Self-Esteem, Sport Burnout, Siswa Atlet*

## Abstract

This study aims to analyze the effect of self-esteem on sport burnout among high school futsal student-athletes in Salatiga. The research is based on the high academic and athletic demands faced by student-athletes, which have the potential to cause sport burnout. Self-esteem is often associated with athletes' performance and psychological well-being, but its relationship with sport burnout remains unclear. A quantitative approach with simple linear regression analysis was applied. The sample consisted of 102 futsal student-athletes with at least two years of experience. The instruments used were The School Shortform Coopersmith Self-esteem Inventory and the Sport Burnout Inventory-Dual Career (SPBI-DC). The analysis showed no significant effect of self-esteem on sport burnout ( $p > 0.05$ ), with self-esteem contributing only 0.9%. The study implies the importance of stress management and social support for student-athletes to reduce burnout risk.

Keywords: *Futsal, Self-Esteem, Sport Burnout, Student-Athletes*

## PENDAHULUAN

Futsal merupakan format kecil dari olahraga sepak bola dimana telah diakui oleh FIFA (Federation Internationale de Football Association) dan UEFA (Union of European Football Associations) dengan diberikannya pertandingan kejuaraan dunia di berbagai benua dalam bentuk format klub maupun tim nasional. Futsal, sebuah olahraga tim yang dimainkan di dalam ruangan, telah menikmati peningkatan popularitas yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir, di era ini terdapat banyak diskusi yang berkembang di media dan media sosial untuk mendorong Komite Olimpiade Internasional guna mempertimbangkan futsal sebagai salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam ajang Olimpiade (Berdejo-del-Fresno, 2014)

Futsal telah menjadi cabang olahraga yang akrab bagi seluruh lapisan masyarakat di Indonesia, baik di wilayah perkotaan maupun pedesaan. Olahraga ini lebih banyak diminati dan digeluti oleh kalangan remaja hingga dewasa, sebagaimana terlihat dari maraknya pembentukan klub futsal di berbagai daerah serta diselenggarakannya kompetisi futsal mulai dari tingkat lokal, regional, nasional, hingga internasional (Narlan & Juniar, 2017). Di Salatiga sendiri olahraga futsal banyak digemari terutama di kalangan siswa-siswa SMA. Hal tersebut dibuktikan dengan prestasi yang didapatkan oleh masing-masing sekolah seperti contohnya, pada tahun 2023 tim futsal dari SMA Negeri 3 Salatiga telah mendapatkan juara 1 dalam turnamen Abhinaya Futsal Championship 2023 (Smantisa, 2023). Selain itu, pada tahun 2022 tim futsal dari SMKN 2 Salatiga juga telah menyabet juara 3 pada Turnamen Futsal PemudaMU Cup 2022 (SMKN2Salatiga, 2022). Dapat dilihat bahwa minat dan prestasi futsal pada siswa tingkat SMA/K di Salatiga bisa dikatakan cukup tinggi.

Seorang pelajar yang menjalani kehidupan menjadi seorang atlet menjalankan peran ganda dimana prestasi dari keduanya biasanya tidak seimbang karena tuntutan yang diberikan kepada individu tersebut (Putri, 2014). Di Indonesia sendiri masih banyak orang tua yang hanya memperhatikan prestasi akademik dari siswa daripada non-akademik. Jika ditelaah lebih lanjut, prestasi non akademik juga memiliki peran yang penting bagi individu dalam menambah pengalaman, mengembangkan rasa percaya diri, serta menumbuhkan rasa sportivitas pada pertandingan, dll (Sundari, 2015). Dalam perjalanan seorang atlet, transisi menuju olahraga elit seringkali beriringan dengan proses pendidikan yang sedang ditempuh oleh atlet tersebut, baik sebagai seorang pelajar maupun mahasiswa. Kondisi ini kerap menyulitkan para atlet untuk mengombinasikan tuntutan pelatihan dan kompetisi dengan persyaratan serta batasan yang terdapat dalam sistem pendidikan yang mereka jalani (Wylleman & Lavallee, 2004). Oleh karena itu, para atlet ini berpartisipasi dalam karir ganda pada bidang olahraga serta pendidikan dan biasanya disebut sebagai 'siswa atlet atau atlet pelajar' dalam beberapa literatur ilmiah (Ivarsson dkk, 2015; Stambulova dkk, 2015)

Tekanan yang dirasakan seorang siswa atlet dalam dua bidang yang saling terkait dapat menyebabkan siswa atlet beresiko mengalami kelelahan dalam olahraga dan sekolah (Sorkkila dkk., 2020). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di Finlandia, siswa atlet yang menjalani hidup dalam dua bidang melaporkan gejala-gejala kelelahan akibat olahraga atau sekolah segera setelah mereka masuk sekolah menengah atas. Kedua jenis kelelahan ini bisa berakibat serius dampaknya bagi remaja, termasuk masalah kesehatan mental. Selain itu pada beberapa individu, ekspektasi tinggi mengenai mendapatkan keberhasilan dalam suatu bidang (olahraga atau pendidikan) bisa meningkatkan burnout pada bidang lainnya (Sorkkila dkk., 2017). Hal tersebut juga dapat mengakibatkan seseorang atlet siswa keluar dari olahraga yang diminati atau mungkin keluar dari sekolah (Isoard-Gauthier dkk., 2016).

Bagi beberapa atlet, tekanan untuk sukses bisa berakibat kronis pada stress seorang individu dan bahkan burnout pada seorang atlet (Gustafsson dkk., 2017). Burnout didefinisikan sebagai suatu perilaku yang dialami oleh para relawan dari Free Clinic of New York bagi para pecandu narkoba. Pola perilaku yang dimaksud berupa motivasi hidup yang menurun, kehilangan energi yang cukup banyak, serta kelelahan yang diakibatkan oleh hilangnya minat dalam pekerjaan (Freudenberg, 1974). Di sisi lain, Eades (dalam Raedeke & Smith, 2001) mendefinisikan sport burnout sebagai suatu sindrom psikofisiologis yang mencakup kelelahan fisik dan emosional, penurunan motivasi untuk berprestasi sebagai seorang atlet, munculnya sikap acuh tak acuh terhadap hal-hal penting, serta konflik dan ambiguitas peran yang dialami oleh para atlet. Dari kedua hal diatas, Sorkkila, dkk. (2020)

menuliskan bahwa kelelahan dalam olahraga atau sport burnout mencakup rasa kelelahan yang berhubungan dengan olahraga dimana disini kelelahan yang bersifat kronis dan berhubungan dengan beban berlebihan dalam olahraga, terdapat juga sinisme yang terkait dengan olahraga dimana sifat acuh tak acuh dalam bidang olahraga, dan yang terakhir berupa perasaan tidak mampu sebagai seorang atlet dimana atlet memiliki pemikiran bahwa dia tidak bisa tampil sebaik biasanya dalam olahraga. Menurut Sorkkila (2020), faktor-faktor yang dapat mempengaruhi sport burnout adalah motivasi, depresi, jenis olahraga, umur, serta self-esteem atau harga diri.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Murk (1995), self-esteem atau harga diri merupakan sebuah status kehidupan yang berkaitan erat dengan kompetensi seseorang serta tantangan untuk menjalani kehidupan secara layak atau bernilai dari waktu ke waktu. Status ini mengisyaratkan bahwa harga diri merupakan sesuatu yang tak terhindarkan: berakar dari masa lalu, memengaruhi kehidupan saat ini, dan terus memberi dampak pada masa depan individu tersebut. Sedangkan menurut Coopersmith (dalam Ahmed, dkk. 1985) mendefinisikan harga diri sebagai evaluasi diri dan menunjukkan sejauh mana individu percaya dirinya mampu, signifikan, sukses, dan berharga.

Sport burnout memiliki hubungan negatif dengan harga diri atau self-esteem dalam olahraga secara umum. Hal ini diperkuat dengan beberapa penelitian sebelumnya dimana ketika prestasi atlet dalam cabang olahraga mulai menurun, atau mereka mulai merasa tidak mampu dan kelelahan dalam olahraga, harga diri mereka cenderung menurun (Sorkkila dkk., 2020). Dalam penelitian lain mendapatkan hasil bahwa harga diri atau self-esteem merupakan faktor kunci yang memengaruhi gejala burnout (Kupcewicz & Jóźwik, 2020). Penelitian yang serupa juga mendapatkan hasil bahwa adanya keterkaitan mengenai burnout serta *performance based self-esteem*. Dimana dalam penelitian ini atlet yang memiliki skor yang tinggi dalam *performance based self-esteem*, cenderung tidak termasuk kedalam seseorang yang memiliki burnout. Sedangkan, atlet yang memiliki skor *performance based self-esteem* yang rendah akan memiliki tingkat skor burnout yang tinggi (Gustafsson dkk., 2018).

Untuk memperkuat data, peneliti melakukan pra penelitian dimana melibatkan 15 responden yang masih berada pada tingkat sekolah menengah atas (SMA) dan dilain sisi menjadi seorang atlet futsal dari sekolahnya. Dari total 15 responden, 9 atau 60% responden merasakan kelelahan yang berlebih karena menjadi atlet futsal, selain itu responden mengungkapkan bahwa mulai muncul rasa tidak peduli dengan olahraga yang ditekuni. Beberapa faktor yang mempengaruhinya adalah, kurangnya jam bermain yang diberikan

atau hanya mengisi bangku cadangan, tuntutan yang diberikan orang tua dalam dunia akademik, lalu ada juga yang sudah bekerja sehingga responden lebih mengutamakan pekerjaannya, merasa bahwa kemampuannya masih dibawah teman lainnya, performa yang sering naik turun, dan tubuh yang kurang sehat. Beberapa responden juga mengeluhkan jika menjadi seorang atlet futsal dan siswa merupakan hal yang melelahkan dimana responden perlu untuk latihan secara rutin dan mengerjakan tugas sebagai siswa. Selain itu, responden juga mengungkapkan bahwa mulai muncul pemikiran kalau individu tidak bisa tampil sebaik biasanya dikarenakan kurangnya percaya diri

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penelitian ini diarahkan untuk membuktikan pengaruh harga diri (self-esteem) terhadap keadaan kelelahan dalam bidang olahraga (sport burnout) pada siswa yang menggeluti olahraga futsal di tingkat Kota Salatiga. Penelitian ini menjadi penting karena hasil yang diperoleh dapat memberikan implikasi bagi para atlet siswa dalam mengatasi kelelahan atau burnout dalam dunia olahraga serta pendidikan. Sport burnout merupakan salah satu permasalahan yang kerap terjadi dalam bidang olahraga, terutama pada anak-anak yang masih menduduki jenjang pendidikan sekolah. Permasalahan ini memerlukan penanganan khusus melalui peran pelatih atlet maupun konselor di lingkungan sekolah. Dengan demikian, permasalahan sport burnout dapat diatasi menggunakan strategi intervensi yang tepat bagi para atlet sehingga mereka dapat mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode regresi linear sederhana. Populasi penelitian adalah siswa atlet SMA/K cabang futsal di Kota Salatiga. Sampel berjumlah 102 siswa atlet yang dipilih dengan teknik snowball sampling, memenuhi kriteria telah mengikuti kompetisi futsal minimal dua tahun. Alat ukur yang digunakan adalah The School Short-form Coopersmith Selfesteem Inventory (Hills et al., 2011) dan Sport Burnout Inventory-Dual Career (SPBI-DC) dari Sorkkila et al. (2020). Data dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, penelitian ini menemukan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara self-esteem terhadap sport burnout pada siswa atlet futsal tingkat SMA/K di Kota Salatiga. Hal ini dibuktikan dengan nilai F hitung sebesar 0,868 dengan signifikansi 0,354 ( $p > 0,05$ ) dan nilai R square sebesar 0,009 yang

menunjukkan bahwa self-esteem hanya memberikan kontribusi sebesar 0,9% terhadap sport burnout, sedangkan 99,1% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti yang dijelaskan oleh (Sorkilla, dkk. 2020) yaitu motivasi, depresi, jenis olahraga dan gender. Temuan ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara self-esteem dengan sport burnout. Seperti penelitian Sorkkila dkk. (2020) yang menemukan bahwa self-esteem memiliki hubungan dengan gejala burnout dalam olahraga, dimana performa yang baik dapat menjadi sarana bagi atlet untuk meningkatkan dan mempertahankan harga diri. Demikian juga penelitian Kupcewicz dan Jóźwik (2020) yang mendapatkan hasil bahwa harga diri atau self-esteem merupakan faktor kunci yang memengaruhi gejala burnout. Hasil berbeda dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui beberapa perspektif.

Analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat self-esteem dalam kategori sedang (36,3%) dan sport burnout juga dalam kategori sedang (30,4%). Distribusi yang cenderung normal ini mengindikasikan bahwa siswa atlet futsal di Kota Salatiga memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengelola harga diri dan mengatasi potensi kelelahan dalam olahraga. Hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik olahraga futsal sebagai olahraga tim yang, menurut Sorkkila dkk. (2020), memiliki risiko burnout lebih rendah dibandingkan olahraga individual karena adanya dukungan sosial dan kerja sama tim.

Penelitian ini mengungkap bahwa self-esteem bukan merupakan prediktor utama terjadinya sport burnout pada siswa atlet futsal. Hal ini sejalan dengan temuan Gustafsson dkk. (2018) yang menunjukkan bahwa hubungan antara self-esteem dan burnout bersifat kompleks dan dimoderasi oleh berbagai faktor lain seperti identitas atlet dan ekspektasi performa. Dalam konteks siswa atlet futsal, faktor-faktor seperti motivasi, dukungan sosial, manajemen waktu antara akademik dan olahraga, serta tekanan dari berbagai pihak mungkin memiliki peran yang lebih signifikan dalam mempengaruhi terjadinya sport burnout.

Dimensi trust (kepercayaan) dalam self-esteem yang tinggi tampaknya tidak secara langsung berhubungan dengan rendahnya sport burnout. Hal ini dapat dijelaskan karena kepercayaan diri dalam konteks akademik dan olahraga mungkin beroperasi secara berbeda. Seorang siswa atlet mungkin memiliki kepercayaan diri yang tinggi secara umum, namun tetap mengalami burnout karena tekanan spesifik dalam olahraga atau tuntutan ganda yang dihadapi.

Dimensi valency dan accuracy dalam sport burnout juga menunjukkan pola yang menarik. Meskipun seorang atlet memiliki self-esteem yang tinggi, mereka tetap dapat mengalami kelelahan emosional dan fisik yang berkaitan dengan olahraga. Ini menunjukkan bahwa burnout mungkin lebih dipengaruhi oleh faktor situasional dan lingkungan daripada karakteristik kepribadian seperti self-esteem.

Karakteristik unik dari sampel penelitian juga perlu dipertimbangkan. Sebagai siswa atlet futsal, responden penelitian berada dalam fase perkembangan yang kritis dimana mereka harus menyeimbangkan tuntutan akademik dan olahraga. Menurut Wylleman dan Lavallee (2004), transisi ke olahraga elit yang bertepatan dengan pendidikan dapat menyulitkan atlet dalam menyesuaikan tuntutan pelatihan dan kompetisi dengan persyaratan sistem pendidikan. Dalam konteks ini, self-esteem mungkin berperan sebagai faktor protektif, namun tidak secara langsung mempengaruhi terjadinya sport burnout.

Pengaruh variabel bebas (*Self-Esteem*) terhadap variabel terikat (*Sport Burnout*) sebesar 0,86% (diperoleh dari  $r^2 \times 100 = 0,630^2 \times 100$ ), dari hasil tersebut menyatakan bahwa *Self-Esteem* memberikan kontribusi sebesar 0,86% terhadap *Sport Burnout*, sementara 99,14% dijelaskan oleh faktor lain seperti pada penelitian oleh (Sorkkila ddkk, 2020) yaitu motivasi, depresi, jenis olahraga, dan gender, yang mungkin dapat berpengaruh pada *Sport Burnout* seorang siswa atlet. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dimiliki. Pertama, dikarenakan terlalu spesifik pada pemilihan kriteria maka responden yang didapatkan oleh peneliti cukup terbatas. Kedua, penelitian ini hanya berfokus pada dua variabel tanpa mempertimbangkan variabel-variabel mediator atau moderator. Ketiga, sampel penelitian yang terbatas pada siswa atlet futsal di Kota Salatiga mungkin tidak sepenuhnya merepresentasikan populasi siswa atlet secara lebih luas. Keempat, konteks budaya dan sosial yang spesifik di Kota Salatiga mungkin mempengaruhi hasil penelitian namun belum sepenuhnya dieksplorasi.

Tabel 1 Hasil Kategorisasi Data Penelitian

	Kriteria	Frekuensi	Persen
<i>Self-Esteem</i>			
Sangat Tinggi	$80 \leq$	7	6, 9%
Tinggi	$70 \leq x < 80$	23	22, 5%
Sedang	$60 \leq x < 70$	37	36, 3%
Rendah	$50 \leq x < 60$	25	24, 5%
Sangat Rendah	$< 50$	10	9, 8%
<i>Self Disclosure</i>			

Sangat Tinggi	$33 \leq$	5	4, 9%
Tinggi	$29 \leq x < 33$	28	27, 5%
Sedang	$25 \leq x < 29$	31	30, 4%
Rendah	$21 \leq x < 25$	30	29, 4%
Sangat Rendah	$< 21$	8	7, 8%

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
<i>Self-Esteem</i>	.076	0,155
<i>Sport Burnout</i>	.080	0,108

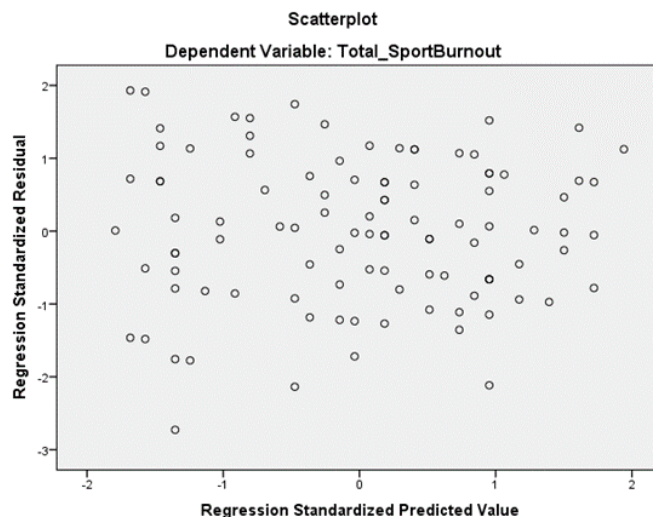
Dari hasil uji normalitas diperoleh nilai KS-Z variabel *Self-Esteem* sebesar 0,076 dengan sig. = 0,155 ( $p > 0,05$ ). Kemudian, nilai KS-Z pada variabel *Sport Burnout* sebesar 0,080 dengan sig. = 0,108 ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa variabel *Self-Esteem* dan *Sport Burnout* berdistribusi normal.

Tabel 3 Hasil Uji Linearitas

	F	Sig.
<i>Deviation from linearity</i>	,925	.597

Dari hasil uji linieritas antara *Self-Esteem* (X) dengan *Sport Burnout* (Y), diperoleh hasil uji linieritas F hitung sebesar 0,925 dengan sig. = 0,597 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan hubungan antara *Self-Esteem* dengan *Sport Burnout* adalah linier, yang berarti setiap perubahan yang terjadi pada variabel *Self-Esteem* akan diikuti oleh perubahan yang sebanding pada variabel *Sport Burnout*.

Tabel 4 Hasil Uji Heteroskedastisitas



Untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi kesamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain maka perlu dilakukan uji heteroskedastisitas. Model regresi yang baik adalah yang homoskedastisitas atau tidak terjadi heteroskedastisitas. Metode yang digunakan untuk mendeteksi ada atau tidaknya heteroskedastisitas adalah pengujian dengan menggunakan *scatter plot*. Pada grafik *scatter plot* apabila tidak terjadi heteroskedastisitas akan menunjukkan pola yang tidak beeraturan, serta titik menyebar di atas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y, sedangkan jika terjadi heteroskedastisitas grafik *scatter plot* akan menunjukkan titik-titik yang berpola teratur seperti bergelombang atau menyempit. Berdasarkan hasil uji *scatter plot* diatas, grafik menunjukkan bahwa titik-titik pada grafik tidak membentuk sebuah pola, sehingga dapat dikatakan data tersebut tidak terfapat heteroskedastisitas.

### SIMPULAN

Tidak terdapat pengaruh signifikan self-esteem terhadap sport burnout pada siswa atlet futsal tingkat SMA/K Kota Salatiga. Faktor lain seperti motivasi, tekanan akademik, dan dukungan sosial kemungkinan lebih memengaruhi terjadinya burnout. Implikasi penelitian ini menekankan perlunya program manajemen stres dan pendampingan psikologis bagi siswa atlet.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, S. M. S., Valliant, P. M., & Swindle, D. (1985). Psychometric properties of Coopersmith self-esteem inventory. *Perceptual and Motor Skills*, 61(3\_suppl), 1235–1241.
- Berdejo-del-Fresno, D. (2014). A review about futsal. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 2(3), 70–70.
- Coopersmith, S. (1990). *The antecedents of self-esteem*. Consulting Psychologists Press.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159–165.
- Gustafsson, H., DeFreese, J. D., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: Review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109–113.
- Gustafsson, H., Martinent, G., Isoard-Gautheur, S., Hassmén, P., & Guillet-Descas, E. (2018). Performance-based self-esteem and athlete-identity in athlete burnout: A person-centered approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 38, 56–60.
- Hills, P. R., Francis, L. J., & Jennings, P. (2011). *Received School Short Form Coopersmith Self-Esteem Inventory*. American Psychological Association.

<https://doi.org/10.1037/t0565-000>

- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., & Gustafsson, H. (2016). Athlete burnout and the risk of dropout among young elite handball players. *The Sport Psychologist, 30*(2), 123–130.
- Ivarsson, A., Stenling, A., Fallby, J., Johnson, U., Borg, E., & Johansson, G. (2015). The predictive ability of the talent development environment on youth elite football players' well-being: A person-centered approach. *Psychology of Sport and Exercise, 16*(1), 15–23.
- Kupcewicz, E., & Jóźwik, M. (2020). Association of burnout syndrome and global self-esteem among Polish nurses. *Archives of Medical Science, 16*(1), 135–145.
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2017). Pengembangan instrumen keterampilan olahraga futsal. *Jurnal Siliwangi, 3*(2), 245.
- Putri, E. P. (2014). Hubungan dukungan sosial orang tua, pelatih, dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga (basket) pada mahasiswa atlet basket Universitas Surabaya. *Jurnal Ilmiah Universitas Surabaya, 3*(1), 1–11.
- Sorkkila, M., Aunola, K., & Ryba, T. V. (2017). A person-oriented approach to sport and school burnout in adolescent student-athletes: The role of individual and parental expectations. *Psychology of Sport and Exercise, 28*, 58–67.
- Sorkkila, M., Ryba, T. V., Aunola, K., Selänne, H., & Salmela-Aro, K. (2020). Sport burnout inventory–Dual career form for student-athletes: Assessing validity and reliability in a Finnish sample of adolescent athletes. *Journal of Sport and Health Science, 9*(4), 358–366.
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 21*, 4–14.
- Sundari, L. (2015). Hubungan antara dukungan emosi teman sebaya dengan motivasi berprestasi pada atlet hockey Kabupaten Kendal. 8–9.
- Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. In *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 507–527).