

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN FASILITAS LATIHAN TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA PORKES PADA MATA KULIAH TENIS LAPANGAN

Muhammad Fathan Arisyi¹, Muhammad Ali², Wawan Junresti Daya³, Ilham⁴,
Ugi Nugraha⁵, Reza Hadinata⁶, Alek Oktadinata⁷, Endarman Saputra⁸

Universitas Jambi^{1,2,3,4,5,6,7,8}

fathanarisyi3@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan fasilitas latihan terhadap motivasi belajar mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (PORKES) pada mata kuliah tenis lapangan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 155 mahasiswa dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan angket yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson dan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial ($r = 0,089$; $p > 0,05$) dan fasilitas latihan ($r = 0,079$; $p > 0,05$) memiliki hubungan positif namun sangat lemah dan tidak signifikan terhadap motivasi belajar. Hasil regresi juga menunjukkan bahwa dukungan sosial ($p = 0,379$) dan fasilitas latihan ($p = 0,474$) tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar. Simpulan penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan fasilitas latihan tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar, sehingga terdapat kemungkinan adanya faktor lain di luar variabel yang diteliti yang memengaruhi motivasi belajar mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan strategi pembelajaran yang lebih komprehensif untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Fasilitas Latihan, Mahasiswa PORKES, Motivasi Belajar, Tenis Lapangan.

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between social support and training facilities on students' learning motivation in the Sports and Health Education Study Program (PORKES) in tennis courses. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The population consisted of 155 students using total sampling technique. Data were collected using validated questionnaires and analyzed using Pearson correlation and multiple linear regression. The results showed that social support ($r = 0.089$; $p > 0.05$) and training facilities ($r = 0.079$; $p > 0.05$) had a positive but very weak and non-significant relationship with learning motivation. Regression analysis also indicated that social support ($p = 0.379$) and training facilities ($p = 0.474$) did not significantly influence learning motivation. The study's conclusions indicate that social support and training facilities do not significantly influence learning motivation, suggesting that other factors beyond the studied variables may influence student learning motivation. Therefore, a more comprehensive learning strategy is needed to improve student learning motivation.

Keywords: Learning Motivation, PORKES Students, Social Support, Tennis Court, Training Facilities.

PENDAHULUAN

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan siswa. Seseorang akan mendapat hasil yang diinginkan dalam belajar apabila dalam dirinya terdapat keinginan untuk belajar. Motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong untuk pencapaian hasil yang baik. Seseorang akan melakukan suatu kegiatan karena ada motivasi dalam dirinya. Adanya motivasi yang tinggi dalam belajar akan mencapai hasil yang optimal Agrifina, et al. (2024).

Sedangkan menurut Gabriel, et al. (2025) menyatakan bahwa motivasi belajar dengan dorongan internal seperti rasa ingin tahu atau kepuasan dari menyelesaikan tugas sangat berpengaruh terhadap keterlibatan jangka panjang dan dukungan lingkungan guru yang mendukung, suasana kelas yang positif, dan tugas-tugas yang dianggap dapat meningkatkan keterlibatan. Sementara itu menurut Maharani, et al. (2024) mengatakan bahwa motivasi dipandang sebagai proses psikologis yang mendorong, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku belajar siswa. Motivasi tidak hanya menentukan apakah siswa mau belajar, tetapi juga bagaimana mereka belajar, berapa banyak usaha yang dikeluarkan, dan seberapa lama mereka bertahan menghadapi kesulitan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa dipengaruhi oleh faktor eksternal, terutama dukungan sosial dan ketersediaan fasilitas latihan Menurut Zhang, et al. (2025) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh penting terhadap aktivitas fisik, namun pengaruh tersebut berlangsung melalui jalur psikologis berupa emosi terkait pencapaian (achievement emosi). Di sisi lain, fasilitas latihan yang memadai baik dari segi kelengkapan, kualitas, maupun kemudahan akses agar dapat menunjang efektivitas pelaksanaan latihan dan memberikan pengalaman belajar yang lebih optimal. Namun demikian, hasil penelitian terdahulu menunjukkan temuan yang beragam. Sebagian penelitian

menempatkan dukungan sosial sebagai faktor yang lebih dominan dalam meningkatkan motivasi belajar, sementara penelitian lainnya menyoroti peran fasilitas latihan sebagai penentu utama keterlibatan siswa dalam pembelajaran praktik olahraga. Selain itu, kajian yang mengintegrasikan kedua variabel tersebut secara bersamaan, khususnya pada mata kuliah tenis lapangan, masih relatif terbatas.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan fasilitas latihan terhadap motivasi belajar mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (PORKES) pada mata kuliah tenis lapangan di Universitas Jambi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai peran kedua faktor tersebut dalam konteks pembelajaran praktik olahraga, serta menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan bagi pengelola program studi dan institusi pendidikan dalam merancang strategi pembelajaran, penguatan dukungan lingkungan, serta penyediaan fasilitas latihan yang lebih efektif guna meningkatkan motivasi belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan fasilitas latihan terhadap motivasi belajar mahasiswa. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi kekuatan dan arah hubungan antarvariabel secara objektif berdasarkan data empiris.

Penelitian dilaksanakan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (PORKES) Universitas Jambi yang mengambil mata kuliah tenis lapangan. Populasi penelitian berjumlah 155 mahasiswa, dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Pendekatan ini diharapkan

mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai kondisi variabel yang diteliti.

Instrumen penelitian berupa angket yang disusun berdasarkan indikator teoritis dari variabel dukungan sosial, fasilitas latihan, dan motivasi belajar. Instrumen dirancang untuk mengukur persepsi responden secara sistematis. Sebelum digunakan, instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan ketepatan dan konsistensi alat ukur.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket kepada seluruh responden. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik variabel, serta statistik inferensial berupa uji korelasi Pearson dan analisis regresi linier berganda untuk mengetahui hubungan antarvariabel. Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Hasil Presentase Jawaban Dukungan Sosial

No	Jumlah Responden	Jawaban Ya (n)	Persentase Ya (%)	Jawaban Tidak (n)	Persentase Tidak (%)
1	155	149	96,13	6	4,03
2	155	147	94,84	8	5,44
3	155	129	83,23	26	20,16
4	155	143	92,26	12	8,39
5	155	124	80,00	31	25,00
6	155	132	85,16	23	17,42
7	155	94	60,65	61	64,89
8	155	132	85,16	23	17,42
9	155	130	83,87	25	19,23
10	155	150	96,77	5	3,33
11	155	132	85,16	23	17,42
12	155	121	78,06	34	28,10

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden memberikan jawaban “Ya” dengan persentase tinggi (60,65%–96,77%), yang mengindikasikan bahwa dukungan sosial berada pada kategori baik.

Namun, terdapat variasi pada beberapa indikator yang menunjukkan bahwa dukungan sosial belum dirasakan secara merata oleh seluruh responden.

Tabel 2. Hasil Persentase Jawaban Fasilitas Latihan

No	Jumlah Responden	Jawaban Ya (n)	Persentase Ya (%)	Jawaban Tidak (n)	Persentase Tidak (%)
1	155	143	92,26	12	8,39
2	155	131	84,52	24	18,32
3	155	144	92,90	11	7,64
4	155	130	83,87	25	19,23
5	155	145	93,55	10	6,90
6	155	139	89,68	16	11,51
7	155	143	92,26	12	8,39
8	155	143	92,26	12	8,39
9	155	143	92,26	12	8,39
10	155	146	94,19	9	6,16
11	155	138	89,03	17	12,32
12	155	119	76,77	26	21,85
13	155	130	83,87	25	19,23

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 2 menunjukkan bahwa fasilitas latihan dinilai baik dengan persentase jawaban “Ya” berkisar antara 76,77%–94,19%. Meskipun demikian, masih

terdapat beberapa indikator dengan persentase “Tidak” yang cukup tinggi, menunjukkan adanya ketidaksempurnaan dalam kualitas dan akses fasilitas

Tabel 3. Hasil Persentase Jawaban Motivasi Belajar

No	Jumlah Responden	Jawaban Ya (n)	Persentase Ya (%)	Jawaban Tidak (n)	Persentase Tidak (%)
1	155	123	79,35	32	26,02
2	155	141	90,97	14	9,93
3	155	125	80,65	30	24,00
4	155	136	87,74	19	13,97
5	155	146	94,19	9	6,16
6	155	121	78,06	34	28,10
7	155	144	92,90	11	7,64
8	155	141	90,97	14	9,93
9	155	124	80,00	31	25,00

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 3 menunjukkan bahwa motivasi belajar mahasiswa berada pada kategori baik dengan dominasi jawaban “Ya”. Namun, variasi respon menunjukkan bahwa

motivasi belum merata dan masih terdapat mahasiswa dengan tingkat motivasi yang lebih rendah.

Tabel 4. Hasil Uji Validitas

Variabel	Indikator	r Hitung	r Tabel	Signifikansi	α	Keterangan
Dukungan Sosial (X1)	P01	0,250	0,159	95%	0,05	Valid
	P02	0,324	0,159	95%	0,05	Valid
	P03	0,436	0,159	95%	0,05	Valid
	P04	0,409	0,159	95%	0,05	Valid
	P05	0,471	0,159	95%	0,05	Valid
	P06	0,568	0,159	95%	0,05	Valid
	P07	0,750	0,159	95%	0,05	Valid
	P08	0,550	0,159	95%	0,05	Valid
	P09	0,587	0,159	95%	0,05	Valid
	P10	0,269	0,159	95%	0,05	Valid
	P11	0,639	0,159	95%	0,05	Valid
	P12	0,498	0,159	95%	0,05	Valid
Fasilitas Latihan (X2)	P01	0,398	0,159	95%	0,05	Valid
	P02	0,232	0,159	95%	0,05	Valid
	P03	0,364	0,159	95%	0,05	Valid
	P04	0,263	0,159	95%	0,05	Valid
	P05	0,394	0,159	95%	0,05	Valid
	P06	0,201	0,159	95%	0,05	Valid
	P07	0,459	0,159	95%	0,05	Valid
	P08	0,278	0,159	95%	0,05	Valid
	P09	0,398	0,159	95%	0,05	Valid
	P10	0,221	0,159	95%	0,05	Valid
	P11	0,237	0,159	0,05	Valid	
	P12	0,336	0,159	95%	0,05	Valid
	P13	0,307	0,159	95%	0,05	Valid
Motivasi Belajar (Y)	P01	0,795	0,159	95%	0,05	Valid
	P02	0,331	0,159	95%	0,05	Valid

P03	0,782	0,159	95%	0,05	Valid
P04	0,508	0,159	95%	0,05	Valid
P05	0,398	0,159	95%	0,05	Valid
P06	0,406	0,159	95%	0,05	Valid
P07	0,311	0,159	95%	0,05	Valid
P08	0,447	0,159	95%	0,05	Valid
P09	0,779				

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 4 menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai r hitung $>$ r tabel (0,159), sehingga seluruh instrumen dinyatakan valid dan mampu mengukur variabel penelitian secara tepat.

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Standar r	Keterangan
Dukungan Sosial (X1)	0,721	0,70	Reliabel
Fasilitas Latihan (X2)	0,859	0,70	Reliabel
Motivasi Belajar (Y)	0,711	0,70	Reliabel

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 5 menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha $>$ 0,70, sehingga instrumen dinyatakan reliabel dan memiliki konsistensi internal yang baik

Tabel 6. Korelasi Dukungan Sosial (X1) terhadap Motivasi Belajar (Y)

Variabel	X1	Y
X1	1	0,089
Sig. (2-tailed)	-	0,271
N	155	155
Y	0,089	1
Sig. (2-tailed)	0,271	-
N	155	155

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 6 menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan motivasi belajar bersifat positif namun sangat lemah ($r=0,089$) dan tidak signifikan ($p=0,271$), sehingga tidak terdapat hubungan yang berarti secara statistik.

Tabel 7. Korelasi Fasilitas Latihan (X2) terhadap Motivasi Belajar (Y)

Variabel	X2	Y
X2	1	0,079
Sig. (2-tailed)	-	0,329
N	155	155
Y	0,079	1
Sig. (2-tailed)	0,329	-
N	155	155

Sumber: Olah Data Penulis

Tabel 7 menunjukkan bahwa hubungan antara fasilitas latihan dan motivasi belajar juga positif namun sangat lemah ($r=0,079$) dan tidak signifikan ($p=0,329$).

Tabel 8. Hasil Analisis Regresi X1 dan X2 terhadap Y

Variabel	B (Unstandardized)	Std. Error	Beta (Standardized)	t	Sig.
(Konstanta)	7,562	0,869	-	8,700	0,000
X1	0,063	0,071	0,074	0,881	0,379
X2	0,039	0,055	0,060	0,718	0,474

Sumber: Olah Data Penulis

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda pada Tabel 8, diperoleh nilai konstanta sebesar 7,562, yang menunjukkan bahwa apabila variabel X1 dan X2 bernilai nol, maka nilai variabel Y diprediksi sebesar 7,562.

Variabel X1 memiliki nilai koefisien regresi sebesar 0,063 dengan nilai signifikansi 0,379 ($p > 0,05$), yang berarti bahwa X1 tidak berpengaruh signifikan terhadap Y. Variabel X2 memiliki nilai koefisien regresi sebesar 0,039 dengan nilai signifikansi 0,474 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa X2 juga tidak berpengaruh signifikan terhadap Y.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa baik variabel X1 maupun X2 tidak memiliki pengaruh yang signifikan secara parsial terhadap variabel Y.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil jawaban responden dari Tabel 1 terhadap persentase jawaban 155 responden mengenai dukungan sosial, secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dirasakan responden berada pada kategori baik hingga sangat baik. Hasil tersebut menggambarkan dominannya jawaban "Ya" pada sebagian besar indikator, dengan persentase yang berkisar antara 80,00% hingga 96,77%. Tingginya proporsi jawaban positif tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasakan adanya dukungan sosial yang memadai dalam konteks aktivitas belajar maupun latihan yang dijalani.

Pada beberapa indikator tertentu, persentase jawaban "Ya" bahkan mencapai lebih dari 94%, yang mengindikasikan bahwa bentuk dukungan sosial seperti perhatian, bantuan, dan dorongan moral telah dirasakan secara luas oleh responden. Kondisi ini mencerminkan lingkungan sosial yang relatif kondusif, dimana individu merasa diterima, diperhatikan, dan didukung oleh pihak-pihak di sekitarnya.

Dukungan sosial tersebut berperan penting dalam menciptakan rasa aman dan nyaman yang dapat mendukung keterlibatan responden dalam kegiatan belajar dan latihan. Namun demikian, dari hasil penelitian juga menunjukkan adanya variasi tingkat dukungan sosial antar indikator. Pada beberapa butir pernyataan, persentase jawaban "Ya" berada pada kisaran 60, 65% hingga 78,06%, disertai dengan peningkatan persentase jawaban "Tidak" yang mencapai 25,00% hingga 28,10%. Temuan ini menunjukkan bahwa tidak seluruh responden merasakan dukungan sosial secara merata. Perbedaan persepsi tersebut dapat disebabkan oleh variasi pengalaman individu, maupun

dukungan yang diterima oleh masing-masing responden.

Oleh sebab itu, dengan tingginya persentase jawaban "Tidak" pada beberapa indikator menunjukkan masih adanya sebagian responden yang merasa kurang memperoleh perhatian, bantuan, atau dukungan emosional yang dibutuhkan. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya perlu dilihat dari keberadaannya secara kuantitatif, tetapi juga dari kualitas dan kesesuaiannya dengan kebutuhan individu. Dukungan yang bersifat umum atau formal belum tentu mampu memberikan dampak yang sama bagi setiap responden.

Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa dukungan sosial secara keseluruhan berada pada kategori baik, diperlukan upaya penguatan dan pemerataan dukungan sosial, yaitu dengan pendekatan yang lebih personal, berkelanjutan, dan responsif terhadap kebutuhan individu diharapkan dapat meningkatkan kualitas dukungan sosial yang dirasakan oleh seluruh responden dengan mendukung kesejahteraan dan keterlibatan responden secara lebih optimal. Oleh karena itu, hasil tersebut sejalan dengan pandangan menurut Kjellstrand, (2021) dan Choi, (2023) bahwa dukungan sosial adalah informasi yang diterima seseorang dari orang lain yang menunjukkan bahwa ia dicintai, dipedulikan, dihormati, dihargai, dan menjadi bagian dari jaringan komunikasi serta kewajiban bersama.

Sedangkan menurut Hidayati et al. (2023) mengatakan bahwa dukungan sosial tidak hanya berpengaruh pada aspek emosional, tetapi juga berdampak pada perilaku dan kesehatan psikososial individu. Dukungan yang bersifat emosional, informasional, maupun instrumental dapat meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, serta kemampuan individu dalam menghadapi tantangan. Namun, persepsi dukungan sosial bersifat subjektif, sehingga tidak semua individu merasakannya secara merata. Hal tersebut sejalan dengan hasil sebagian responden

yang masih memberikan jawaban "Tidak" pada beberapa indikator, yang menunjukkan bahwa kualitas atau bentuk dukungan sosial belum sepenuhnya dirasakan optimal. Sementara itu menurut Shin (2022) dan Slem (2024) mengatakan bahwa efektivitas dukungan sosial sangat bergantung pada kesesuaian antara kebutuhan individu dan jenis dukungan yang diberikan. Dukungan sosial yang memenuhi kebutuhan dasar psikologis seperti otonomi, kompetensi, dan keterhubungan terbukti meningkatkan kesejahteraan psikologis, termasuk kebahagiaan dan pengurangan gejala depresi, baik pada orang dewasa muda maupun lanjut usia.

Berdasarkan hasil jawaban responden dari tabel 2 yaitu fasilitas latihan dengan 155 responden, secara umum dapat dikatakan bahwa fasilitas latihan yang tersedia berada pada kategori baik hingga sangat baik. Hal ini ditunjukkan oleh dominannya jawaban "Ya" pada hampir seluruh indikator, dengan persentase yang berkisar antara 78,06% hingga 94,19%.

Tingginya jawaban positif tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden menilai fasilitas latihan telah memadai dan mampu mendukung pelaksanaan kegiatan secara efektif dinilai untuk mendukung pelaksanaan kegiatan latihan dan pembelajaran. Dalam aspek kelengkapan sarana, kondisi peralatan, serta kemudahan akses yang dinilai mampu menunjang efektivitas latihan, sehingga responden dapat menjalani aktivitas latihan dengan lebih nyaman dan terarah.

Namun demikian, dari hasil data juga menunjukkan adanya variasi persepsi responden, khususnya pada beberapa indikator seperti aksesibilitas fasilitas untuk mahasiswa kebutuhan khusus dan kenyamanan ruang latihan (suhu dan pencahayaan) yang masih menampilkan persentase jawaban "Tidak" pada kisaran 20% hingga 25%. Kondisi ini menandakan bahwa belum seluruh aspek fasilitas latihan belum dirasakan optimal oleh semua responden. Beberapa kemungkinan faktor

yang mempengaruhi penilaian tersebut antara lain keterbatasan jumlah peralatan, kualitas fasilitas yang belum merata, serta pemeliharaan sarana yang masih perlu ditingkatkan.

Maka dari itu, hasil tersebut menjadi masukan penting bahwa keberadaan fasilitas latihan tidak hanya perlu diperhatikan dari segi kelengkapan, tetapi juga dari segi fungsi dan keinginan penggunaannya. Fasilitas yang memadai perlu dilakukan dengan pengelolaan yang baik agar dapat dimanfaatkan secara maksimal oleh seluruh responden. Oleh karena itu, upaya peningkatan dan pemerataan kualitas fasilitas latihan perlu terus dilakukan agar seluruh peserta dapat merasakan manfaat yang sama, sehingga efektivitas dan kenyamanan proses latihan dapat terus ditingkatkan secara berkelanjutan yang diperkuat dengan teori dibawah.

Menurut Wang, et al. (2025) menjelaskan bahwa Ketersediaan dan kualitas fasilitas olahraga berpengaruh signifikan terhadap persepsi efektivitas, kenyamanan, dan partisipasi individu dalam aktivitas fisik. Fasilitas olahraga yang dirancang dengan prinsip biomekanik dapat meningkatkan kenyamanan dan mengurangi risiko cedera, sehingga mendorong partisipasi aktif dan kepuasan dalam berolahraga. Penggunaan teknologi biomekanik seperti wearable devices dan force plates memungkinkan pemantauan beban latihan secara real-time untuk menyesuaikan intensitas latihan sesuai kebutuhan individu, yang berkontribusi pada pencegahan cedera dan peningkatan efektivitas latihan (Rebelo, 2023; Zhao, 2024). Sarana dan prasarana olahraga yang memadai, termasuk perancangan permukaan lapangan dan alat olahraga berdasarkan parameter biomekanik seperti gaya reaksi tanah dan koefisien gesekan, sangat penting untuk menciptakan lingkungan latihan yang aman dan efektif (Zhang, 2025).

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner motivasi belajar pada tabel 3 kepada 155 responden, secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi belajar responden berada pada kategori baik. Hal ini ditunjukkan oleh tingginya persentase jawaban "Ya" pada sebagian besar indikator, yang berkisar antara sekitar 78% hingga lebih dari 94% tersebut mencerminkan bahwa sebagian besar responden memiliki dorongan belajar yang cukup kuat, baik yang berasal dari dalam diri, seperti minat dan keinginan untuk berprestasi, maupun dari faktor luar, seperti dukungan lingkungan belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa responden pada umumnya mampu menunjukkan keterlibatan aktif dan sikap positif dalam mengikuti proses pembelajaran.

Namun demikian, hasil data juga menampilkan adanya sejumlah responden yang memberikan jawaban "Tidak" dengan persentase yang cukup bervariasi, bahkan pada beberapa indikator ekstrinsik mencapai lebih dari 25%. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa motivasi belajar belum dirasakan secara merata oleh seluruh responden.

Oleh karena itu, perbedaan tingkat motivasi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain perbedaan minat dan karakteristik individu, kondisi lingkungan belajar, dukungan dari guru dan keluarga, serta keadaan psikologis responden. Oleh karena itu, meskipun secara motivasi belajar berada pada kategori baik, hasil ini menegaskan perlunya upaya yang berkelanjutan dari para pendidik dan pihak terkait untuk meningkatkan dan menstabilkan motivasi belajar, khususnya bagi responden yang masih menunjukkan tingkat motivasi yang relatif rendah, agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara optimal, dan efektif.

Berdasarkan teori yang dikemukakan menurut Asnawi (2021) menyatakan bahwa motivasi belajar yang baik dapat dipertahankan melalui penguatan yang konsisten seperti pemberian umpan balik

konstruktif, kejelasan tujuan pembelajaran, dan relevansi materi dengan kebutuhan serta minat siswa. Umpan balik positif dari pengajar terbukti meningkatkan motivasi dan antusiasme siswa dalam proses pembelajaran. Tanpa usaha tersebut, motivasi belajar yang sudah terbentuk dapat mengalami penurunan, khususnya pada siswa yang sejak awal memiliki motivasi belajar rendah.

Sedangkan menurut Hariri (2021) mengatakan bahwa Persepsi positif peserta didik terhadap nilai tugas belajar yang dianggap relevan, bermakna, dan sesuai dengan tujuan pembelajaran meningkatkan keterlibatan kognitif dan afektif mereka dalam proses belajar. Motivasi belajar yang dipengaruhi oleh nilai tugas (value component) terbukti menjadi prediktor utama strategi belajar yang efektif, sehingga siswa lebih termotivasi untuk mengatur pembelajaran secara mandiri.

Oleh sebab itu, lingkungan pembelajaran yang kondusif dengan ditandai dengan terjalinnya interaksi yang positif dan saling mendukung antara pendidik dan peserta didik, kejelasan dalam representasi materi serta tujuan pembelajaran, dan terciptanya suasana belajar yang aman, nyaman, serta bebas dari tekanan untuk memiliki peran yang sangat penting dalam memperkuat dorongan internal peserta didik. Lingkungan seperti ini tidak hanya membantu peserta didik merasa dihargai dan diterima, tetapi juga mendorong munculnya rasa percaya diri, minat belajar, dan tanggung jawab terhadap proses belajar yang dijalani. dalam menghadapi tantangan belajar, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara lebih optimal dan berkelanjutan.

Maka dari itu, sejalan dengan hasil penelitian saya yang masih terdapat sebagian responden yang memberikan respon negatif pada beberapa indikator yang mengisyaratkan bahwa persepsi terhadap motivasi belajar dan kondisi lingkungan belajar belum sepenuhnya merata dengan hasil tersebut untuk

memperkuat motivasi belajar dan lingkungan pembelajaran yang lebih adaptif dan inklusif agar motivasi belajar dapat terjaga secara optimal.

Berdasarkan hasil uji validitas pada Tabel 4 tersebut mendapatkan hasil terhadap seluruh butir pernyataan dari 155 responden pada variabel dukungan sosial (X1), fasilitas latihan (X2), dan motivasi belajar (Y), dapat disimpulkan bahwa seluruh item instrumen penelitian dinyatakan valid. Hal ini ditunjukkan oleh nilai r hitung masing-masing item yang secara konsisten lebih besar daripada nilai r tabel sebesar 0,159 pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%.

Pada variabel dukungan sosial (X1), nilai r hitung berada pada rentang 0,250 hingga 0,750. Rentang nilai ini menunjukkan bahwa setiap indikator memiliki tingkat keterkaitan yang cukup hingga sangat kuat dengan skor total variabel. Dengan demikian, butir-butir pernyataan yang disusun telah mampu merepresentasikan konsep dukungan sosial dalam aspek emosional, instrumental, maupun sosial yang dirasakan oleh responden.

Selanjutnya hasil uji validitas pada variabel fasilitas latihan (X2) menunjukkan nilai r hitung berkisar antara 0,201 hingga 0,459, yang seluruhnya juga melampaui r tabel. Temuan ini menunjukkan bahwa setiap item pernyataan telah relevan dan tepat dalam mengukur kondisi fasilitas latihan, mencakup ketersediaan, kelayakan, dan kemanfaatan fasilitas yang digunakan responden dalam mendukung aktivitas latihan.

Sementara itu, pada variabel motivasi belajar (Y), nilai r hitung menunjukkan angka yang relatif lebih tinggi, yaitu berada pada rentang 0,311 hingga 0,795 dengan tingginya nilai korelasi ini mencerminkan bahwa butir-butir pernyataan motivasi belajar memiliki daya ukur yang kuat terhadap konstruk motivasi itu sendiri, baik dari sisi dorongan internal maupun eksternal.

Maka dari itu, hasil tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian telah disusun dengan memperhatikan kesesuaian antara indikator dan konsep teoritis yang diukur. Hal ini sejalan dengan pendapat menurut Azwar (2017) yang menyatakan bahwa suatu instrumen dinyatakan valid apabila mampu mengukur apa yang seharusnya diukur dan memiliki korelasi yang signifikan dengan skor total. Sedangkan menurut Sugiyono (2019) menegaskan bahwa validitas item dapat dibuktikan apabila nilai korelasi item lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi tertentu. Sementara itu, menurut Syaddiyah, dkk. (2023) mengatakan bahwa validitas menunjukkan seberapa baik instrumen pengukuran konstruk yang dimaksud, serta reliabilitas menunjukkan konsistensi hasil pengukuran. Instrumen yang dikembangkan melalui uji validitas dan reliabilitas yang ketat dapat meningkatkan akurasi diagnostik dan efektivitas layanan profesional, yang sangat relevan untuk analisis statistik lanjutan.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada Tabel 5 yang dilakukan terhadap instrumen penelitian, maka diperoleh nilai Cronbach's Alpha pada seluruh variabel yang diteliti berada di atas batas minimum yaitu 0,70. Hasil ini menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan memiliki tingkat konsistensi internal yang memadai, sehingga dapat digunakan dalam mengukur konstruk penelitian secara stabil dan berulang.

Pada variabel dukungan sosial (X1), nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,721 menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan yang menyusun variabel ini memiliki keterkaitan yang cukup kuat satu sama lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen dukungan sosial telah mampu mengukur konsep dukungan sosial secara konsisten, baik dalam aspek emosional, personal, maupun informasi instrumental yang diterima responden.

Selanjutnya variabel fasilitas latihan (X2) memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,859, yang berada pada kategori reliabilitas tinggi. Hasil tersebut menggambarkan bahwa instrumen fasilitas latihan memiliki tingkat konsistensi yang sangat baik, sehingga setiap item pernyataan saling mendukung dalam menggambarkan kondisi fasilitas latihan secara utuh dan akurat. Dengan reliabilitas yang tinggi, instrumen ini dinilai sangat layak digunakan dalam analisis lanjutan.

Sementara itu, pada variabel motivasi belajar (Y) menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,711, yang telah melewati standar reliabilitas minimal. Hasil ini menandakan bahwa instrumen motivasi belajar memiliki konsistensi internal yang cukup, sehingga mampu mengukur tingkat motivasi belajar responden secara relatif stabil dan dapat dipercaya.

Maka dari itu, hasil tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian telah disusun dengan memperhatikan keselarasan antaritem, sehingga responden cenderung memberikan jawaban yang konsisten terhadap pernyataan-pernyataan yang mengukur konstruk yang sama. Kondisi ini penting dalam penelitian pendidikan, karena instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang lebih akurat dan mencerminkan kondisi responden yang sebenarnya. Oleh karena itu, hasil tersebut sejalan dengan pendapat menurut Taber (2017) mengatakan bahwa Cronbach's Alpha adalah ukuran yang paling umum digunakan untuk menilai konsistensi internal suatu instrumen penelitian, khususnya dalam bidang pendidikan dan ilmu pengetahuan. Nilai alpha berkisar antara 0 hingga 1, di mana nilai sekitar 0,70 atau lebih tinggi umumnya dianggap memadai sebagai indikator reliabilitas internal yang dapat diterima. Sedangkan menurut Azwar (2017) menegaskan bahwa reliabilitas yang baik mencerminkan konsistensi hasil pengukuran dan menjadi syarat penting sebelum data dianalisis lebih lanjut. Sementara itu menurut Ghazali (2016) menyebutkan bahwa instrumen

dengan nilai Cronbach's Alpha di atas 0,70 dinilai layak digunakan dalam analisis statistik lanjutan, seperti korelasi dan regresi.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen pada variabel dukungan sosial, fasilitas latihan, dan motivasi belajar telah memenuhi kriteria reliabilitas yang dipersyaratkan. Dengan demikian, instrumen penelitian ini diukur konsistensi, andal, dan dapat digunakan sebagai alat ukur yang sah dalam menghasilkan temuan penelitian yang akurat secara ilmiah.

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi pearson pada Tabel 6 yaitu antara variabel dukungan sosial (X1) dan motivasi belajar (Y), maka diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,089$ dengan nilai signifikansi $p = 0,271$ pada jumlah responden sebanyak 155 orang. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan arah hubungan yang positif, namun dengan tingkat kekuatan yang sangat rendah. Selain itu, nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dibandingkan dengan taraf signifikansi yang ditetapkan, yaitu $\alpha = 0,05$, sehingga secara statistik hubungan antara dukungan sosial dan motivasi belajar dinyatakan tidak signifikan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variasi tingkat dukungan sosial yang dirasakan responden belum mampu memberikan kontribusi yang berarti terhadap perubahan motivasi belajar meskipun dukungan sosial cenderung bergerak searah dengan motivasi belajar, pengaruh yang ditimbulkan relatif lemah dan tidak cukup kuat untuk menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara empiris dalam konteks penelitian ini.

Oleh sebab itu, penyebab tidak berhubungan antara dukungan sosial dan motivasi belajar dalam penelitian ini dapat dijelaskan oleh kompleksitas motivasi belajar sebagai konstruk psikologis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Motivasi belajar tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor internal individu, antara lain minat belajar, tujuan

pribadi, efikasi diri, serta dorongan untuk berprestasi. Selain itu, dukungan sosial yang diterima oleh responden belum secara spesifik berkaitan dengan kebutuhan belajar akademik, sehingga belum mampu terinternalisasi sebagai pendorong motivasi belajar yang kuat.

Perbedaan karakteristik individu dalam memaknai dukungan sosial, serta pengaruh konteks lingkungan dan sistem pembelajaran yang lebih banyak tekanan tuntutan akademik formal, turut menyebabkan variasi dukungan sosial tidak diikuti oleh perubahan motivasi belajar secara signifikan.

Dengan demikian, Hipotesis Alternatif (H1) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan motivasi belajar ditolak, sedangkan Hipotesis Nol (Ho) diterima, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut dalam konteks penelitian ini yaitu sejalan dengan menurut pendapat para ahli yaitu: Menurut Putri et al. (2019) menyatakan bahwa motivasi belajar intrinsik memediasi hubungan antara dukungan sosial orang tua dan prestasi akademik siswa.

Maka dari itu, hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan motivasi belajar memerlukan pendekatan yang lebih menyeluruh, tidak hanya melalui penguatan dukungan sosial, tetapi juga melalui strategi pembelajaran yang mampu menumbuhkan motivasi intrinsik dan kemandirian belajar mahasiswa yang secara langsung menentukan tinggi rendahnya motivasi belajar.

Berdasarkan hasil uji korelasi pearson pada Tabel 7 yaitu antara variabel fasilitas latihan (X2) dan motivasi belajar (Y), diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,079$ dengan nilai signifikansi $p = 0,329$ pada jumlah responden sebanyak 155 orang. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan arah hubungan yang positif, namun berada pada tingkat kekuatan yang sangat rendah. Selain itu, nilai signifikansi yang lebih besar dari taraf signifikansi yang ditetapkan, yaitu $\alpha = 0,05$ menunjukkan

bahwa hubungan antara fasilitas latihan dan motivasi belajar tidak signifikan secara statistik.

Dengan demikian, Hipotesis Alternatif (H1) yang menyatakan adanya hubungan signifikan antara fasilitas latihan dan motivasi belajar ditolak, sedangkan Hipotesis Nol (Ho) diterima dengan menunjukkan bahwa keberadaan fasilitas latihan yang memadai belum tentu secara langsung berpengaruh terhadap motivasi belajar peserta didik, yaitu berdasarkan teori menurut Maridji, dkk. (2025) mengatakan bahwa motivasi sebagai faktor Mediasi motivasi belajar berperan sebagai mediator penting antara lingkungan pembelajaran dan hasil akademik, dan bahwa strategi pembelajaran yang bermakna (misalnya pembelajaran aktif dan formatif penilaian yang tepat) diperlukan agar motivasi yang dibentuk lingkungan dapat berubah menjadi prestasi. Sementara itu menurut Suriagiri et al. (2022) dan Arifani et al. (2023) mengatakan bahwa *Self-Determination Theory* (SDT) menegaskan bahwa motivasi belajar berkembang optimal ketika kebutuhan psikologis dasar individu—yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan—terpenuhi. Kebutuhan ini tidak hanya bersifat internal tetapi juga dipengaruhi oleh aspek fisik dan sosial dari lingkungan belajar yang mendukung.

Maka dari itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun fasilitas latihan memiliki hubungan yang searah dengan motivasi belajar, pengaruhnya relatif lemah dan tidak signifikan. Hasil tersebut menegaskan bahwa peningkatan motivasi belajar tidak cukup hanya melalui penyediaan fasilitas latihan yang baik, tetapi perlu didukung oleh pendekatan pedagogis yang mampu mengaktifkan peran peserta didik, memberikan tantangan yang sesuai kemampuan, serta menumbuhkan rasa percaya diri dan kemandirian belajar.

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, diketahui bahwa variabel dukungan sosial dan fasilitas latihan tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi masing-masing variabel yang lebih besar dari taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, secara simultan kedua variabel independen tersebut juga tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa keberadaan dukungan sosial dan fasilitas latihan belum mampu secara langsung meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam konteks pembelajaran tenis lapangan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa terdapat faktor lain di luar variabel yang diteliti yang kemungkinan berperan dalam memengaruhi motivasi belajar mahasiswa.

Maka dari itu variabel dukungan sosial (X1) memiliki nilai koefisien regresi sebesar $B = 0,063$ dengan nilai $t = 0,881$ dan signifikansi $p = 0,379$ ($p > 0,05$). Nilai koefisien yang positif menunjukkan bahwa dukungan sosial cenderung berhubungan searah dengan motivasi belajar, namun hubungan namun statistik tidak signifikan. Artinya, peningkatan dukungan sosial yang diterima belum dapat secara meyakinkan meningkatkan motivasi belajar dalam konteks penelitian ini. Sehingga hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa.

Sedangkan variabel fasilitas latihan (X2) menunjukkan nilai koefisien regresi $B = 0,039$, nilai $t = 0,718$, dan signifikansi $p = 0,474$ ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa fasilitas latihan juga memiliki hubungan positif namun tidak signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Oleh sebab itu, keberadaan fasilitas latihan yang lebih baik belum secara langsung berkontribusi pada peningkatan motivasi belajar siswa tersebut sehingga hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a)

ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa fasilitas latihan tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa.

Menurut Ziglari (2024) mengatakan bahwa pendekatan interpretasi regresi berganda, termasuk makna koefisien regresi dan signifikansi statistiknya. Penulis menekankan bahwa signifikan/tidaknya koefisien regresi parsial merupakan indikator kontribusi masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen setelah mengendalikan variabel lain dalam model.

Sedangkan menurut Sugiyono (2019) menegaskan bahwa hasil regresi yang tidak signifikan tidak serta-merta menunjukkan bahwa variabel independen tidak penting secara teoritis, melainkan dapat disebabkan oleh berbagai faktor metodologis seperti pengaruh variabel lain yang lebih dominan dengan karakteristik responden yang memiliki motivasi intrinsik yang relatif stabil.

Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa meskipun hubungan yang ditemukan bersifat positif, pengaruhnya secara parsial masih berada pada tingkat yang sangat lemah dan belum signifikan secara statistik. Namun, arah hubungan yang sejalan tersebut menunjukkan adanya potensi kontribusi yang dapat menjadi lebih bermakna apabila dikaji secara bersamaan dengan variabel lain yang lebih kompleks dan relevan untuk membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengintegrasikan faktor-faktor lain, baik yang bersifat internal maupun eksternal, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai determinan motivasi belajar.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan fasilitas latihan berada pada kategori baik, meskipun belum merata pada seluruh aspek. Motivasi belajar mahasiswa juga tergolong baik, namun masih terdapat variasi antar individu. Instrumen penelitian telah terbukti valid dan reliabel sehingga layak digunakan

dalam pengukuran variabel penelitian. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa baik secara parsial maupun simultan, dukungan sosial dan fasilitas latihan tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain di luar variabel yang diteliti yang kemungkinan memengaruhi motivasi belajar mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya Disarankan untuk mengkaji variabel lain yang lebih komprehensif guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Agrifina, V. F., V. Vrisilia, L. N. Agustina, S. Supriyadi dan A. Izzatika. 2024. Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Sekolah Dasar. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan*, 12(2), 414-431. https://doi.org/10.30598/pedagogika_vol12issue2page414-431
- Arifani, Y., Mindari, R., Hidayat, N., & Wicaksono, A. S. (2023). Basic psychological needs of in-service EFL teachers in blended professional training: voices of teachers and learners. *Interactive Learning Environments*, 31(6), 3868–3881. <https://doi.org/10.1080/10494820.2021.1943691>
- Asnawi, A., & Wariyati, W.(2021). The impact of using feedback to increase students' motivation at the University of Muslim Nusantara Al Washliyah Medan. *Research, Society and Development*, 10(1). <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i1.11784>
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan Validitas* (4 ed). Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Choi, M., Park, S., & Noh, G. (2023). Social Support for Nursing Students: A Concept Analysis Study. *Nurse education today*. 132. 106038. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2023.106038>
- Gabriel, F., S. Fowler dan S. Brinkman. (2025). *Motivation for Learning Review*. University of South Australia
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 23*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Semarang.
- Hariri, H. (2021). Motivation and Learning Strategies: Student Motivation Affects Student Learning Strategies. *European journal of educational research*. 10(1). 39-49. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.10.1.39>
- Hidayati, D. L. dan E. Purwandari. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesehatan Mental di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*. 13(1). 270-283. <https://ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/bk/article/view/6536/pdf>
- Kjellstrand, J., Clark, M., Caffery, C., Smith, J., & Eddy, J. (2021). Reentering the Community after Prison: Perspectives on the Role and Importance of Social Support. *American Journal of Criminal Justice*, 47. 176-201. <https://doi.org/10.1007/s12103-020-09596-4>
- Maharani, E., Sumanti, S., dan Fitrah, H. (2024). *Motivasi Belajar dalam Pendidikan Konsep, Teori, dan Faktor yang Memengaruhi*. Literasi Nusantara Abadi Grup. Malang
- Maridji, A., A. Rahman., dan Kurniawan, D. (2025). Strategi Guru, Lingkungan Belajar, dan Prestasi Siswa: Motivasi Sebagai Faktor Mediasi. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 27(3), 45-58. <https://doi.org/10.9734/ajess/2025/v27132477>
- Putri, A. R. dan S. Rahmawati. 2019. Peran Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Akademik Melalui Mediasi Motivasi Belajar Intrinsik. *Jurnal Psikologi Gadjah Mada*, 5(2),

- 123-135.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.50570>.
- Rebelo, A., Martinho, D., Valente-Dos-Santos, J., Coelho-E-Silva, M., & Teixeira, D. (2023). From data to action: a scoping review of wearable technologies and biomechanical assessments informing injury prevention strategies in sport. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 15, 169. <https://doi.org/10.1186/s13102-023-00783-4>
- Shin, H., & Park, C. (2022). Social support and psychological well-being in younger and older adults: The mediating effects of basic psychological need satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1051968>
- Slemp, G., Field, J., Ryan, R., Forner, V., Van Den Broeck, A., & Lewis, K. (2024). Interpersonal supports for basic psychological needs and their relations with motivation, well-being, and performance: A meta-analysis *Journal of personality and social psychology*. 127(5), 1012–1037. <https://doi.org/10.1037/pspi0000459>
- Sugiyono, S. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung
- Suriagiri, S., Norlaila, N., Wahyurudhanto, A., & Dalle, J. (2022). Online Vs. In-Campus, Comparative Analysis of Intrinsic Motivation Inventory, Student Engagement and Satisfaction: A way forward for Post COVID-19 Era. *Electronic Journal of e-Learning*. 20(5). <https://doi.org/10.34190/ejel.20.5.2618>
- Syaddiyah, H., S. Wahyuni dan A. Rahman. 2023. Analisis Instrumen Pengukuran dalam Bimbingan dan Konseling: Validitas dan Reliabilitas. *Mazidah: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 2(1), 45-54. <https://mazidah.kjii.org/index.php/i/article/view/15>
- Taber, K. (2017). The Use of Cronbach's Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*, 48, 1273-1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
- Wang, L., Wang, P., Sun, S., & Fan, Y. (2025). The relationship between the quality of sports facilities and people's satisfaction with exercise—The chain mediating effect of active participation and self-efficacy in the context of biomechanics. *Molecular & Cellular Biomechanics*, 22(2), 789. <https://doi.org/10.62617/mcb789>
- Zhang, H., Zhang, Y., Zhou, Y., & Xu, B. (2025). Social support and physical exercise: The mediating role of achievement emotions, and the moderating role of exercise motivation and feedback literacy. *PLOS One*, 20(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325365>
- Zhao, F. (2024). The Application of Sports Biomechanics in Sports Injury Prevention and Rehabilitation. *Frontiers in Sport Research*. 6(3). <https://doi.org/10.25236/fsr.2024.060320>
- Zigları, L. (2024). Pendekatan statistik untuk menafsirkan hasil regresi berganda. *Metode dalam Psikologi*. 10, 100136. <https://doi.org/10.1016/j.metip.2024.100136>