

DAFTAR PUSTAKA

- Adyanto, S. P., Muhajir, M., & Fajriyah, K. (2018). Karakteristik siswa anggota ekstrakurikuler pencak silat ditinjau dari nilai karakter. *Jurnal Sinektik*, 1(1), 46.
- Alhamdu. (2016). *Analisis Statistik dengan Program SPSS*. NoeFikri.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- American Council on Exercise. (2015). 9 Signs of Overtraining. <https://www.acefitness.org/education-and-resources/lifestyle/blog/5107/9-signs-of-overtraining/>
- Arikunto. S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asnawi. (2012). *Teori Motivasi*. Studio press.
- Aziz, S., & Abdullah, M. (2020). Self-efficacy and its relationship with performance in Pencak Silat. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(5), 2759-2765. DOI: <https://doi.org/10.33061/js.v1i1.2299>
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi II). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Dasar-Dasar Psikometrika* (Edisi II). Pustaka Belajar.
- Az-Zuhaili Wahba. (2013). *Tafsir Al-Munir Jilid 2 : Akidah-Syariah-Manhaj*, Cet.1. Gema Insani.
- Az-Zuhaili Wahba. (2016). *Tafsir Al-Munir Jilid 11: Akidah-Syariah-Manhaj*, Cet.1. Gema Insani.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (KBBI) [on-line]. Diakses pada tanggal 24 Juni 2024 dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prenticll. All.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy and Helath Behaviour*. Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy The Exercise of Control*. W. H Freeman and Company.
- Bandura, Albert. (1994). *Self Efficacy. Chapter in Ramachaudran, V.S. Encyclopedia of Human Behavior*. Academic Press.
- Bangung, P., Hariani, L. S., & Walipah, W. (2020). Motivasi berprestasi: konsep diri, kecerdasan emosional dan efikasi diri. *Jurnal Riset Pendidikan Ekonomi*, 5(1), 24-31.

- Baker, J., Horton, S., Robertson-Wilson, J., & Wall, M. (2003). Nurturing sport expertise: factors influencing the development of elite athlete. *Journal of sports science & medicine*, 2(1), 1.
- Bompa, Tudor O. (1990). *Theory dan Methodology of Training*. Kendal/Hunt Publishing Company.
- Candra Juli. (2021). *Pencak Silat*. Deepublish.
- Danim, S. (2012). *Motivasi Kepemimpinan dan Efektivitas Kelompok*. Rineka cipta
- Dewantara, A. *Korelasi dan Peran Manajemen dalam mencapai Tujuan Organisasi*. (2021, 08 November). [on-line]. Diakses pada tanggal 26 Juni 2024 dari. kemenkeu.go.id
- Diniaty. (2014). *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kinerja Pegawai Perpustakaan UIN SUSKA Riau*. UIN Riau.
- Elliot, A. J., & Murayama, K. (2008). On the measurement of achievement goals: Critique, illustration, and application. *Journal of Educational Psychology*, 100(3), 613. DOI: 10.1037/0022-0663.100.3.613
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). *The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance*. *Psychological Review*, 100(3), 363-406.
- Fithriyyah, Mustiqowati Ummul. (2021). *Dasar-Dasar Teori Organisasi*. Irdev.
- Fortuna, N. D., Marchela, C., Charolina, B., Febrina, S., & Mirza, R. (2022). Efikasi diri dan motivasi berprestasi dalam pembelajaran berbasis online selama masa pandemi covid-19. *Jurnal Tarbiyah*, 29(1), 53-60. DOI : <https://dx.doi.org/10.30829/tar.v29i1.1347>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Ar Ruzz Media.
- Giriwijoyo, Y.S. Santosa., Hamidie, R. D. R., & Dikdik, Z. S. (2020). *Kesehatan, Olahraga & Kinerja*. Bumi Medika.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Gunung Mulia.
- Hannah, S. T., Avolio, B. J., Luthans, F., & Harms, P. D. (2008). *Leadership efficacy: Review and future directions*. *The Leadership Quarterly*, 19(6), 669-692.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. PT Remaja Rosdakarya.

- Harsuki, H. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. PT. Raja Grafindo Persada: Jakarta.
- Harvard T.H. Chan School of Public Health. (2021). *The Nutrition Source: Healthy Eating Plate*. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/>
- Haryani, R & Tairas. (2014). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Berprestasi Dari Keluarga Tidak Mampu Secara Ekonomi. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan*, 3(1), 30.
- Kartomi, M. (2011). *Traditional and modern forms of pencak silat in Indonesia: The suku mamak in Riau*. Musicology Australia, 33(1), 47-68.
- Komarudin. (2017). *Psikologi Olahraga*. PT Remaja Rosdakarya.
- Kristianto, N. A., & Jannah, M. (2014). Hubungan antara sikap terhadap core values dengan efikasi diri pada pemain national basketball league. *Jurnal Character*, 2(3).
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak Silat*. Pustaka Baru Press.
- Kuntoro. 2007. *Metode statistik*. Surabaya: Putaka melati.
- Lestari, N.A. (2015). Hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada siswa man pangkalan balai banyuasin III. *Jurnal Fakultas Psikologi*. 1-11. Universitas Bina Darma Palembang.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). *Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey*. American Psychologist, 57(9), 705-717.
- Locke, E. A. And Latham, G. P. (1990). *A Theory of Goal Setting and Task Performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Lubis, J. (2004). *Pencak silat: Panduan praktis*. Raja Grafindo Persada.
- M. Nur Gufron. (2018). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzzmedia.
- Mangkunegara, A.A. Anwar Prabu. (2011). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Cetakan Kesepuluh. PT. Remaja Rosdakarya.
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*.
- Maryono, O. (2008). *Pencak Silat Merentang Waktu*. Benang Merah.
- McClelland, D. C. (1987). *Human Motivation*. Cambridge University Press.
- McClelland, D.C. (1961). *The achieving society*. Van Nostrand.
- McClelland, D. C., & Alschuler, A. S. (1971). *Achievement motivation development project*. Final report.

- Mufidah, E. F., Wahyuni, F., Pravesti, C. A., Setyaputri, N. Y., Ariyanto, R. D., & Dwiwana, A. (2021). Pengaruh efikasi diri dan motivasi berprestasi terhadap kesiapan belajar mandiri mahasiswa. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(2), 120-129.
- Mulyana. (2013). *Pendidikan Pencak Silat: Membangun Jati Diri dan Karakter Bangsa*. Remaja Rosdakarya.
- Mulyana. (2014). *Hakikat Pencak Silat*. PT Raja Grafindo Persada.
- Narpati, B., Dian, S., & Kardinah, I. M. (2022). *Perilaku Organisasi*. Cv Pena Persada.
- National Sleep Foundation. (2015). *National Sleep Foundation recommends new sleep times*. <https://www.sleepfoundation.org/press-release/national-sleep-foundation-recommends-new-sleep-times>
- Nicholls, J. G. (1984). *Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance*. *Psychological Review*, 91(3), 328-346.
- Nopiyanto, Y. E., & Dimiyati, D. (2018). Karakteristik psikologis atlet Sea Games Indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 69-76.
- Notosoejitno. (2017). *Khazanah Pencak Silat*. CV Sagung Seto.
- Paramita, Y., Pratitis, N. T., & Efendy, M. (2021). Motivasi berprestasi pada atlet judo di surabaya: Bagaimana peranan self-efficacy?. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 32-41.
- Popkin, B. M., D'Anci, K. E., & Rosenberg, I. H. (2010). Water, hydration, and health. *Nutrition reviews*, 68(8), 439-458.
- Prihatini Ana, Muslimah Zahro Romas, Fx.Wahyu Widianoro. (2018). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Universitas X Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, Vol. 14, No 1.
- Puspitasari, Y., Lasan, B. B., & Setiyowati, A. J. (2021). Hubungan dukungan sosial dan efikasi diri terhadap motivasi berprestasi siswa SMA. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(10), 838-846. DOI: 10.17977/um065v1i102021p838-846.
- Rees, T., & Freeman, P. (2009). Social support moderates the relationship between stressors and task performance through self-efficacy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(2), 244-263.

- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2017). *Organizational Behavior (17th ed.)*. Pearson.
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi diri: tinjauan teori Albert Bandura. *Buletin psikologi*, 20(1-2), 18-25.
- Schunk, D. H. (1995). Self-efficacy, motivation, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7(2), 112-137.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2016). Self-efficacy theory in education. In K. R. Wentzel & D. B. Miele (Eds.), *Handbook of motivation at school* (2nd ed., pp. 34-54). New York: Routledge.
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2009). *Self-efficacy theory*. In K. R. Wentzel & A. Wigfield (Eds.), *Handbook of motivation at school* (pp. 35-53). Routledge.
- Shapie, M. N. M., Oliver, J., O'Donoghue, P., & Tong, R. (2018). Effect of action inhibition and action execution on performance during a pencak silat competition. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 18(5), 702-716.
- Sijabat, S. P. K. (2024). Keterkaitan Antara Olahraga Dan Kesehatan Mental Keseimbangan Yang Penting. *Circle Archive*, 1(4).
- Siregar, N. (2017). Hubungan motivasi berprestasi dengan prestasi akademik pada fakultas psikologi universitas prima Indonesia. *Jurnal Diversita* 3(1), Juni, 40-47.
- Stajkovic, A. D., & Luthans, F. (1998). *Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis*. *Psychological Bulletin*, 124(2), 240-261.
- Subroto, J., & Rohadi, M. (1996). *Kaidah-Kaidah Pencak Silat Seni yang Tergabung dalam IPSI*. CV Aneka.
- Sudaryono. (2012). *Dasar-Dasar Evaluasi Pembelajaran*. Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif), dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Tindakan Komprehensif*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Sujarwo. (2011). Motivasi Berprestasi sebagai Salah Satu Perhatian dalam Memilih Strategi Pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 4(2), 42-51.
- Supriyana, A. Dkk. (2021). *Ensiklopedia Guru Berkarakter-Profesional*. PT Tirta Asih Jaya, 91-92.
- Susanto, Ahmad. (2018). *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah : Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Prenadamedia Group.

- Sutikno Sobry. (2021). *Strategi Pembelajaran*. CV Adanu Abimata, 45-46.
- Syifa Alfi Nilai Muna, Suhana. (2023). The Role Of Self-Efficacy, Training Discipline And Training Motivation On The Achievement Of Martial Arts Athletes (Study At KONI Kendal Regency). *Management Studies and Entrepreneurship Journal*.
- Theeboom, M., & Knop, P. D. (1999). Asian martial arts and approaches of instruction in physical education. *European journal of physical education*, 4(2), 146-161.
- Umama Hany. (2019). *Buku Ajar Psikologi Industri dan Organisasi*. Deepublish.
- Vertonghen, J., & Theeboom, M. (2010). The social-psychological outcomes of martial arts practise among youth: A review. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(4), 528-537.
- Warburton, D. E., Nicol, C. W., & Bredin, S. S. (2006). Health benefits of physical activity: the evidence. *CMAJ*, 174(6), 801-809.
- Wardoyo, H., & Lubis, J. (2014). *Pencak Silat Edisi Kedua*. Raja Grafindo Persada.
- Weerapong, P., Hume, P. A., & Kolt, G. S. (2005). The mechanisms of massage and effects on performance, muscle recovery and injury prevention. *Sports medicine*, 35(3), 235-256
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2011). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (5th ed.). Human Kinetics.
- Wigfield, A., Eccles, J. S., Fredricks, J. A., Simpkins, S., Roeser, R. W., & Schiefele, U. (2015). *Development of achievement motivation and engagement. in Handbook of Child Psychology and Developmental Science (Issue April 2016)*.
- Wilson, I. D. (2002). *The Politics of Inner Power: The Practice of Pencak Silat in West Java*. Murdoch University.
- World Health Organization. (2020). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Yaqin Ainul. (2019). *Membentuk Karakter Melalui Pendidikan Afeksi*. Media Akademi.
- Yusuf, A Muri. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Prenadamedia Group.