

## **Pengaruh Penggunaan Bahasa Positif Terhadap Kepercayaan Diri Pemain Basket Di SMAN 17 Bandung**

**Billy Arkaan Nabil<sup>1</sup>, Adzra' Zhafirah Adieningtyas<sup>2</sup>, Nigell Fakhri Fernando Kustolani<sup>3</sup>, Tristan Pandu Fajari<sup>4</sup>, Mochamad Whilky Rizkianfi<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Pendidikan Indonesia, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jl. Dr. Setiabudi No.229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40154

Email : billyarkaann06@student.upi.edu

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan serta menganalisis pengaruh penggunaan bahasa positif terhadap kepercayaan diri pemain basket di SMAN 17 Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif yang memungkinkan peneliti memahami fenomena secara mendalam berdasarkan pengalaman dan persepsi para pemain. Sebanyak 10 responden dipilih melalui teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan tingkat keaktifan mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler dan partisipasi dalam latihan rutin. Instrumen penelitian berupa kuesioner skala Likert yang disusun dalam Google Form dan berisi pernyataan-pernyataan terkait penggunaan bahasa positif serta dampaknya terhadap kondisi psikologis pemain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memberikan jawaban Setuju hingga Sangat Setuju pada semua item. Temuan ini mengindikasikan bahwa bahasa positif, baik yang diberikan pelatih maupun rekan setim, memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri pemain. Bahasa positif diketahui mampu meningkatkan fokus, ketenangan, motivasi, serta keberanian pemain dalam mengambil keputusan selama pertandingan. Selain itu, dukungan verbal yang konsisten menciptakan suasana komunikasi yang nyaman di dalam tim sehingga mampu menurunkan kecemasan dan meminimalkan rasa takut melakukan kesalahan. Temuan tersebut menguatkan bahwa bahasa positif bukan hanya alat komunikasi, tetapi juga strategi psikologis yang efektif untuk diterapkan secara berkelanjutan dalam proses pelatihan. Penguatan komunikasi yang mendukung berpotensi membantu pelatih membangun karakter atlet yang lebih percaya diri, stabil secara emosional, dan mampu menunjukkan performa optimal dalam berbagai situasi kompetitif.

***Kata kunci: Bahasa positif, Percaya diri, Pemain basket, Komunikasi tim, Psikologi olahraga***

### **ABSTRACT**

This study aims to describe and analyze the influence of positive language use on the self-confidence of basketball players at SMAN 17 Bandung. The research employed a qualitative descriptive method to obtain an in-depth understanding of players' experiences and perceptions. A total of 10 respondents were selected through purposive sampling based on their participation in extracurricular basketball activities and involvement in training sessions. Data were collected through a Likert-scale questionnaire distributed via Google Form, which contained statements related to the use of positive language and its impact on players' psychological conditions. The results show that nearly all respondents selected Agree or Strongly Agree on every item, indicating that positive language from coaches and teammates plays an important role in strengthening players' self-confidence. Positive language was reported to increase emotional stability, improve concentration, and enhance motivation during both practice and competition.

Players also expressed feeling more appreciated, calmer under pressure, and more confident when making strategic decisions on the court. Supportive communication within the team further contributed to creating a comfortable psychological environment, reducing anxiety, and fostering better teamwork. These findings emphasize that positive language is not merely a motivational tool but an effective psychological strategy that can be integrated consistently into training routines. Implementing positive communication can help coaches develop mentally resilient athletes who are capable of maintaining optimal performance.

***Keywords: Positive language, Self-confidence, Basketball players, Team communication, Sport psychology***

## **PENDAHULUAN**

Olahraga basket merupakan salah satu cabang olahraga yang populer di Indonesia, terutama di kalangan remaja. Di sekolah menengah atas, basket tidak hanya menjadi kegiatan ekstrakurikuler, tetapi juga sarana pengembangan karakter, fisik, dan mental siswa. Namun, dalam praktiknya, pemain basket sering menghadapi tantangan psikologis yang dapat memengaruhi performa mereka, salah satunya adalah rendahnya kepercayaan diri. Kondisi tersebut dapat membuat pemain ragu mengambil keputusan, menghindari risiko, atau bahkan menarik diri dari permainan sehingga berdampak pada hasil tim. Dalam ranah pendidikan jasmani, terutama pada olahraga basket, berbagai hambatan psikologis kini semakin banyak diperhatikan dan dijadikan objek penelitian. (Keolahragaan, 2024)

Kepercayaan diri menjadi salah satu aspek penting dalam psikologi olahraga. Dalam konteks basket, kepercayaan diri berperan dalam akurasi tembakan, kerja sama tim, serta kemampuan menghadapi tekanan pertandingan. Pemain yang memiliki kepercayaan diri yang baik cenderung menunjukkan performa yang lebih stabil dan mampu merespon stress kompetitif dengan lebih efektif. Bagi seorang atlet, kepercayaan diri merupakan bekal penting untuk meraih prestasi optimal dan menjaga kemampuan terbaik yang dimiliki, sehingga atlet dapat terus menunjukkan performa maksimal saat bertanding. (Studi et al., 2025)

Salah satu cara yang umum digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah bahasa positif. Bahasa positif mencakup afirmasi, self-talk, atau bentuk komunikasi internal yang bersifat mendukung dan memotivasi diri. Self-talk adalah ucapan dalam bentuk kata atau kalimat yang disampaikan di dalam pikiran sendiri untuk memberi motivasi, mengarahkan tindakan, atau menenangkan diri. (Januarumi et al.,

2025) Teknik ini membantu pemain mengalihkan fokus dari pikiran negatif menuju keyakinan diri yang lebih kuat, sehingga mereka dapat tampil lebih optimal selama latihan maupun pertandingan. Langkah awal yang paling penting dalam membangun kepercayaan diri adalah menyadari dan menerima bahwa setiap individu memiliki kelebihan serta kekurangannya sendiri. Siswa yang memiliki rasa percaya diri mampu memaksimalkan potensi yang dimilikinya untuk mencapai tujuan hidup yang ingin diwujudkan. (Putra & Apriani, 2025)

Di SMAN 17 Bandung, basket merupakan olahraga yang cukup menonjol dan banyak diminati. Meskipun demikian, beberapa pemain menunjukkan kecenderungan kepercayaan diri yang rendah, terutama saat menghadapi lawan yang lebih kuat atau pada situasi pertandingan yang penuh tekanan. Kurangnya pelatihan mental dalam program latihan harian menjadi salah satu faktor yang mungkin berkontribusi terhadap kondisi tersebut. Oleh karena itu, penggunaan bahasa positif dipandang sebagai pendekatan yang dapat diterapkan secara praktis dan konsisten untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri pemain basket di sekolah tersebut. Seseorang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi biasanya melihat dunia sebagai sesuatu yang bisa ia kendalikan, dan merasa dirinya mampu menghadapi berbagai situasi. Kebalikannya adalah rasa tidak percaya diri, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Ketidakpercayaan diri sendiri sering dianggap sebagai salah satu bentuk ketakutan yang paling ingin dihindari banyak orang. (Ilara & Mei, 2025) Dalam permainan basket, selain keterampilan teknik, komunikasi interpersonal juga memegang peran yang sangat penting, baik berupa komunikasi verbal maupun nonverbal. Komunikasi verbal adalah komunikasi yang menggunakan kata-kata, baik secara lisan maupun tulisan. Bentuk komunikasi ini merupakan jenis yang paling sering digunakan dalam interaksi manusia. Melalui kata-kata, seseorang dapat menyampaikan emosi, perasaan, gagasan, pemikiran, maupun maksud tertentu, membagikan informasi dan penjelasan, hingga bertukar pikiran, berdebat, atau menanggapi orang lain. (Zulkarnain, 2024)

Selain itu, pola komunikasi dalam sebuah tim berperan penting terhadap kondisi psikologis para pemain. Dukungan verbal yang diberikan antar anggota tim dapat membentuk lingkungan yang lebih positif dalam penerapan strategi permainan. Ungkapan yang bersifat mendorong dan menenangkan mampu meningkatkan motivasi, mengurangi kecemasan terhadap kemungkinan kegagalan, serta memperkuat kerja sama tim. Ketika pola komunikasi seperti ini diterapkan secara berkelanjutan, kepercayaan diri

pemain dapat meningkat secara bertahap. Peningkatan hasil belajar dapat dicapai melalui kerja sama dalam kelompok, di mana kemampuan komunikasi yang efektif memungkinkan pemain menyampaikan instruksi dan strategi yang diperlukan untuk membangun sinergi di dalam tim.(Kadek et al., 2025)

Peran pelatih juga menjadi aspek yang sangat menentukan dalam pengembangan mental atlet remaja. Pelatih yang memberikan arahan serta umpan balik dengan cara yang positif cenderung lebih berhasil dalam membantu pemain membangun rasa percaya diri. Ketika hubungan antara atlet dan pelatih tetap terjaga dengan baik selama proses perubahan, suasana latihan maupun pertandingan akan lebih nyaman dan efektif. Hubungan yang harmonis ini juga membawa pengaruh positif bagi tim secara keseluruhan.(Indarji, 2024) Lingkungan latihan yang memberikan dukungan memungkinkan pemain untuk berlatih, menghadapi kesalahan, serta memperbaiki kemampuan tanpa merasa terbebani. Kondisi ini sangat penting bagi pemain yang sedang berupaya mengembangkan kepercayaan diri. Melalui komunikasi interpersonal yang efektif, pelatih dapat memahami batas kemampuan setiap pemain, mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki, serta memberikan dukungan dalam membantu pemain menghadapi permasalahannya. Oleh sebab itu, komunikasi interpersonal yang baik diharapkan mampu membangun rasa saling percaya, keterbukaan, dan pemahaman antara pelatih dan pemain.(Abinaskholani & Nurrachmad, 2024)

Rendahnya kepercayaan diri pada pemain basket tingkat sekolah menunjukkan bahwa aspek psikologis merupakan bagian penting dari proses pembinaan olahraga. Banyak program latihan yang masih terfokus pada peningkatan kemampuan teknik dan fisik, sementara penguatan mental belum mendapatkan perhatian yang seimbang. Kesiapan mental menjadi bagian penting untuk mencapai performa optimal, kemampuan fisik yang prima, dan prestasi tinggi. Menjelang maupun selama pertandingan, atlet kerap mengalami kondisi mental tertentu, seperti kecemasan dan perubahan tingkat kepercayaan diri. Dalam setiap cabang olahraga, termasuk bola basket, aspek psikologis terutama rasa percaya diri sangat diperlukan untuk mendukung performa atlet saat bertanding. Rasa percaya diri membantu atlet menampilkan kemampuan terbaiknya sehingga dapat mendorong pencapaian prestasi. Untuk bisa berprestasi, atlet perlu meyakini potensi dirinya dan percaya pada kemampuan yang dimilikinya.(Mukhtarsyaf et al., 2022) Oleh karena itu, penelitian mengenai penerapan bahasa positif di sekolah seperti SMAN 17 Bandung menjadi penting untuk memberikan pemahaman mengenai

metode praktis yang dapat digunakan untuk meningkatkan performa serta perkembangan mental atlet remaja. Prestasi yang optimal dapat dicapai melalui proses pelatihan dan pembinaan yang dilakukan secara tepat serta didukung oleh usaha sungguh-sungguh dari seorang atlet. Salah satu cara untuk meningkatkan prestasi adalah melalui program latihan yang sistematis, dilakukan secara berulang dan terukur, serta melibatkan berbagai disiplin ilmu dan teknologi. Latihan tersebut mencakup prinsip serta aspek-aspek penting seperti fisik, teknik, dan mental. (Iskandar & Rismayadi, 2019)

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam pengaruh penggunaan bahasa positif terhadap kepercayaan diri pemain basket. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami fenomena secara natural berdasarkan pengalaman dan persepsi subjek penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain basket yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMAN 17 Bandung. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu seperti tingkat keaktifan dalam latihan dan keterlibatan dalam pertandingan.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner berbentuk Google Form yang berisi pernyataan-pernyataan terkait penggunaan bahasa positif dan kepercayaan diri pemain basket. Kuesioner disusun menggunakan skala Likert dengan lima pilihan respons untuk menggali persepsi serta pengalaman responden secara sistematis. Penggunaan Google Form dipilih agar pengumpulan data lebih efektif, terstruktur, dan mudah dianalisis.

Teknik analisis data dilakukan melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner dianalisis secara kualitatif dengan mengidentifikasi pola, kecenderungan, serta hubungan antara penggunaan bahasa positif dan tingkat kepercayaan diri pemain.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berdasarkan hasil dari 10 responden, terlihat bahwa bahasa positif yang diberikan pelatih maupun rekan setim memiliki pengaruh besar terhadap kepercayaan diri pemain basket. Hampir seluruh responden (70–100%) memberikan jawaban Setuju hingga Sangat Setuju pada setiap pernyataan.

Tabel. 1. Hasil Responden

No	Pernyataan	SS	S	TS	TSS	Total
1.	Penggunaan Bahasa positif oleh pelatih saat memberikan arahan	7	3	0	0	10
2.	Penggunaan Bahasa positif oleh pelatih membuat lebih percaya diri saat berlatih	8	2	0	0	10
3.	Dukungan dari teman satu tim dengan kata-kata positif	5	4	1	0	10
4.	Dukungan sebelum Latihan/pertandingan membuat lebih tenang	5	4	1	0	10
5.	Penggunaan Bahasa positif membuat lebih fokus pada saat latihan/pertandingan	5	5	0	0	10
6.	Kata-kata penyemangat dapat meningkatkan perfoma	4	6	0	0	10
7.	Dengan komunikasi positif dapat membuat lingkungan terasa nyaman saat bermain	7	3	0	0	10
8.	Penggunaan Bahasa positif dapat membantu mengurangi rasa takut saat membuat kesalahan	4	6	0	0	10
9.	Penggunaan kata-kata membangun oleh pelatih dapat lebih termotivasi	4	6	0	0	10
10.	Penggunaan Bahasa positif membuat lebih berani mengambil keputusan di lapangan	4	6	0	0	10
11.	Saya merasa dihargai ketika pelatih/teman tim menggunakan bahasa positif	8	2	0	0	10
12.	Komunikasi positif berpengaruh besar pada kepercayaan diri	6	4	0	0	10
13.	Bahasa positif membantu mengatasi tekanan saat bertanding	5	5	0	0	10
14.	Saya lebih percaya diri ketika suasana tim penuh ucapan penyemangat	7	2	1	0	10

Keterangan :

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

TSS = Tidak Sangat Setuju

Pelatih dinilai kerap menggunakan bahasa positif (70% memilih Sangat Setuju dan 30% Setuju), dan hal tersebut berdampak pada meningkatnya rasa percaya diri pemain (80% Sangat Setuju; 20% Setuju). Dukungan verbal dari rekan setim juga sangat dominan, terlihat dari 90% responden yang mengakui sering menerima kata-kata positif saat latihan ataupun bertanding.

Penggunaan bahasa positif terbukti membuat pemain merasa lebih tenang (90% Setuju/Sangat Setuju), lebih fokus (100% Setuju/Sangat Setuju), serta merasakan peningkatan performa (100% Setuju/Sangat Setuju). Selain itu, suasana komunikasi yang positif dalam tim menciptakan rasa nyaman (100% Setuju/Sangat Setuju) dan membantu mengurangi kekhawatiran saat melakukan kesalahan (100% Setuju/Sangat Setuju).

Motivasi pemain juga meningkat ketika pelatih memberikan ucapan yang membangun (100% Setuju/Sangat Setuju), yang kemudian membuat mereka lebih percaya diri dalam mengambil keputusan di lapangan (100% Setuju/Sangat Setuju). Para responden turut menyampaikan bahwa bahasa positif membuat mereka merasa dihargai (100% Setuju/Sangat Setuju), dan secara keseluruhan, komunikasi positif dalam tim berperan besar dalam meningkatkan kepercayaan diri pemain.

## **Pembahasan**

Data memperlihatkan pola yang stabil: penggunaan bahasa positif memberikan pengaruh besar pada aspek psikologis para pemain basket. Sebagian besar responden mengakui bahwa pujian, arahan yang bersifat membangun, serta dukungan verbal dari pelatih maupun rekan satu tim mampu meningkatkan kepercayaan diri mereka. Dengan kata lain, psikolog olahraga maupun pelatih dapat mendukung perkembangan tim dengan menerapkan gaya komunikasi dan pendekatan yang lebih optimis. Sikap tersebut berperan dalam membangun suasana tim yang positif serta mendorong peningkatan performa para pemain. (Atlet, 2010)

Hasil ini sesuai dengan konsep komunikasi interpersonal dalam olahraga yang menjelaskan bahwa bahasa positif dapat meningkatkan motivasi, konsentrasi, dan *self-efficacy* atau keyakinan individu terhadap kemampuannya. Dalam lingkungan tim basket, pemain merasa lebih aman dan nyaman ketika mendapatkan dukungan verbal, sehingga kecemasan berkurang dan keberanian dalam mengambil keputusan semakin meningkat. Dalam membangun tim bola basket yang berhasil, diperlukan pembentukan budaya tim

yang positif. Lingkungan tim yang sehat mendorong rasa kebersamaan serta saling mendukung antarpemain. Ketika siswa merasa menjadi bagian dari suatu kelompok yang kuat, komitmen mereka untuk berlatih dan memberikan kontribusi juga meningkat. Kondisi ini turut membantu mengurangi kecemasan, karena mereka menyadari bahwa dukungan dari rekan setim selalu ada.(Putra & Apriani, 2025)

Data juga menunjukkan bahwa bahasa positif tidak hanya memengaruhi emosi, tetapi juga cara pemain menilai performanya sendiri. Mereka merasa lebih fokus dan lebih siap menjalani latihan maupun pertandingan. Kepercayaan diri menjadi salah satu komponen mental yang krusial bagi seorang atlet agar performanya tidak goyah saat bertanding. Rasa percaya diri ini berfungsi sebagai fondasi prestasi, dan terbentuk dari persepsi atlet terhadap dirinya sendiri, bukan hanya dari pengalaman langsung di lapangan. Dalam konteks pertandingan, persepsi tersebut bisa terpengaruh oleh dialog batin atau self-talk. Teknik self-talk berupa pemberian afirmasi positif kepada diri sendiri untuk membangun pola pikir yang lebih termotivasi dan memperkuat rasa percaya diri.(Putri & Haryono, n.d.) Hal ini sejalan dengan prinsip psikologi olahraga yang menyebutkan bahwa kondisi emosional yang stabil berdampak langsung pada performa fisik. Pelatih dan manajer menjelaskan bahwa mereka memotivasi pemain melalui komunikasi yang berisi pesan-pesan positif, termasuk masukan dan saran yang membangun. Hal ini sejalan dengan pandangan para pemain yang menyebut bahwa pelatih mampu memberikan dorongan melalui ungkapan-ungkapan positif yang meningkatkan semangat sekaligus membantu menyusun strategi untuk pertandingan berikutnya.(Topo Adi Saputro, Agus Naryoso, n.d., 2024)

Minimnya respon negatif dari peserta survei menunjukkan bahwa budaya komunikasi positif dalam tim sudah terbentuk dengan baik. Kondisi ini mencerminkan adanya lingkungan psikologis yang mendukung, yang pada akhirnya membantu meningkatkan performa individu dan kualitas kerja sama tim. Keberhasilan sebuah tim ditentukan oleh banyak hal, termasuk kualitas komunikasi dan cara pemimpinnya memimpin. Kepemimpinan yang baik muncul ketika seorang pemimpin mampu membangun suasana kerja yang positif, sehingga anggota tim merasa dihargai, didengarkan, dan terdorong untuk memberikan usaha terbaik mereka.(Kase et al., 2025)

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan temuan dari 10 responden, dapat disimpulkan bahwa bahasa positif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kepercayaan diri pemain basket. Sebagian besar responden memberikan jawaban Setuju hingga Sangat Setuju pada seluruh item, menunjukkan bahwa komunikasi yang bersifat positif dari pelatih maupun rekan setim berkontribusi besar dalam menciptakan kondisi psikologis yang mendukung. Penggunaan bahasa positif membuat pemain lebih fokus, termotivasi, tenang, dan lebih percaya diri dalam mengambil keputusan di lapangan. Suasana komunikasi yang baik juga membantu menurunkan kecemasan serta mengurangi ketakutan akan kesalahan. Secara keseluruhan, bahasa positif menjadi elemen penting yang mampu meningkatkan kepercayaan diri serta performa para pemain. Komunikasi antarmanusia yang berjalan mulus jadi pondasi utama munculnya budaya tim yang sehat, dan budaya itu nanti berperan besar dalam membantu organisasi mencapai targetnya. Prestasi sebuah organisasi olahraga bukan cuma lahir dari kemampuan teknis, tetapi juga dari seberapa kuat dan berkualitas hubungan antarindividu. Ketika interaksi berjalan hangat dan efektif, seluruh proses menuju prestasi jadi jauh lebih solid dan berarah. (Aprilianti & Suryawati, 2025)

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abinaskholani, R., & Nurrachmad, L. (2024). *Komunikasi Interpersonal Manajemen , Pelatih , dan Atlet Bolabasket Putri dalam Meningkatkan Motivasi Berprestasi*. 14(5), 344–350.
- Aprilianti, Y., & Suryawati, I. (2025). *Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Arung Jeram Jakarta Pada PON XXI Aceh Sumatera Utara*. 7, 111–121.
- Atlet, P. (2010). *Penerapan Psikologi Dalam Meningkatkan Penampilan Atlet Komarudin*. 2(2), 65–76.
- Ilara, J., & Mei, V. N. (2025). *Available online at*. 16(2), 1–9.
- Indarji, M. K. A. (2024). *Dalam Menghadapi Situasi Perubahan Dan Tantangan*. 2(3), 739–745.
- Iskandar, F. A., & Rismayadi, A. (2019). *Jurnal Kepeleatihan Olahraga , Universitas Pendidikan Indonesia Penerapan Latihan Media Bosu Ball terhadap Peningkatan Keseimbangan Atlet Bolabasket*. 51–58.
- Januarumi, F., Wijaya, M., Surabaya, U. N., Diri, K., & Silat, P. (2025). *JPO : Jurnal Prestasi Olahraga*. 843–846.
- Kadek, N., Damayanti, N., Agus, I. P., Hita, D., Bagus, I., & Jaya, G. (2025). *Implementasi Model Pembelajaran Tipe STAD Terhadap Hasil Belajar Passing Bola Basket : Kajian Studi Literatur*. 2019, 720–725.

- Kase, C. A., Ngelung, M. E., Wellem, T. P. P., Afrona, E. L., & Nayoan, C. R. (2025). *Peran Komunikasi dan Kepemimpinan dalam Meningkatkan Efektivitas Kerja Tim*. 2(1), 173–179.
- Keolahragaan, J. I. (2024). *JOKER*. 5(1), 1–9.
- Mukhtarsyaf, F., Priambodo, A., Iqbal, R., & Sabillah, M. I. (2022). *Pentingnya kepercayaan diri atlet bola basket : Studi literature review The importance of basketball athletes ' self-confidence : A literature review study*. 18(3), 70–76.
- Putra, D. A., & Apriani, L. (2025). *Tingkat Percaya Diri Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Babussalam Pekanbaru*. 03(02), 81–87.
- Putri, A. A., & Haryono, S. (n.d.). *Efektivitas Latihan Teknik Self-Talk terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Melakukan Passing Bawah*. 5(4), 4525–4532.
- Studi, P., Kepelatihan, P., & Pendidikan, F. (2025). *Efektivitas Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Atlet Bola Basket Effectiveness Of Cognitive Restructuring On Basketball Athletes ' Self-Confidence*. 23(2), 159–164.
- Topo Adi Saputro, Agus Naryoso, T. R. (n.d.). *Komunikasi Antar Pribadi Atlet Dalam Pemeliharaan Hubungan Pada Tim Olahraga Basket Pon Jawa Tengah*.
- Zulkarnain, M. D. (2024). *Dinamika Komunikasi Interpersonal dan Pengaruhnya terhadap Pengembangan Pemain Muda dalam Tim Basket SMAN 1 Medan*. 5(2), 831–846.