

DAFTAR PUSTAKA

- Adhitya, N. P. P. (2025). *Efektivitas Pemberian Intervensi Mental Imajeri Berbasis Pettlep Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Atlet Softball*. Universitas Indonesia.
- Agustan, B., & Rojikin, M. (2021). Mental Imagery: Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Physical Activity Journal*, 3(1), 91. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.3.1.4902>
- Anam, M. K., & Syafii, I. (2022). Pengaruh Latihan Plyometric dalam Meningkatkan Power Tungkai Siswa Kelompok Usia 14-16 Tahun di Surabaya Soccer Academy (SSA). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(6), 66–71
- Aryani, L. (2015). Kecemasan Kompetitif pada Atlet: Telaah Teoritis Berdasarkan Model Martens. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(2), 45-55.
- Arib, M. F., Rahayu, M. S., Sidorj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Experimental Research Dalam Penelitian Pendidikan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 5497–5511.
- Arikunto, S. 2013. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Asman, A. (2021). Sumber Data, Populasi dan Sampel Penelitian Hukum Islam. *Artikel*.
- Cox, A. C., & Fallowfield, L. J. (2007). After going through chemotherapy I can't see another needle. *European Journal of Oncology Nursing*, 11(1), 43–48.
- Eko Nopiyanto, Y., Alexon, A., Raibowo, S., Prabowo, A., Ilahi, B. R., Widodo, L., Studi, P., Jasmani, P., Keguruan, F., & Ilmu, D. (2022). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Kepercayaan Diri Atlet The Effect of Imagery Training on Athletes' Confidence. *Patriot*, 4, 110. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot>
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Latinjak, A., & Theodorakis, Y. (2019). Percakapan diri dan kinerja olahraga: Sebuah meta-analisis. *Perspektif tentang Ilmu Psikologi*, 14 (2), 348–356.
- Hadian, A. M., Komarudin, K., Saputra, M. Y., & Novian, G. (2024). Penerapan Latihan Mental Imagery MG-M terhadap Kepercayaan Diri Atlet Pencak Silat Remaja. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(4), 223–229.

- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Hilyati, I., Hakim, L., & Yulaini, E. (2023). Pengaruh Metode Pembelajaran Outdoor Study Terhadap Hasil Belajar IPA Di SD Negeri 232 Palembang.
- Holmes, PS, & Collins, DJ (2001). Pendekatan PETTTLEP terhadap imajinasi motorik: Model kesetaraan fungsional untuk psikolog olahraga. *Jurnal Psikologi Olahraga Terapan*, 13(1), 6083. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(1), 2023. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP>
- Iacono, A. Dello, Ashcroft, K., & Zubac, D. (2021). *Ain't Just Imagination! Effects of Motor Imagery Training on Strength and Power Performance of Athletes During Detraining*. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 53(11), 2324–2332. <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000002706>
- Ika Putri, Y. (2007). *Hubungan antara intimasi pelatih-atlet dengan kecemasan bertanding pada atlet ikatan pencak silat Indonesia (IPSI) Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Komarudin, M. P., Saputra, M. Y., Awwaludin, P. N., Febrianty, M. F., & Novian, G. (2024). *Model Latihan Kognisi Dalam Olahraga*. Indonesia Emas Group.
- Kurzanov, A. N. (2016). Bio-Informational Aspects In Organization Of Functional Reserves Of Organism From The Point Of The Theory Of Functional Systems. *Kuban Scientific Medical Bulletin*, 6(5), 80–84
- LUF SYIE, A., Stephani, Y., & AWANG, R. E. (2019). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Atas Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas Xa Sma Negeri 1 Beduai Kabupaten Sanggau. Ikip Pgri Pontianak.
- Lynn, R. (2013). Attention, arousal and the orientation reaction: International series of monographs in experimental psychology (Vol. 3). Elsevier.
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). Competitive anxiety in sport.
- MELISA, A. (2024). Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Pada Atlit Putri Natuna Boy's Club (Nbc) Kecamatan Bunguran Barat Kabupaten Natuna Kepulauan Riau. Ikip Pgri Pontianak.
- Mylsidayu, A., Tangkudung, J., Hanif, A. S., & Babang, V. M. M. F. (2014). Alphabet Circuit as a Child's Physical Activity. *Journal of Turkish Science Education*, 11(1), 3–23.

- Nurhadi, M. D. A., Sembiring, D. A., & Dewi, R. R. K. (2023). Pengaruh Tingkat Kecemasan dan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Tangan (handball) Universitas Singaperbangsa Karawang. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 119. <https://doi.org/10.25157/jkor.v9i2.12584>
- Qennes, D., & Sulastio, A. (2024). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Penurunan Kecemasan Bertanding Klub Futsal Keramat FC. *Journal Sport Science Indonesia*, 4(1), 24–38.
- Rahmat, D. (2018). Pengaruh Pembelajaran Passing Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli. *JUARA: Jurnal Olahraga*.
- Rohmansyah, N. A. (2017). Kecemasan dalam olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 3(1).
- Romano-Smith, S., Wood, G., Wright, D. J., & Wakefield, C. (2018). *Simultaneous and Alternate Action Observation and Motor Imagery Combinations Improve Aiming Performance. Psychology of Sport and Exercise*, 38, 100–106. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.06.003>
- Samosir, M. T., & Ismayuni, T. U. (2023). Pengaruh fasilitas dan promosi terhadap minat pengunjung di Pantai Bali Lestari Kabupaten Serdang Bedagai. *Gema Wiralodra*, 14(1), 271–279. <https://doi.org/10.31943/gw.v14i1.365>
- Slimani, M., Bragazzi, NL, Znazen, H., Paravlic, A., Azaiez, F., & Tod, D. (2022). Pelatihan imajinasi mental dan pengurangan kecemasan pada atlet muda: Tinjauan sistematis. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat*, 19 (3), 1452.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sukartidana, I. N., & Syahroni, M. (2025). Pengaruh Latihan Imagery terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri dan Konsentrasi Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli di SMPN 2 Gunungsari. *Journal Sport Science, Health and Tourism of Mandalika (Jontak)*, 6(1), 72–82.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*.

- Sujarwo, S. (2020). Kontribusi Kemampuan Block dan Defense pada Cabang Olahraga Bolavoli. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 12(1), 25–30.
- Tawakal, I. (2020). *Buku Jago Bola Voli*. Ilmu Cemerlang Group.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human kinetics