PROCEEDINGS CONFERENCE SISI INDONESIA III
Tut Wuri Handayani: Development of Education, Science and Technology, and Humanity for the Progress of the Indonesian People
https://conference.sinesia.id/ncrcs-sinesia | E-ISSN: 3110-1062 |
https://doi.org/10.69836/ncrcs-sinesia

Dukungan Sosial terhadap Motivasi Belajar Siswa Atlet: Systematic Literature Review

Systematic Literature Review: The Role of Social Support in Student-Athletes' Learning Motivation

Annisa Nur Afilla
annisa.23285@mhs.unesa.ac.id
Universitas Negeri Surabaya, East Java, Indonesia

Info Article
Submitted: 1 April 2026 | **Revised**: 10 May 2026 | **Accepted**: 14 May 2026
How to cite: Annisa Nur Afilla, "Dukungan Sosial terhadap Motivasi Belajar Siswa Atlet: Systematic Literature Review", *Proceedings Conference Sisi Indonesia III*, 2026, P. 424-435.

ABSTRACT

Student-athletes face simultaneous academic and athletic demands that may impact their learning motivation. Although extensive research has been conducted on social support for student-athletes, the findings remain fragmented and lack a clear synthesis regarding the most influential forms of social support on their learning motivation. This study aims to analyze the role of social support in student-athletes' learning motivation using a Systematic Literature Review (SLR) approach based on the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. Literature was sourced from Google Scholar, Scopus, and Web of Science databases, covering publications from 2016 to 2026. From 75 initially identified articles, only 8 met the inclusion criteria and were subjected to in-depth analysis. The review findings indicate that social support positively influences student-athletes' learning motivation, particularly in enhancing self-confidence, academic persistence, and the ability to manage academic and athletic demands. The synthesis reveals that emotional support from parents and peers is the most consistent factor in boosting intrinsic motivation among student-athletes, while instrumental support from teachers and coaches contributes to learning discipline and academic achievement. In conclusion, social support is a critical factor in sustaining and enhancing student-athletes' learning motivation and academic success.

Keyword: *Social support, Learning motivation, Student-athletes.*

ABSTRAK

Siswa atlet dihadapkan pada tuntutan akademik dan olahraga secara simultan yang berpotensi memengaruhi motivasi belajar mereka. Walaupun penelitian tentang dukungan sosial bagi siswa atlet telah dilakukan secara ekstensif, temuan-temuannya masih terfragmentasi dan belum menyajikan sintesis yang komprehensif terkait bentuk dukungan sosial yang paling efektif dalam memengaruhi motivasi belajar siswa atlet. Penelitian ini bertujuan menganalisis peran dukungan sosial terhadap motivasi belajar siswa atlet menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) berdasarkan pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Literatur diperoleh dari basis data Google Scholar, Scopus, dan Web of Science dengan rentang publikasi 2016–2026. Dari 75 literatur yang teridentifikasi pada tahap pencarian awal, hanya 8 literatur yang memenuhi kriteria inklusi dan dijadikan objek analisis. Hasil kajian mengindikasikan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa atlet, khususnya dalam memperkuat kepercayaan diri, ketekunan akademik, serta kemampuan mengelola beban akademik dan olahraga. Sintesis literatur mengungkap bahwa dukungan emosional dari orang tua dan rekan sebaya merupakan faktor paling konsisten dalam meningkatkan motivasi intrinsik siswa atlet, sementara dukungan instrumental dari guru dan pelatih mendukung disiplin belajar serta prestasi akademik. Kesimpulannya, dukungan sosial menjadi faktor krusial dalam mempertahankan dan meningkatkan motivasi belajar siswa atlet serta keberhasilan akademik mereka.

This work is licensed under CC BY-SA 4.0

Kata Kunci: *Dukungan sosial, Motivasi belajar, Siswa atlet.*

Pendahuluan

Fenomena siswa yang memikul peran ganda sebagai pelajar dan atlet semakin meluas seiring maraknya program pendidikan berorientasi olahraga serta berbagai kompetisi akademik dan non-akademik di seluruh jenjang pendidikan (Stambulova et al., 2021). Pada konteks tersebut, siswa atlet diwajibkan mengatur dua beban utama secara bersamaan, yakni pencapaian akademik di sekolah dan prestasi olahraga yang prima.

Beban ganda ini menciptakan tekanan waktu, fisik, dan psikologis yang berat. Pembatasan waktu belajar karena latihan yang ketat serta kelelahan fisik berisiko menghambat proses pembelajaran akademik siswa atlet (Athaullah & Ilmi, 2026). Situasi ini mengindikasikan bahwa peran ganda dapat mengganggu keseimbangan akademik dan kemajuan belajar siswa.

Dari tinjauan psikologis, tekanan akibat tuntutan akademik dan olahraga berpotensi memperbesar risiko stres akademik, serta kemerosotan motivasi belajar jika tidak diperkuat oleh faktor pelindung yang cukup (Zulkarnain, 2025). Dalam bingkai ini, motivasi belajar dianggap sebagai elemen krusial yang membentuk ketangguhan siswa atlet terhadap beban *dual career*.

Secara teoretis, dukungan sosial menjadi faktor pelindung utama terhadap tekanan psikologis. Dukungan sosial mencakup aspek emosional, instrumental, informasional, dan apresiatif yang diberikan oleh orang tua, guru, pelatih, serta rekan sebaya (Taylor et al., 2004). Menurut model *stress-buffering*, dukungan sosial bertindak sebagai perisai stres yang mampu memperkuat kepercayaan diri dan ketekunan belajar siswa (Sari & Handayani, 2019).

Sejumlah studi empiris mengonfirmasi adanya korelasi positif antara dukungan sosial dan motivasi belajar siswa, yang tercermin dalam peningkatan kepercayaan diri, ketekunan belajar, serta prestasi akademik (Pramana & Wilani, 2018). Meski demikian, mayoritas penelitian tersebut masih terpusat pada siswa konvensional dan belum secara khusus meneliti dinamika siswa atlet dalam situasi *dual career*.

Walaupun banyak penelitian membuktikan hubungan positif dukungan sosial dengan motivasi belajar, literatur yang ada masih terpecah-pecah dan belum menyediakan sintesis menyeluruh dalam ranah siswa atlet. Kebanyakan studi memisahkan pemeriksaan antara siswa umum dan atlet, sehingga gagal menangkap ciri khas dinamika siswa atlet yang menanggung peran ganda. Di samping itu, analisis jenis dukungan sosial sering kali bersifat terisolasi, sehingga belum mengungkap cara berbagai sumber dukungan berinteraksi secara serempak untuk memengaruhi motivasi belajar. Selanjutnya, belum ada kesepakatan mengenai jenis dukungan sosial yang paling berpengaruh dalam meningkatkan

motivasi belajar siswa atlet. Hal ini mencerminkan celah penelitian, yaitu minimnya sintesis melalui *systematic literature review* yang menggabungkan temuan secara komprehensif dalam bidang pendidikan dan olahraga.

Atas dasar celah tersebut, dibutuhkan penelitian yang mengintegrasikan temuan secara metodis. Karenanya, penelitian ini menerapkan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) guna mensintesis bukti empiris tentang peran dukungan sosial terhadap motivasi belajar siswa atlet, sekaligus mengidentifikasi bentuk dukungan sosial paling efektif dalam konteks *dual career*. Penelitian ini diantisipasi memperkokoh fondasi teoritis dan menyediakan rekomendasi praktis bagi sekolah, pelatih, serta orang tua dalam mempertahankan motivasi belajar siswa atlet.

Metode Penelitian

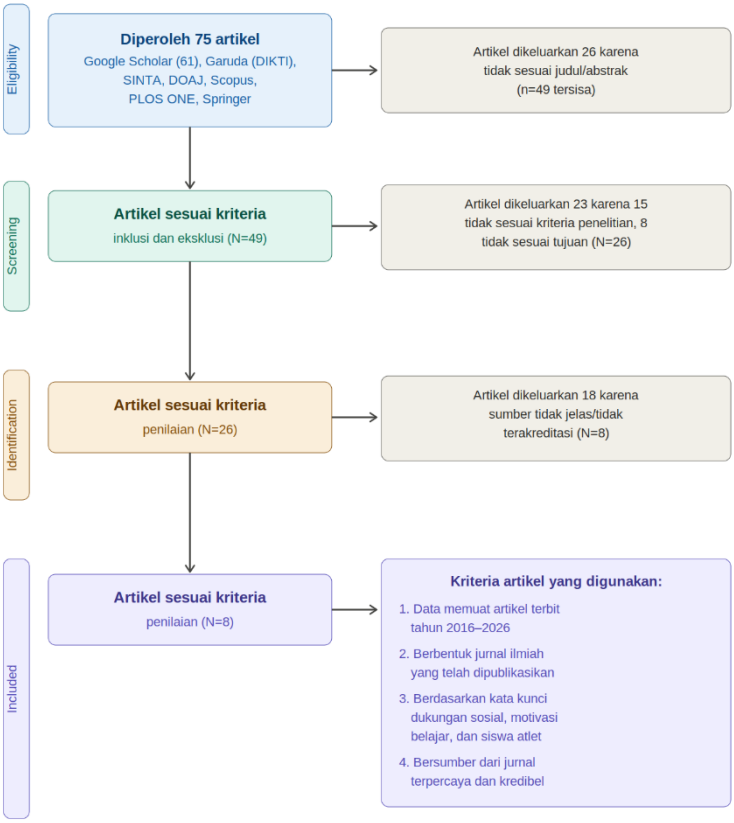
Penelitian ini menerapkan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) guna mengidentifikasi, menilai, dan mensintesis hasil penelitian sebelumnya mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi belajar siswa atlet. Metode ini dilaksanakan secara terstruktur untuk mengurangi bias pemilihan serta menghasilkan sintesis yang kredibel secara ilmiah (Bettany-Saltikov & McSherry, 2024).

Data primer diperoleh dari beragam basis data ilmiah, yakni Google Scholar, Scopus, ScienceDirect, Springer, DOAJ, SINTA, PLOS ONE, dan Garuda (DIKTI). Pencarian literatur dibatasi pada publikasi periode 2016–2026 demi menjamin keterkaitan dengan isu kontemporer. Kata kunci dalam Bahasa Indonesia mencakup "dukungan sosial", "motivasi belajar", dan "siswa atlet", sementara dalam Bahasa Inggris digunakan "social support", "learning motivation", serta "student-athletes". Hasil pencarian yang sudah dilakukan kemudian dicatat dan akan dilakukan seleksi lebih lanjut. Dalam pencarian artikel memuat kriteria seperti tabel 1.

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

No.	Kriteria	Penjelasan
1.	Inklusi	1. Data yang tercantum memuat artikel yang diterbitkan berkisar tahun 2017-2026 2. Data memuat artikel berbentuk jurnal ilmiah yang telah dipublikasikan 3. Artikel berdasarkan kata kunci yaitu dukungan sosial, motivasi belajar, siswa atlet 4. Artikel yang dicantumkan berasal dari sumber yang terpercaya dan memiliki kredibilitas yang baik
2.	Eksklusi	1. Artikel tidak sesuai dengan rentang tahun 2017-2026 2. Artikel bukan dalam bentuk jurnal ilmiah (buku/skripsi/tesis) 3. Data memuat artikel yang tidak lengkap 4. Sumber artikel tidak kredibel

Artikel dapat dianalisis menggunakan model PRISMA 2020 seperti diagram yang terlampir dalam Gambar 1.



Gambar 1. Diagram Systematic Literature Review
(Sumber gambar: Dirangkai berdasakan PRISMA 2020)

Proses pemilihan literatur mengikuti alur PRISMA yang terbagi menjadi empat fase utama: identifikasi, penyaringan (*screening*), kelayakan (*eligibility*), dan inklusi. Pada fase identifikasi, ditemukan 75 artikel dari semua database. Artikel-artikel tersebut selanjutnya disaring berdasarkan judul dan abstrak untuk mengevaluasi kesesuaian dengan variabel penelitian.

Di fase *screening*, 26 artikel disingkirkan karena tidak relevan dengan keterkaitan dukungan sosial dan motivasi belajar, sehingga menyisakan 49 artikel. Kemudian, pada fase *eligibility*, 23 artikel dieksklusi karena tidak memenuhi kriteria inklusi, seperti di luar rentang tahun 2016–2026, bukan jurnal ilmiah (contohnya skripsi, tesis, atau buku), serta tidak secara spesifik membahas siswa atlet. Tambahan lagi, sebagian artikel tidak mengupas hubungan langsung antar variabel yang diteliti, sehingga tidak selaras dengan tujuan penelitian.

Fase penilaian terakhir dilakukan pada 26 artikel sisa melalui pemeriksaan mendalam terhadap kualitas dan keabsahan sumber. Sebanyak 18 artikel ditolak karena gagal memenuhi kriteria kualitas, misalnya tidak memiliki DOI atau ISSN

yang sah, tidak terindeks di basis data terkemuka (DOAJ atau SINTA), serta tidak tersedia dalam format *full-text*. Akhirnya, hanya 8 artikel yang lolos semua kriteria inklusi dan dianggap layak untuk analisis lanjutan.

Analisis data dilaksanakan dengan metode *thematic synthesis*, yaitu mengklasifikasikan temuan berdasarkan tema dominan, seperti jenis dukungan sosial (emosional, instrumental, informasional), serta efeknya terhadap motivasi belajar siswa atlet. Sintesis hasil kemudian dimanfaatkan untuk mengungkap pola interaksi antar variabel dan merumuskan kesimpulan secara holistik.

Hasil dan pembahasan

Berdasarkan temuan yang telah dianalisis, maka yang menjadi hasil penelitian mencakup dua poin yaitu, dukungan sosial berperan signifikan dalam meningkatkan motivasi belajar siswa atlet, dan sumber dukungan sosial yang paling berpengaruh berasal dari orang tua, pelatih, maupun teman sebaya dengan tingkat efektivitas yang berbeda-beda tergantung pada karakteristik siswa. Berikut ini data-data hasil penelitian yang telah peneliti paparkan dalam bentuk tabel 1.

Tabel 2. Artikel yang Menjadi Data Hasil Penelitian

No	Penulis, (tahun)	Judul	Metode	Hasil Penelitian
1.	Athaullah & 'Ilmi (2026)	Dukungan Sosial Sebagai Sumber Motivasi Belajar: Studi Fenomenologi pada Siswa Kelas Khusus Olahraga	Kualitatif	Dukungan sosial dimaknai dalam lima bentuk: emosional, instrumental, informasional, penghargaan, dan jaringan sosial. Kelima bentuk ini melahirkan empat pola motivasi belajar pada siswa atlet SMA.
2.	Hiesan, A. N., & Silviah, R. (2025)	The Influence of the Sport Education Learning Model, Sports Motivation, and Social Support on Students' Mental Health	Kualitatif	Kesehatan mental siswa mempengaruhi model pembelajaran pendidikan olahraga, motivasi olahraga, dan dukungan sosial. Ketiga variabel ini secara timbal balik mempengaruhi kesehatan mental siswa.
3.	Irdyandiwa, D., Indahwati, N., & Priambodo, A. (2023)	Identification of Factors Causing Student Athlete Burnout of SMA Negeri 15 Surabaya	Kuantitatif	Dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap burnout, namun motivasi memiliki pengaruh signifikan terhadap burnout. Motivasi adalah variabel paling dominan yang memengaruhi burnout siswa atlet.

4.	Peng, B., Chen, W., Wang, H., & Yu, T. (2025)	From Physical Self-Esteem to Sports Participation: The Mediating Role of Exercise Motivation and Social Support in Adolescents	Kuantitatif	Harga diri fisik mempengaruhi partisipasi olahraga melalui dua jalur mediasi: motivasi olahraga dan dukungan sosial. Dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan partisipasi olahraga remaja.
5.	Prasetiyo, R., & Yunarta, A. (2023)	Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Motivasi Berprestasi Akademik dan Olahraga pada Atlet	Kuantitatif	Dukungan sosial orang tua, pelatih, dan teman sebaya berpengaruh terhadap motivasi berprestasi akademik dan olahraga. Dukungan orang tua menunjukkan pengaruh paling signifikan.
6.	Putri, E. P. (2019)	Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua, Pelatih dan Teman dengan Motivasi Berprestasi Akademik dan Olahraga pada Mahasiswa Atlet Basket	Kuantitatif	Ada hubungan antara dukungan sosial orang tua, pelatih, dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan olahraga. Dukungan teman paling berkaitan erat dengan motivasi berprestasi olahraga.
7.	Mandan, A., Tomoliyus, Alim, A., Sukamti, E. R., Fauzi, Hariono, A., & Prabowo, T. A. (2024)	The Impact of Service Quality, Family Support, and Coach-Athlete Intimacy on the Achievement Performance of Student-Athletes through Motivation as a Mediator	Kuantitatif	Motivasi berperan sebagai mediator signifikan antara dukungan keluarga dengan prestasi siswa atlet. Sembilan dari sepuluh hipotesis menunjukkan efek signifikan.

Sintesis dari delapan studi mengungkap bahwa dukungan sosial memainkan peran krusial dalam membentuk motivasi belajar siswa atlet, meskipun pengaruhnya tidak bersifat langsung atau linier. Sebaliknya, dukungan sosial beroperasi melalui jalur psikologis yang rumit, yang dimoderasi oleh faktor internal seperti motivasi, kesehatan mental, dan persepsi diri. Temuan ini menekankan bahwa dukungan sosial lebih tepat dilihat sebagai faktor pendukung kontekstual

yang memperbesar dampak, bukan sebagai penentu tunggal motivasi belajar siswa atlet.

Dari aspek jenis dukungan, terdapat kesepakatan di antara studi bahwa dukungan sosial melampaui dimensi instrumental saja, melainkan mencakup elemen emosional, informasional, apresiatif, dan relasional. Athaullah dan Ilmi (2026) menyoroti bahwa kelima dimensi tersebut saling terkait dan menghasilkan pola motivasi belajar yang beragam pada siswa atlet. Hal ini menyiratkan bahwa dukungan sosial bersifat multidimensi dan tidak boleh disederhanakan menjadi satu jenis semata, sehingga pendekatan terbatas pada studi sebelumnya kurang cukup untuk mengurai kerumitan fenomena siswa atlet.

Meskipun begitu, tidak seluruh penelitian menemukan efek langsung dukungan sosial terhadap variabel negatif seperti *burnout*. Irdyandiwa et al. (2023) menyimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berdampak signifikan terhadap *burnout*, sedangkan motivasi intrinsik menjadi prediktor dominan. Bukti ini menguatkan pandangan bahwa pengaruh dukungan sosial bersifat tidak langsung dan sangat tergantung pada kondisi psikologis pribadi. Artinya, dukungan sosial cenderung efektif hanya jika individu memiliki tingkat motivasi dan pengendalian diri yang memadai.

Hubungan tersebut semakin terang benderang melalui hasil Mandan et al. (2024) dan Peng et al. (2025), yang mengindikasikan motivasi sebagai variabel mediasi antara dukungan sosial dan outcome akhir seperti prestasi atau keterlibatan. Sintesis kedua studi ini menegaskan bahwa dukungan sosial tidak bertindak langsung, melainkan melalui penguatan motivasi sebagai jalur psikologis utama. Oleh karena itu, motivasi dapat ditempatkan sebagai elemen sentral dalam model keterkaitan dukungan sosial dan hasil siswa atlet.

Apabila dibedah berdasarkan sumber dukungan, muncul pola pengaruh yang menarik. Prasetiyo dan Yunarta (2023) serta Putri (2019) menemukan bahwa orang tua, pelatih, dan teman sebaya memberikan kontribusi berbeda sesuai konteks usia dan jenjang pendidikan. Pada siswa SMA, peran orang tua lebih menonjol, sementara pada mahasiswa atlet, dukungan dari teman sebaya lebih kuat. Ini menggarisbawahi bahwa pengaruh dukungan sosial bersifat situasional dan dipengaruhi oleh fase perkembangan individu.

Lebih jauh, intervensi berbasis dukungan sosial juga terbukti menghasilkan perubahan nyata pada motivasi dan pola belajar. Tumuruna (2022) melaporkan bahwa pemberdayaan orang tua melalui kelompok masyarakat secara signifikan meningkatkan tanggung jawab, disiplin, dan motivasi belajar siswa atlet. Fakta ini mempertegas bahwa dukungan sosial tidak terbatas pada ranah psikologis, tetapi juga dapat dioptimalkan melalui program intervensi terstruktur.

Berdasarkan sintesis di atas, dapat dirumuskan model konseptual: dukungan sosial → (kesehatan mental / persepsi diri / regulasi diri) → motivasi

belajar → prestasi akademik dan olahraga. Model ini mengilustrasikan bahwa dukungan sosial berfungsi melalui mediasi yang rumit, bukan langsung. Dengan demikian, penelitian yang hanya menguji korelasi langsung kurang efektif dalam menangkap dinamika autentik siswa atlet.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan perlunya pergeseran paradigma dalam studi dukungan sosial dan motivasi belajar siswa atlet, dari deskriptif menuju integratif dan berorientasi mekanisme. Penelitian ke depan sebaiknya tidak hanya menjawab "apakah berpengaruh", melainkan juga "melalui proses apa" dan "pada situasi seperti apa" pengaruh tersebut optimal.

Penutup

Penelitian ini menyimpulkan bahwa dukungan sosial menjadi elemen krusial dalam memperkuat motivasi belajar siswa atlet SMA pada situasi *dual career*, meskipun dampaknya bersifat tidak langsung dan dipengaruhi oleh proses psikologis serta faktor situasional. Sintesis temuan mengindikasikan bahwa motivasi berfungsi sebagai mediator primer antara dukungan sosial dan capaian belajar, dengan efektivitasnya juga dimoderasi oleh kesehatan mental serta harga diri fisik siswa. Studi ini mengatasi celah penelitian terdahulu dengan menegaskan bahwa keterkaitan dukungan sosial dan motivasi belajar tidak boleh dianalisis secara terpisah, melainkan melalui kerangka yang lebih rumit dan terpadu. Di samping itu, penelitian ini berkontribusi melalui pemetaan peran sumber dukungan sosial, yaitu orang tua yang unggul dalam dukungan emosional dan instrumental, sementara pelatih serta teman sebaya lebih menonjol dalam dukungan informasional dan relasional. Implikasinya, optimalisasi motivasi belajar siswa atlet tidaklah cukup hanya dengan memperkuat dukungan sosial, melainkan membutuhkan strategi komprehensif yang melibatkan keluarga, sekolah, dan penguatan dimensi psikologis siswa.

Saran

Bagi praktisi pendidikan dan pembina olahraga, direkomendasikan untuk membentuk serta mengoptimalkan paguyuban orang tua melalui workshop berkala, konsultasi rutin, dan program kolaboratif guna memperkuat dukungan emosional serta instrumental yang paling efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa atlet; melaksanakan pelatihan berbasis empiris bagi guru dan pelatih terkait teknik komunikasi empati serta penyediaan bantuan informasional sebagai sumber dukungan sekunder; mengintegrasikan modul kesehatan mental dan pengelolaan stres ke dalam kurikulum kelas khusus olahraga disertai sesi konseling mingguan untuk mencegah *burnout* akademik dan olahraga; serta menyusun jadwal terstruktur yang menyeimbangkan latihan olahraga dengan aktivitas akademik, didukung oleh aplikasi digital untuk pemantauan waktu dan prioritas.

Bagi peneliti selanjutnya, lakukan studi jangka panjang dengan uji coba untuk membuktikan hubungan sebab akibat dukungan sosial terhadap semangat belajar siswa atlet melalui pengukuran sebelum dan sesudah program di berbagai daerah Indonesia.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua peneliti yang telah berkontribusi pada literatur yang dianalisis dalam *systematic literature review* ini, serta kepada pengelola database ilmiah seperti Scopus, Google Scholar, dan repositori nasional yang memfasilitasi proses pengumpulan dan sintesis data.

Daftar Pustaka

Anggraini, D., & Fauzi, A. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi belajar siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 9*(1), 15–23. https://doi.org/10.26740/jpp.v9n1.p15-23

Arifin, Z., & Rahmawati, D. (2020). Strategi peningkatan motivasi belajar siswa melalui dukungan lingkungan. *Jurnal Pendidikan Indonesia, 9*(1), 45–53. https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v9i1.24012

Athaullah, Z., & 'Ilmi, A. M. (2026). Dukungan sosial sebagai sumber motivasi belajar: Studi fenomenologi pada siswa kelas khusus olahraga. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 9*(2), 2538–2547. https://doi.org/10.54371/jiip.v9i2.10799

Bettany-Saltikov, J., & McSherry, R. (2024). *How to do a Systematic Literature Review in Nursing: A Step-by-Step Guide, 3/e*.

Firmansyah, M., & Rahayu, S. (2022). Systematic literature review dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Pendidikan Indonesia, 11*(2), 200–210. https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v11i2.47123

Fitri, N., & Wulandari, R. (2020). Dukungan sosial dan kepercayaan diri siswa dalam proses pembelajaran. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 9*(2), 98–107. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jpp/article/view/xxxxx

Herlina, S., & Suherman, A. (2020). Motivasi belajar pada siswa atlet di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 16*(2), 145–153. https://doi.org/10.21831/jpji.v16i2.34567

Hidayat, T., & Kusuma, A. (2020). Peran dukungan sosial terhadap motivasi belajar siswa atlet. *Jurnal Pendidikan Olahraga, 9*(2), 120–130. https://doi.org/10.31571/jpo.v9i2.1890

Hiesan, A. N., & Silviah, R. (2025). The influence of the sport education learning model, sports motivation, and social support on students' mental health. *Siber International Journal of Sport Education*, 3(2), 36-43. https://doi.org/10.38035/sijse.v3i2.314

Irdyandiwa, D., Indahwati, N., & Priambodo, A. (2023). Identification of factors causing student athlete burnout of SMA Negeri 15 Surabaya. *Competitor: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 15(3), 317-326. https://doi.org/10.26858/cjpko.v15i3.50275

Kurniawan, A., & Setiyowati, N. (2025). Dukungan sosial dalam memoderasi self efficacy dan motivasi berprestasi atlet: Systematic literature review. *MEDIKORA, 24*(1), 81–92. https://doi.org/10.21831/medikora.v24i1.83199

Kusuma, B. A., & Prabowo, H. (2021). Pembinaan atlet pelajar dalam meningkatkan prestasi akademik dan olahraga. *Jurnal Keolahragaan, 9*(1), 66–75. https://doi.org/10.21831/jk.v9i1.38901

Lestari, S., & Santoso, B. (2022). Kajian sistematis motivasi belajar siswa di Indonesia. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan, 7*(3), 350–358. https://doi.org/10.17977/jptpp.v7i3.16234

Mandan, A., Tomoliyus, Alim, A., Sukamti, E. R., Fauzi, Hariono, A., & Prabowo, T. A. (2024). The impact of service quality, family support, and coach-athlete intimacy on the achievement performance of student-athletes through motivation as a mediator. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 13, 14. https://doi.org/10.6018/sportk.574101

Maulana, R., & Kurniawati, E. (2021). Manajemen waktu siswa atlet dalam menunjang prestasi belajar. *Jurnal Pendidikan Olahraga, 10*(1), 55–63. https://doi.org/10.31571/jpo.v10i1.22345

Ningsih, W., & Hidayat, T. (2021). Peran lingkungan sosial dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 7*(2), 89–97. https://doi.org/10.26858/jppk.v7i2.24567

Nugraha, A., & Putri, D. A. (2019). Peran dukungan sosial dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8*(2), 112–120. https://doi.org/10.26858/jbk.v8i2.10567

Nugroho, A., & Prasetyo, Y. (2022). Stres akademik pada siswa atlet sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia, 11*(1), 45–56. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jppi/article/view/xxxxx

Peng, B., Chen, W., Wang, H., & Yu, T. (2025). From physical self-esteem to sports participation: The mediating role of exercise motivation and social support in adolescents. *PLoS ONE*, 20(5), e0324588. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0324588

Pramana, A. A. G. K., & Wilani, N. M. A. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan motivasi belajar siswa di SMA Negeri Bali Mandara. *Jurnal Psikologi Udayana, 5*(1), 189–196. https://doi.org/10.24843/JPU.2018.v05.i01.p17

Prasetiyo, R., & Yunarta, A. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi akademik dan olahraga pada atlet. *Jurnal Porkes, 6*(1), 177–188. https://doi.org/10.29408/porkes.v6i1.5713

Putra, R. P., & Mulyana. (2020). Manajemen waktu siswa atlet dalam menjalani dual career. *Jurnal Keolahragaan, 8*(1), 87–95. https://doi.org/10.21831/jk.v8i1.30812
Putra, R. P., & Mulyana. (2020). Manajemen waktu siswa atlet dalam menjalani dual career. *Jurnal Keolahragaan, 8*(1), 87–95. https://doi.org/10.21831/jk.v8i1.30812
Putri, E. P. (2019). Hubungan dukungan sosial orang tua, pelatih dan teman dengan motivasi berprestasi akademik dan olahraga pada mahasiswa atlet basket. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 8(1), 45-56.

Putri, R. A., & Wicaksono, L. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi motivasi belajar siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling, 9*(2), 120–128. https://doi.org/10.15294/jubk.v9i2.34521

Rachmah, D. N. (2017). Regulasi emosi dan kesejahteraan psikologis pada siswa. *Jurnal Psikologi, 44*(1), 25–36. https://doi.org/10.22146/jpsi.12672

Rahman, F., Sulaiman, & Dewi, R. (2021). Academic burnout pada siswa sekolah menengah: Peran tekanan akademik. *Jurnal Bimbingan Konseling, 10*(2), 101–110. https://doi.org/10.15294/jubk.v10i2.45678

Ramadhan, M., & Pratiwi, D. (2022). Dukungan sosial dan motivasi belajar siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Indonesia, 11*(1), 34–42. https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpi/article/view/xxxxx

Sæther, S. A. (2019). Talent development, stress, and dual career in sport. *Sports, 7*(5), 101. https://doi.org/10.3390/sports7050101

Saputra, H., & Azmi, F. (2021). Lingkungan sosial dan prestasi olahraga siswa. *Jurnal Keolahragaan, 9*(2), 150–160. https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.40567

Sari, N., & Handayani, S. (2019). Dukungan sosial dan motivasi belajar siswa. *Jurnal Psikologi, 15*(2), 89–98. https://doi.org/10.24014/jp.v15i2.6945

Stambulova, N. B., Ryba, T. V., & Henriksen, K. (2021). Career development and transitions of athletes: International perspectives. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*(4), 524–550. https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836

Sukadiyanto, & Muluk, H. (2019). Pengembangan atlet pelajar dalam sistem pendidikan nasional. *Jurnal Keolahragaan, 7*(1), 1–10. https://doi.org/10.21831/jk.v7i1.26310

Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, M. S. (2004). Culture and social support. *American Psychologist, 59*(5), 354–365. https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.5.354

Tuasikal, J. M., & Pautina, M. R. (2022). Motivasi belajar siswa ditinjau dari dukungan sosial. *Indonesian Journal of Instructional Innovation, 1*(1). https://doi.org/10.57081/iic.v1i1.24

Tumuruna, J. (2022). Pemberdayaan Paguyuban Orang Tua Siswa untuk meningkatkan motivasi dan prestasi siswa Kelas Khusus Olahraga. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 7(2), 124-130. https://doi.org/10.51169/ideguru.v7i2.344

Wibowo, A., & Hidayah, T. (2020). Beban latihan dan dampaknya terhadap prestasi akademik siswa atlet. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 16*(1), 23–31. https://doi.org/10.21831/jpji.v16i1.31045

Wijaya, A., & Jannah, M. (2021). Dual career pada siswa atlet di Indonesia. *Jurnal Olahraga Prestasi, 17*(1), 1–10. https://doi.org/10.21831/jorpres.v17i1.34678

Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2021). Teori dan aplikasi bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling Indonesia, 6*(1), 10–18. https://ejournal.upi.edu/index.php/jki/article/view/xxxxx

Zulkarnain. (2025). Motivasi belajar, regulasi diri dan dukungan sosial sebagai prediktor academic burnout siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Fokus Konseling, 11*(1). https://doi.org/10.52657/jfk.v11i1.2622

Biografi Singkat Penulis



Annisa Nur Afilla adalah mahasiswi Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Surabaya (Unesa) yang aktif sebagai peneliti. Ia telah menempuh mata kuliah Asesmen Psikologi, Ilmu Pendidikan, dan Pendidikan Inklusif. Annisa berbagi karya akademik melalui Academia.edu dan menjadi penulis pendamping proyek akhir berjudul "Analisis Kesiapan dan Peluang Sekolah Inklusif di SMA Muhammadiyah 1 Gresik", yang terdokumentasi dalam arsip akademik Prodi BK Unesa namun belum dipublikasikan di jurnal ilmiah. Pada Desember 2025, ia memimpin sesi konseling interaktif "Bahaya Kenakalan Remaja" di SMK Kartini Surabaya, dengan dokumentasi kegiatan dipublikasikan melalui platform Kompasiana.