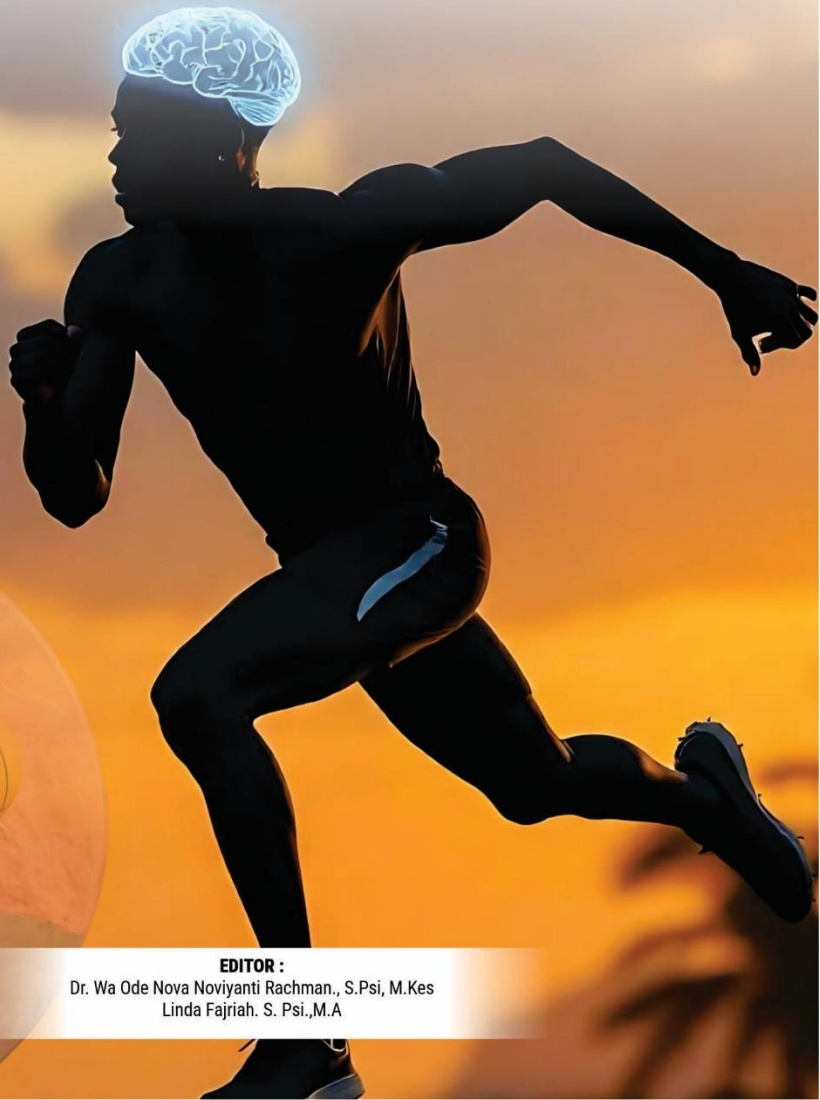




Sri Adi Nurhayati | Mohamad Rifky Anugrah Pratama | Rezka Masturah
Miftahudin Sigit | Avinda Rizki Kusumaningtyas | Vismaia Nur Fitriani
Eko Hernando | Zulfa Nadia | Muhammad Arief Setiawan
RD. Devy Citra Pratiwi | Anung Probo Ismoko | Habibi Hadi Wijaya
Aprillia Wulan Utari | Irana Mery Alviana

PSIKOLOGI OLAHRAGA



EDITOR :

Dr. Wa Ode Nova Noviyanti Rachman., S.Psi, M.Kes
Linda Fajriah. S. Psi.,M.A

PSIKOLOGI OLAHRAGA

Buku Psikologi Olahraga yang berada di tangan pembaca ini terdiri dari 14 bab, disusun sebagai berikut:

- Bab 1 Dasar-Dasar Psikologi Olahraga
- Bab 2 Teori Belajar, Pembentukan Perilaku, dan Prinsip Umpan Balik serta Reinforcement
- Bab 3 Motivasi: Pengertian, Jenis-Jenis Motivasi, dan Strategi untuk Meningkatkan Motivasi Atlet
- Bab 4 Stres dan Pengelolaan: Sumber-Sumber Stres dalam Olahraga dan Cara Mengelolanya
- Bab 5 Kepercayaan Diri Atlet
- Bab 6 Kepribadian dan Perkembangan: Hubungan Kepribadian dengan Olahraga, Karakteristik Perkembangan Atlet, Serta Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri
- Bab 7 Imagery dan Visualisasi untuk Meningkatkan Keterampilan dan Kesiapan Mental
- Bab 8 Dinamika Kelompok / Tim
- Bab 9 Perilaku dalam Olahraga: Perilaku Kekerasan, Pengaruh Gender
- Bab 10 Goal Setting: Penetapan Tujuan untuk Mencapai Prestasi Olahraga
- Bab 11 Interaksi Atlet dan Pelatih
- Bab 12 Pengaruh Lingkungan Eksternal: Dampak Penonton, Media Massa, dan Lingkungan Sosial
- Bab 13 Pelatihan Keterampilan Mental (Mental Training)
- Bab 14 Aspek Perkembangan Atlet

PSIKOLOGI OLAHRAGA

Penulis :

Sri Adi Nurhayati, S. Psi., M.M
Mohamad Rifky Anugrah Pratama,, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog
Rezka Masturah, M.Psi., Psikolog
Miftahudin Sigit, S.Ftr., Ftr., M.Or
Avinda Rizki Kusumaningtyas, M.Psi., Psikolog
Vismaia Nur Fitriani, S.Psi., M.Sc
Eko Hernando, M.Pd
Zulfa Nadia, S.Ftr., Ftr
Muhammad Arief Setiawan, S.Or., M.Pd
RD. Devy Citra Pratiwi, S.Pd., M.Or
Anung Probo Ismoko, S.Pd. Kor., M.Or
Dr. Habibi Hadi Wijaya, S.Or.,M.Pd., AIFO
Aprillia Wulan Utari, M.Psi.,Psikolog
Irana Mery Alviana, S.Or., M.Or

Editor :

Dr. Wa Ode Nova Noviyanti Rachman., S.Psi, M.Kes
Linda Fajriah. S. Psi.,M.A



eureka
media aksara

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

PSIKOLOGI OLAHRAGA

Penulis : Sri Adi Nurhayati, S. Psi., M.M | Mohamad Rifky Anugrah Pratama,, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog | Rezka Masturah, M.Psi., Psikolog | Miftahudin Sigit, S.Ftr., Ftr., M.Or | Avinda Rizki Kusumaningtyas, M.Psi., Psikolog | Vismaia Nur Fitriani, S.Psi., M.Sc | Eko Hernando, M.Pd | Zulfa Nadia, S.Ftr., Ftr | Muhammad Arief Setiawan, S.Or., M.Pd | RD. Devy Citra Pratiwi, S.Pd., M.Or | Anung Probo Ismoko, S.Pd. Kor., M.Or | Dr. Habibi Hadi Wijaya, S.Or.,M.Pd., AIFO | Aprillia Wulan Utari, M.Psi.,Psikolog | Irana Mery Alviana, S.Or., M.Or

Editor : Dr. Wa Ode Nova Noviyanti Rachman., S.Psi, M.Kes
Linda Fajriah. S. Psi.,M.A

Desain Sampul : Aqna Tsaqiful Umama

Tata Letak : Irma Puspitaningrum

ISBN : 978-634-271-561-1

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, MARET 2026**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekaediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2026

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.