

## Studi Literatur: Pengaruh Bonus terhadap Prestasi Atlet

Nanda Ibnasia Rahman<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Medan, Jl. Willem Iskandar Pasar V, Medan Estate, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

E-mail: [nandair@unimed.ac.id](mailto:nandair@unimed.ac.id)

\*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6447>

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received: 20 May 2026

Revised: 26 May 2026

Accepted: 01 Jun 2026

#### Kata Kunci:

Studi Literatur, Bonus, Prestasi Atlet.

#### Keywords:

Literature Study, Bonuses, Athlete Performance.

### ABSTRACT

Penelitian ini merupakan studi literatur yang bertujuan untuk mensintesis dan menganalisis pengaruh bonus terhadap prestasi atlet. Studi literatur ini melibatkan analisis berbagai buku dan artikel penelitian yang mengkaji pengaruh bonus terhadap prestasi atlet. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan teknik studi literatur. Hasil temuan penelitian ini menunjukkan bahwa bonus berpengaruh terhadap prestasi atlet. Faktor tersebut bersumber dari motivasi eksternal atlet. Dinamika prestasi atlet sangat dipengaruhi oleh sinergi antara motivasi internal (kesenangan, penguasaan teknik, aktualisasi diri) dan motivasi eksternal (bonus, insentif, dan penghargaan). Capaian prestasi maksimal atlet yang sejalan dengan menjadi juara, meraih medali, dan mendapatkan bonus merupakan suatu hal yang harus diinternalisasi. Guna mengantisipasi pergeseran orientasi atlet dalam berkarier, konsistensi motivasi internal harus dipertahankan dengan memposisikan motivasi eksternal secara strategis sebagai penguat (*booster*) dalam menjaga kemurnian orientasi prestasi.

*This study is a literature study that aims to synthesize and analyze the influence of bonuses on athlete performance. This review involves analyzing various books and research articles examining the influence of bonuses on athlete performance. The method employed is qualitative, utilizing a literature study technique. The findings indicate that bonuses exert an influence on athlete performance, serving as a key factor rooted in the athletes' extrinsic motivation. The dynamics of athlete performance are highly influenced by the synergy between intrinsic motivation (enjoyment, technical mastery, self-actualization) and extrinsic motivation (bonuses, incentives, and rewards). Maximizing athlete performance which aligns with winning championships, earning medals, and receiving bonuses, must be thoroughly internalized. To anticipate shifts in career orientation, the consistency of intrinsic motivation must be maintained by strategically positioning extrinsic motivation merely as a booster to preserve the purity of achievement orientation.*



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

**How to Cite:** Nanda Ibnasia Rahman, et al. (2026), Studi Literatur: Pengaruh Bonus terhadap Prestasi Atlet, 4(4). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6447>

## PENDAHULUAN

Secara fundamental, olahraga tidak hanya dipandang sebagai aktivitas fisik semata, melainkan sebuah sistem terstruktur yang memiliki tujuan berbeda-beda tergantung pada konteks pelaksanaannya. Berdasarkan UU Nomor 11 tahun 2022 tentang keolahragaan, ruang lingkup olahraga di Indonesia diklasifikasikan menjadi tiga pilar utama, yaitu olahraga pendidikan, rekreasi, dan prestasi. Pembagian ini didasarkan pada tujuan akhir dari masing-masing aktivitas. Meski memiliki fokus yang berbeda, ketiga pilar ini saling melengkapi untuk menciptakan masyarakat yang sehat sekaligus menjaring bibit-bibit atlet berbakat demi prestasi bangsa.

Di antara ketiga pilar tersebut, dimensi olahraga prestasi menuntut perhatian khusus terkait formula pengembangannya. Hal ini dikarenakan pembinaan olahraga yang dilaksanakan dengan sistematis, tekun, serta berkesinambungan memungkinkan peningkatan prestasi yang maksimal.

Terdapat empat aspek utama yang mempengaruhi pencapaian prestasi optimal dalam bidang olahraga, antara lain:

1. Aspek biologi (potensi/kemampuan dasar tubuh, fungsi organ-organ tubuh, postur dan struktur tubuh).
2. Aspek psikologi (intelektual, motivasi, kepribadian dan koordinasi kerja otot dan saraf).
3. Aspek lingkungan (sosial, prasarana-sarana, cuaca/iklim serta orang tua, keluarga dan masyarakat).
4. Aspek penunjang (pelatih, program yang tersusun secara sistematis dan penghargaan masyarakat, dan pemerintah). (Mylsidayu dan Kurniawan, 2015)

Pencapaian prestasi puncak dalam ranah olahraga prestasi menuntut integrasi optimal antara kapasitas fisik, keterampilan teknik, kematangan taktik, dan stabilitas mental. Keselarasan pilar-pilar tersebut menjadi prasyarat mutlak bagi atlet untuk mengaktualisasikan performa maksimalnya di kejuaraan. Dalam dimensi psikologi olahraga, motivasi diposisikan sebagai variabel fundamental yang berpengaruh terhadap kondisi mental serta kesiapan atlet dalam menghadapi kejuaraan.

Motivasi merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan prestasi seseorang. Motivasi merupakan fenomena universal yang melintasi berbagai bidang kehidupan, mulai dari lingkungan akademik, profesional, dan dalam lingkup keluarga. Dalam konteks olahraga, intensitas determinasi seorang atlet untuk memenangkan kejuaraan merupakan representasi dari tingkat motivasi yang signifikan. Fenomena serupa juga teramati pada atlet pelajar yang menunjukkan persistensi tinggi dalam menyeimbangkan capaian prestasi olahraga dan akademik secara simultan.

Secara sederhana, motivasi dapat didefinisikan sebagai kekuatan penggerak yang mendasari individu dalam mengarahkan perilaku guna mencapai target tertentu. Orientasi motivasi tersebut tidak terbatas pada pencapaian prestasi formal semata, melainkan juga mengintervensi aktivitas fundamental sehari-hari. Mulai dari pemenuhan kebutuhan nutrisi dan pemeliharaan kebugaran hingga aspek estetika diri, setiap tindakan manusia pada dasarnya diinisiasi oleh dorongan motivasi yang bersifat internal maupun eksternal.

Motivasi merupakan kekuatan multidimensi, baik yang bersumber dari internal maupun eksternal, yang berfungsi menginisiasi, mengarahkan, serta menentukan intensitas dan persistensi perilaku individu. Dalam konteks olahraga, motivasi berperan sebagai determinan utama yang mendorong atlet untuk mempertahankan konsistensi latihan meskipun dihadapkan pada hambatan fisik maupun psikologis seperti kelelahan dan kejenuhan. Sebagai contoh, determinasi seorang atlet bola basket dalam mengoptimalkan aspek fisik, teknik, taktik, dan mental demi mencapai target juara nasional. Latihan terus menerus membuatnya lelah dan jenuh, namun motivasinya untuk menjadi juara membuatnya terus berlatih. Dengan kata lain motivasi yang dimiliki atlet tersebut membuatnya tetap menjaga konsistensi dalam berlatih.

Berdasarkan penjelasan diatas, motivasi dapat diidentifikasi melalui sumbernya, yaitu bersumber dari dalam maupun luar diri seseorang. Perbedaan sumber tersebut pada akhirnya menjadi dasar dalam menentukan tipe motivasi yang dianut seorang atlet. Secara garis besar, motivasi diklasifikasikan ke dalam dua bentuk, yakni motivasi internal dan motivasi eksternal. Motivasi internal adalah motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang, Sedangkan motivasi eksternal adalah motivasi yang berasal dari luar diri seseorang. Motivasi internal merupakan motivasi yang didasari oleh minat, kesenangan, kepuasan, dan ketertarikan pribadi terhadap kegiatan yang dilakukan (Lai, 2011). Sementara itu, motivasi eksternal merupakan motivasi yang didasari oleh kontingensi penguatan atau reward dari luar. Beberapa jenis *reward* tersebut antara lain pujian, perhatian dari media, uang, dll (Karageorghis & Terry, 2011).

Ranah olahraga profesional saat ini telah bertransformasi menjadi bidang multidimensi yang melibatkan manajemen dan psikologi industri olahraga, tidak lagi sekadar mengandalkan kekuatan fisik dan strategi lapangan. Keberhasilan seorang atlet merupakan hasil integrasi dari kerja keras, kedisiplinan, serta stabilitas motivasi. Mengingat persaingan yang kian kompetitif, otoritas olahraga dan pemerintah gencar merumuskan strategi optimal demi mendorong atlet mencapai puncak prestasi (*peak performance*).

Salah satu instrumen yang paling sering digunakan untuk memicu prestasi adalah melalui pemberian bonus atau insentif finansial. Secara teoritis, bonus dianggap sebagai bentuk penguatan eksternal yang diproyeksikan untuk memitigasi hambatan motivasi serta meningkatkan fokus atlet terhadap target tertentu. Namun, efektivitas pemberian bonus ini masih menjadi perdebatan dalam

psikologi olahraga. Terdapat ambiguitas apakah bonus tersebut berperan sebagai katalisator performa berkelanjutan atau justru memicu degradasi motivasi internal akibat ketergantungan pada imbalan eksternal.

Beberapa fenomena menunjukkan bahwa bonus besar seringkali diikuti dengan lonjakan prestasi yang signifikan di ajang internasional. Namun di sisi lain, terdapat argumen bahwa tanpa manajemen mental yang tepat, fokus pada bonus dapat meningkatkan tekanan psikologis yang justru berisiko menurunkan performa di lapangan.

Sejumlah bukti empiris mengindikasikan adanya korelasi positif antara alokasi bonus dalam skala besar dengan eskalasi prestasi di level internasional. Kendati demikian, terdapat argumen tandingan yang menekankan bahwa tanpa didampingi manajemen mental yang memadai, orientasi pada bonus berpotensi memicu tekanan psikologis. Fenomena ini justru berisiko menimbulkan kontra-performa yang menghambat atlet dalam mencapai hasil optimal di kejuaraan.

## **METODE**

Desain penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif. Dalam penelitian kualitatif, peneliti lebih memfokuskan mengenai catatan deskripsi yang terperinci, mendalam, lengkap, dan menggambarkan kondisi yang sebenarnya terjadi sebagai sarana pendukung penyajian data (Nugrahani, 2014). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi dokumen atau studi literatur, dimana studi literatur merupakan kajian yang menitikberatkan pada analisis bahan tertulis berdasarkan konteksnya, dimana seluruh hasil penelitian terdahulu dikumpulkan dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti kemudian dievaluasi dan disintesis guna memperkuat dasar teoritis penelitian, mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan dalam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, dan membantu peneliti dalam mengembangkan kerangka konseptual atau hipotesis penelitian studi literatur adalah suatu pendekatan sistematis, jelas, dan dapat direplikasi untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis karya-karya penelitian dan pemikiran yang telah dihasilkan oleh peneliti dan praktisi.

Menurut Zed (2008) studi literatur bukan sekedar langkah awal untuk menyiapkan kerangka penelitian atau mencari landasan teori sebelum melakukan riset lapangan. Lebih dari itu Zed menegaskan bahwa studi literatur adalah sebuah metode penelitian tersendiri dimana objek penelitiannya digali melalui berbagai informasi kepustakaan (buku, ensiklopedia, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen sejarah) tanpa memerlukan riset lapangan. Menurut (Ramdhani dkk., 2014) menjelaskan empat tahapan dalam membuat studi literatur, yaitu:

1. Memilih topik yang akan di *review*
2. Melacak dan memilih artikel yang cocok/relevan
3. Melakukan analisis dan sintesis literatur
4. Mengorganisasi penulisan *review*

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kebanyakan atlet berada di tingkat amatir. Pada tahap ini, motivasi internal atlet berpusat pada rasa senang (*fun*), kepuasan saat menguasai keterampilan baru, dan aktualisasi diri. Mereka berolahraga karena mereka mencintai cabang olahraga tersebut dan merasakan kepuasan psikologis langsung setelah melakukannya. Sedangkan atlet yang berada di tahap profesional, motivasi internal mereka bergeser pada penguasaan teknik & taktik tingkat tinggi, perfeksionisme, dan pembuktian kompetensi diri. Mereka didorong oleh hasrat mendalam untuk melihat seberapa jauh batas kemampuan mereka dalam mencapai prestasi puncak.

Bonus merupakan salah satu bagian dari motivasi eksternal, motivasi ini bersumber dari luar diri seorang atlet. Atlet di tingkat amatir, motivasi internal mereka relatif murni dan terisolasi dari dunia luar. Mereka tidak memikirkan kontrak, bonus, atau sorotan media. Jika mereka menang, itu adalah bonus emosional, jika kalah, hal itu tidak mengancam stabilitas hidup mereka. Namun berbeda dengan atlet. Namun berbeda dengan atlet profesional, tantangan terbesar atlet profesional adalah menjaga motivasi internal di tengah gempuran motivasi eksternal (gaji, bonus, sponsor, dan tekanan publik). Menurut teori psikologi olahraga, atlet profesional yang hebat adalah mereka yang mampu menjaga api cinta pada olahraga tetap menyala, sehingga olahraga yang kini menjadi profesi/pekerjaan mereka tidak kehilangan esensi kesenangannya.

Karageorghis & Terry (2011), menjelaskan bahwa atlet dengan motivasi internal yang kuat cenderung menganggap partisipasi dalam kompetisi dan rutinitas latihan sebagai sarana esensial untuk mengoptimalkan potensi serta performa mereka. Dengan demikian, keterlibatan aktif mereka dalam fase persiapan bukan didasari oleh orientasi dari motivasi eksternal, melainkan bersumber dari kesadaran pribadi akan pentingnya proses tersebut demi mencapai prestasi olahraga yang ditargetkan.

Motivasi internal memiliki efektivitas yang lebih tinggi daripada motivasi eksternal dalam menjaga konsistensi perilaku atlet, seperti kepatuhan terhadap jadwal latihan rutin. Hal ini terjadi karena motivasi internal bersumber langsung dari minat dan kesadaran personal bahwa dedikasi dalam latihan berdampak linear terhadap peningkatan performanya (Petitpas & France, 2010). Konsekuensinya, kegigihan atlet dalam mengasah kemampuan tidak didasari oleh tekanan eksternal, melainkan oleh hasrat murni untuk meningkatkan kemahiran diri. Oleh karena itu, ketika berhasil menjuarai kompetisi, apresiasi berupa medali atau bonus finansial bukanlah prioritas utama, melainkan pemenuhan kepuasan psikologis atas keberhasilan menampilkan performa optimal (Karageorghis & Terry, 2011).

Kendati demikian, stimulasi berupa penghargaan (*reward*) terkadang tetap diperlukan sebagai instrumen untuk memicu antusiasme atlet. *Reward* tersebut dapat berupa benda-benda atau hal-hal yang diinginkan oleh atlet. Misalnya, seorang atlet bersemangat dalam berlatih karena dia ingin masuk babak final dalam sebuah kejuaraan nasional. Jika dia mencapai target tersebut, dia akan memberikan hadiah atau *reward* pada diri sendiri berupa peralatan olahraga baru. Dari contoh tersebut dapat dikatakan bahwa sumber motivasi atlet berasal dari luar dirinya, yakni ingin mendapatkan peralatan olahraga baru.

Kelman (1958) mengemukakan bahwa motivasi eksternal kerap kali menjadi stimulus awal bagi keterlibatan atlet dalam program latihan, khususnya pada fase usia muda. Dorongan eksternal ini umumnya bermanifestasi dalam beberapa bentuk, seperti upaya mengeliminasi konsekuensi negatif berupa sanksi, ambisi untuk memperoleh pengakuan serta apresiasi dari orang tua maupun pelatih, hingga kebutuhan akan penerimaan sosial di lingkungan klub olahraga mereka.

Mengingat stimulasi eksternal umumnya tidak memiliki kapasitas untuk mempertahankan konsistensi perilaku dalam jangka panjang, maka proses internalisasi untuk mentransformasikan motivasi eksternal menjadi motivasi internal sangat krusial dilakukan (Petitpas & France, 2010). Melalui pendekatan ini, atlet diharapkan tidak lagi menjalani program latihan atas dasar pemenuhan ekspektasi atau kepuasan orang lain, melainkan didorong oleh rasa kesenangan diri sendiri. Perubahan orientasi nilai inilah yang pada akhirnya ini membuat atlet lebih mampu menjaga semangatnya dalam mengikuti rutinitas latihan.

Pemberian bonus dan insentif merupakan dua faktor penting yang dapat mempengaruhi prestasi atlet (Asnawi & Simanjuntak, 2019). Secara praktis, kedua faktor eksternal ini berfungsi sebagai stimulus yang mengarahkan fokus dan orientasi pencapaian atlet di lapangan. Adanya target prestasi jelas dari pelatih dan *reward* berupa bonus atas pencapaian prestasi diperkirakan mampu memotivasi atlet untuk dapat mendorong semangat berkompetisi atlet dan senantiasa memberikan performa optimal. Atlet akan berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai target prestasi tersebut, seperti meraih juara atau meraih medali emas. Selain itu, adanya bonus yang diberikan sesuai dengan capaian prestasi juga diyakini mampu memotivasi atlet. Atlet akan terpacu untuk bekerja lebih giat lagi demi meraih bonus. Bila meraih peringkat lebih tinggi, tentunya bonus yang diraih pun akan lebih besar. Hal ini sekaligus memberikan penghargaan atas jerih payah dan pengabdian atlet selama berlatih dan bersaing demi meraih prestasi. Dengan motivasi dari target maupun insentif, kinerja atlet dalam berlatih maupun berkompetisi dapat terus meningkat dan menghasilkan capaian yang makin gemilang (Sianipar, dkk, 2024).

Mendukung pendapat di atas, Diyasaputri & Wirantari (2025) menjelaskan bahwa, pemberian *reward* yang berupa bonus ini tidak hanya berfungsi sebagai insentif ekonomi, tetapi juga sebagai strategi motivasional yang sejalan dengan *Self-Determination Theory* dan *Goal Setting Theory*. Bonus yang diberikan mampu memperkuat motivasi internal atlet, membantu mereka menetapkan target yang lebih spesifik, serta meningkatkan konsistensi dan performa dalam kompetisi

Herdiansyah dkk. (2010), Jika dilihat dari perjalanan karier sebagai atlet, terdapat beberapa fase yang secara umum terbagi menjadi tiga, antara lain:

1. Pertama fase pra-produktif, yaitu fase awal dimana seorang atlet mulai meniti karier di bidang olahraga dan melakukan serangkaian aktivitas pelatihan dan pengembangan keahlian olahraganya.

Pada fase pra-produktif ini, umumnya atlet belum mendapatkan insentif yang memadai sehingga proses pendanaan masih bertumpu pada keluarga/orangtua atau beasiswa.

2. Kedua fase produktif, yaitu fase lanjutan dimana seorang atlet sudah memiliki kemampuan yang memadai dalam bidang olahraga hasil dari pelatihan fase sebelumnya. Pada fase ini, atlet sudah secara profesional melakukan berbagai pertandingan baik nasional maupun internasional. Pada fase ini, insentif diperoleh dari klub, sponsor, hadiah atau bonus.
3. Ketiga fase pasca-produktif, yaitu fase dimana seorang atlet sudah tidak lagi mampu berprestasi, karena faktor usia. Dalam fase ini, mantan atlet harus menggantungkan kehidupannya pada tabungan yang ia miliki selama menjadi atlet, berbagai *royalty* yang menghasilkan serta aktivitas non keatletan.

Dari pendapat di atas disimpulkan bahwa perjalanan seorang atlet bergerak secara dinamis melalui tiga fase utama, yaitu: pra-produktif, produktif, dan pasca-produktif. Dalam siklus ini, pemberian bonus memegang peranan yang sangat krusial, terutama pada fase produktif saat atlet berada di puncak performa tandingnya. Stimulus finansial tersebut tidak hanya berfungsi sebagai bentuk apresiasi konkret atas prestasi yang diraih, melainkan juga bertindak sebagai instrumen penguat (*positive reinforcement*) yang memicu motivasi eksternal atlet untuk terus mempertahankan kinerja terbaiknya. Lebih dari itu, pengelolaan bonus yang bijak pada masa keemasan ini akan menjadi fondasi finansial yang menjamin kesejahteraan hidup mereka ketika memasuki fase pasca-produktif kelak.

Temuan dari studi literatur ini menunjukkan besarnya pengaruh bonus terhadap prestasi atlet. Faktor tersebut bersumber dari motivasi eksternal atlet. Dinamika prestasi atlet sangat dipengaruhi oleh sinergi antara motivasi internal (kesenangan, penguasaan teknik, aktualisasi diri) dan motivasi eksternal (bonus, insentif, dan penghargaan), yang bermanifestasi secara berbeda sesuai dengan tingkatan serta fase karier atlet. Konsistensi atlet dalam mematuhi rutinitas latihan dan berpartisipasi pada kejuaraan lebih efektif dipertahankan melalui motivasi internal daripada eksternal.

Pembahasan mengenai bonus dalam olahraga prestasi terdapat ambiguitas. Ketika atlet yang awalnya berlatih keras karena hasrat murni (internal), setelah menerima penghargaan finansial yang masif, secara tidak sadar mulai merasa bahwa mereka berlatih karena dibayar (eksternal). Ketika motivasi eksternal ditarik (misalnya bonus kecil atau tidak ada, gaji terlambat atau sponsor diputus), motivasi internal asli mereka sering kali sudah telanjur rusak atau padam, menyebabkan penurunan performa secara drastis.

Bagi seorang atlet prestasi, sebuah bonus finansial atau medali dapat diinterpretasikan secara ambigu dalam dua cara yang bertolak belakang, yakni:

1. Bonus sebagai kontrol (melemahkan motivasi internal): jika atlet memandang bonus sebagai alat kontrol pelatih/manajemen ("saya harus menang demi uang ini, jika tidak saya akan kesulitan"), maka fokus mereka beralih pada tekanan eksternal. Kepatuhan latihan menjadi rapuh.
2. Bonus sebagai informasi (memperkuat motivasi internal): jika atlet memandang bonus sebagai indikator kompetensi dan pengakuan atas jerih payahnya ("bonus ini membuktikan kemampuan saya telah diakui"), maka bonus tersebut justru menyuburkan rasa percaya diri dan api motivasi internalnya.

Perjalanan karier atlet menciptakan ruang ambiguitas yang dinamis seiring berjalannya waktu: pada fase pra-produktif, motivasi internal sangat dominan karena insentif belum memadai. Namun, atlet juga butuh dorongan eksternal (dukungan orang tua/fasilitas) untuk bertahan. Sedangkan ketika atlet berada pada fase produktif, ini adalah puncak ambiguitas. Atlet dituntut memiliki motivasi internal tingkat tinggi untuk menghadapi tekanan latihan yang monoton, namun di saat yang sama mereka diintervensi oleh target medali, kontrak profesional, dan bonus (eksternal). Atlet yang hebat pada fase ini adalah yang mampu berdamai dengan ambiguitas ini, menjadikan bonus sebagai bahan bakar sekunder tanpa memadamkan api cinta pada olahraga itu sendiri.

Ambiguitas motivasi dalam olahraga prestasi membuktikan bahwa motivasi eksternal dan motivasi internal tidak selalu saling menjatuhkan. Keduanya berada dalam satu ekosistem yang saling memengaruhi. Tantangan terbesar dalam psikologi olahraga prestasi bukan membuang motivasi eksternal, melainkan bagaimana mengelola bonus dan target eksternal tersebut agar berhasil diinternalisasi menjadi penguat komitmen pribadi atlet secara jangka panjang. Dengan kata lain motivasi internal dan eksternal haruslah berjalan berdampingan. Atlet harus menjaga konsistensi motivasinya agar tidak merubah niat tulusnya ketika atlet tersebut dahulu memulai karier di olahraga prestasi.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada aspek kualitas serta kredibilitas sumber literatur yang dirujuk. Penggunaan literatur yang kurang berkualitas atau belum terverifikasi secara kuat berpotensi memengaruhi akurasi dan validitas kesimpulan akhir. Selain itu, kendala lain muncul dari terbatasnya jumlah studi yang relevan, serta adanya variabilitas dan keterwakilan sampel dalam literatur yang dianalisis. Karakteristik metodologis penelitian ini juga membatasi adanya analisis statistik langsung akibat absennya pengumpulan data primer. Implikasinya, pengujian hipotesis secara kuantitatif guna mengidentifikasi hubungan kausalitas langsung antara variabel bonus dan prestasi atlet tidak dapat dilakukan. Sebagai gantinya, kajian ini bersifat kualitatif dengan menitikberatkan pada sintesis dan analisis kritis terhadap temuan-temuan dari penelitian terdahulu.

### SIMPULAN

Selain fisik, teknik, dan taktik, prestasi atlet dalam olahraga prestasi tidak lepas kaitannya pada aspek mental. Motivasi internal dan eksternal yang merupakan bagian dari aspek mental merupakan dasar yang harus seorang atlet jaga konsistensinya dalam rutinitas latihan dan berpartisipasi pada kejuaraan. Capaian prestasi maksimal atlet yang sejalan dengan menjadi juara, meraih medali, dan mendapatkan bonus merupakan suatu hal yang harus dikontrol, baik itu oleh diri sendiri maupun orang lain. Agar prestasi yang diperoleh tidak menggeser arah dan niat awal atlet saat memulai karier di olahraga tersebut, maka atlet harus menjaga konsistensi motivasi internal dan menjadikan motivasi eksternal sebagai penguat (*booster*) untuk mendukung motivasi internalnya. Rekomendasi peneliti untuk penelitian berikutnya yaitu perlu diadakan penelitian dengan metode kuantitatif untuk melihat besaran pengaruh bonus terhadap prestasi atlet menggunakan analisis statistik yang bersumber dari data primer. Serta subjek penelitian dapat mencakup dua klasifikasi, yaitu atlet tingkat amatir dan profesional.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

### REFERENSI

- Apriyanto, Tirto. (2017). Psikologi Olahraga: Student Handbook. Gowa: EduTama.
- Asnawi, M. & Simanjuntak, M.U. (2019). Pengaruh Pemberian Bonus dan Insentif terhadap Prestasi Atlet pada Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Sumatera Utara. *Jurnal Bisnis Corporate*. 4(2). 1-18. <https://doi.org/10.46576/jbc.v4i2.486>
- Diyasaputri, N. M. I. C., & Wirantari, I. D. A. P. (2025). Pengaruh Reward dalam Motivasi dan Kinerja Atlet yang Mengikuti Pekan Olahraga Pelajar (PORJAR) Provinsi: Studi kasus Dinas Pendidikan dan Olahraga Kabupaten Badung. *Socio-political Communication and Policy Review*, 2(3). 1-8 <https://doi.org/10.61292/shkr.244>
- Herdiansyah, H., Sitepu, T. J., Rahmania, T., Hakim, L. (2010). Mendorong Prestasi Olahraga melalui Kebijakan Pendanaan dan Fiskal. Jakarta: Paramadina Public Policy Institute.
- Karageorghis, C. I. & Terry, P. C. (2011). Inside Sport Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kelman, H. C. (1958). Compliance, Identification, and Internalization: Three Processes of Attitude Change. *Journal of Conflict Resolution*, 2, 51-60. <https://doi.org/10.1177/002200275800200106>
- Lai, E. R. (2011). Motivation: A Literature Review [*Research Report*]. Pearson.
- Mylsidayu, Apta & Kurniawan, Febi. (2015). Ilmu Kepeleatihan Dasar. Bandung: Alfabeta.
- Nugrahani, Farida. (2014). Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa. Solo: Cakra Books.
- Petipas, A. J. & France, T. (2010). Identity Foreclosure in Sport. In S. J. Hanrahan & M. B. Andersen (Eds.), *Routledge international handbook of sport psychology* (pp. 290–297). Routledge.
- Ramdhani, A., Ramdhani, M. A., & Amin, A. S. (2014). Writing a Literature Review Research Paper: A step-by-step approach. *International Journal of Basic and Applied Science*, 3(1), 47-56.
- Republik Indonesia. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2022 Nomor 71. Sekretariat Negara. <https://jdih.setneg.go.id/>

- Sianipar, H., Ali, M. A., Nugroho, N. A., & Maulana, S. H. (2024). Study of improving the sports achievements of students in Surakarta City. *Sriwijaya Journal of Sport*, 3(2), 61-80. <https://doi.org/10.55379/sjs.v3i2.960>
- Zed, M. (2008). *Metode penelitian kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.