

BAB 1

PENDAHULUAN

ANALISIS KOMUNIKASI PEMBINAAN SEBAGAI UPAYA MENJAGA MOTIVASI ATLET DALAM PERSIAPAN PEKAN OLAHRAGA NASIONAL

1.1 Latar Belakang Masalah

Komunikasi dalam dunia olahraga dan komunikasi pembinaan (*coaching communication*) memiliki hubungan erat, terutama dalam konteks hubungan antara atlet dan pelatih. Komunikasi pembinaan melibatkan pertukaran pesan dan informasi yang krusial dalam memahami strategi permainan, taktik, serta koordinasi antara rekan setim. Di sisi lain, komunikasi pembinaan lebih bersifat personal dan terjadi dalam kerangka pelatihan individu atau kelompok. Pelatih bertanggung jawab untuk memandu, memberikan arahan, dan memberikan umpan balik kepada atlet (O'Donoghue, P., & Mayes, A. 2013). Komunikasi yang efektif antara pelatih dan atlet sangat penting karena membantu atlet memahami tujuan dan harapan, meningkatkan kinerja, serta membangun hubungan yang kuat berdasarkan kepercayaan dan pengertian. Kualitas komunikasi ini bisa berdampak besar pada motivasi, komitmen, dan perkembangan atlet. Jadi, komunikasi dalam olahraga dan komunikasi pembinaan saling melengkapi dalam membantu atlet mencapai potensi tertinggi mereka di dunia olahraga (Isoard-Gauthier et al., 2016).

Para pelatih, termasuk pelatih kepala dan manajer, memiliki pengaruh besar terhadap perilaku atlet sebagai individu yang berpengaruh secara sosial atau melalui interaksi yang baik dengan atlet. Hubungan antarpribadi antara pelatih dan atlet adalah bagian sentral dari proses pelatihan. Jenis pelatihan ini adalah elemen penting untuk

mencapai kinerja tinggi dan memainkan peran kunci dalam memastikan kesuksesan berkelanjutan atlet (Choi et al., 2020). Seiring dengan meningkatnya peran penting pelatihan dalam bidang olahraga, banyak peneliti telah memberikan perhatian besar pada perilaku pelatihan, dan penelitian terkait juga semakin meningkat. Eccles dan Tran (2012) melaporkan bahwa komunikasi efektif dalam sebuah tim adalah elemen penting untuk pengembangan dan pemeliharaan struktur tim, dan Jowett dan Wylleman (dalam Davis et al., 2019) menekankan pentingnya komunikasi antara pelatih dan atlet mereka dalam lingkungan olahraga untuk mencegah burnout atlet secara proaktif. Jung, et. al (2019) juga melaporkan bahwa hubungan kerja sama dengan pemimpin dan rekan satu tim dalam situasi olahraga memiliki efek positif pada kinerja tim, tetapi perselisihan di antara anggota tim memiliki dampak negatif pada kinerja individu dan tim itu, salah satu alasan terpenting mengapa komunikasi mendapatkan perhatian lebih sebagai faktor penting dalam bidang olahraga adalah bahwa suasana latihan dan pelatihan, partisipasi, dan penampilan dipengaruhi oleh bagaimana atlet menilai metode komunikasi pelatih.

Menurut Bippus et. al (2003), atlet yang terlibat dalam komunikasi pembinaan timbal balik dengan pelatih mereka dalam situasi lain selain latihan, pelatihan, dan acara olahraga cenderung menganggap pelatih mereka dapat dipercaya dan dapat diandalkan, karena mereka menganggap pelatih sebagai orang yang tulus atau dapat diakses. Selain itu, telah dilaporkan bahwa jika pelatih merespons positif terhadap pendapat dan perilaku atlet, itu meningkatkan efek pembelajaran kognitif, dan sebagai hasilnya, komunikasi dengan pelatih lebih aktif dimanfaatkan. Di sisi lain, Loughhead dan Carron (2004) menyatakan bahwa komunikasi satu arah dari pelatih dengan arahan unilateral dan melalui pemaksaan kurang efisien daripada komunikasi dua arah dalam hubungan antara pelatih dan atlet, dan memiliki dampak negatif, terutama pada kinerja olahraga. Studi sebelumnya ini menunjukkan bahwa jika atlet menjaga hubungan yang

positif dan berkomunikasi efektif dengan pelatih mereka, itu dapat menghasilkan hasil yang efektif dalam berbagai aspek termasuk pada kompetisi.

Pekan Olahraga Nasional atau lebih dikenal PON adalah ajang kompetisi olahraga tingkat nasional yang diselenggarakan setiap empat tahun sekali. Kompetisi ini diikuti oleh seluruh provinsi di Indonesia (Kemendikbud, 2019). Salah satu cabang olahraga yang diperlombakan dalam PON adalah karate. Cabang olahraga Karate merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dalam ajang kompetisi olahraga di Indonesia. Pada SEA Games 2023 yang lalu pun, cabang olahraga karate membawa pulang 13 medali dengan 2 diantaranya adalah medali emas. Sekjen PB Forki juga menilai bahwa pencapaian ini sangat memuaskan namun tetap membutuhkan evaluasi (KEMENPORA, 2023). Sebelumnya pada Maret 2023 atlet karate Indonesia juga menuai prestasi di Kejuaraan Federasi Karate Asia Tenggara atau SEAKF ke-10 di Manila. Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia (Forki) menurunkan 32 atlet yang terdiri dari 20 senior dan 12 junior. Atlet karate kategori senior meraih lima medali emas, satu perak, dan tujuh perunggu. Sementara itu, atlet junior mendulang tiga medali emas, empat perak, dan empat perunggu (Hamasy, 2023). Tak hanya itu, pada ajang POMPROV Jateng 2022 lalu, Universitas Diponegoro juga berhasil raih 17 medali dengan 13 medali emas, 3 medali perak dan 1 medali perunggu (Humas Undip, 2022). Dengan berbagai prestasinya, karate di Indonesia pun semakin banyak mengadakan kompetisi nasional untuk terus mengasah kemampuan atlet dalam negerinya.

Di Indonesia, jumlah atlet karate terbilang cukup banyak mengingat di setiap penyelenggaraan kompetisi baik tingkat nasional maupun internasional jumlah atlet yang mengikuti seleksi berjumlah ratusan orang dari setiap daerahnya. Dilansir oleh Tribunnews, pada babak kualifikasi Pekan Olahraga Nasional (pra-PON) 2023 lalu, tercatat 500 atlet karate yang berasal dari 32 provinsi tersebut memperebutkan tiket

untuk bisa maju ke PON XXI Aceh (Noorhidayat, 2023). Jumlah inipun pada kenyataannya sudah merupakan hasil seleksi yang cukup panjang, dari seleksi pra-PORPROV, dilanjutkan menuju PORPROV, jika berhasil maka atlet akan maju menuju pra-PON dan kemudian akan di seleksi melalui peringkatnya untuk dapat maju ke PON. Proses seleksi yang ini sangat panjang dan membutuhkan dedikasi yang cukup dari atlet untuk dapat terus maju ke kompetisi yang lebih besar. Selama proses latihannya pun, setiap atlet tidak hanya dilatih teknik dan fisiknya saja namun juga terdapat latihan yang khusus untuk melatih mental para atlet untuk dapat tetap stabil dan tenang selama pertandingan (Sosiawan et al., 2023a). Hal inilah yang kemudian menjadi pondasi atlet selama pertandingan. Oleh karena itu, peran pelatih dalam membantu dan menjadi dukungan bagi atlet untuk mencapai keberhasilannya.

Pada cabang olahraga karate, terdapat dua jenis kompetisi yang dibedakan dengan kategori Kata dan Kumite. Kompetisi kata dan kumite adalah dua aspek yang berbeda namun penting dalam olahraga karate. Kompetisi kata melibatkan peserta dalam penampilan serangkaian gerakan atau teknik karate yang telah dipelajari sebelumnya, yang biasanya disebut sebagai "kata". Dalam kompetisi ini, penilaian didasarkan pada keaslian, kekuatan, kecepatan, presisi, keseimbangan, dan ekspresi artistik dalam menampilkan kata. Baik secara individu maupun dalam tim, peserta berfokus pada teknik, konsentrasi, dan eksekusi yang sempurna dari serangkaian gerakan yang sudah ditentukan sebelumnya. Di sisi lain, kompetisi kumite melibatkan pertarungan atau sparring antara dua peserta karate. Di sini, penilaian berfokus pada kemampuan peserta untuk menerapkan teknik-teknik karate secara efektif dalam situasi pertarungan, termasuk kontrol, kecepatan, kelincahan, dan strategi. Peserta sering dibagi ke dalam kategori berat berdasarkan berat badan atau tingkat keahlian untuk memastikan kesetaraan dan keamanan. Dalam kompetisi kumite, peserta harus mampu

menyesuaikan diri dan bereaksi dengan cepat terhadap serangan lawan, menunjukkan kemampuan dalam situasi pertarungan yang nyata. Dengan demikian, sementara kompetisi kata menekankan pada demonstrasi teknik dan keterampilan yang terstruktur, kompetisi kumite menekankan pada kemampuan adaptasi dan reaksi terhadap lawan dalam pertarungan (Nickytha et al., 2019).

Berdasarkan peraturan Pertandingan Karate oleh World Karate Federation yang terbaru pada 2024 ini, proses kompetisi karate kata dimulai dengan peserta memasuki area pertandingan dan melakukan pemanasan ringan untuk mempersiapkan tubuh dan pikiran mereka. Setelah itu, peserta dipanggil untuk menampilkan kata mereka di depan para juri dan penonton. Mereka kemudian menunjukkan serangkaian gerakan atau teknik karate yang telah dipelajari sebelumnya dengan tingkat keaslian, kekuatan, kecepatan, dan presisi yang tinggi. Juri akan memperhatikan setiap aspek penampilan, termasuk keseimbangan, ekspresi artistik, dan keselarasan gerakan. Poin diberikan berdasarkan kualitas eksekusi kata, dan peserta dengan penampilan terbaik akan dinobatkan sebagai pemenang. Biasanya, kompetisi kata memiliki beberapa putaran atau tahap, dengan peserta yang berhasil melaju ke tahap berikutnya hingga mencapai tahap final. Selama kompetisi, peserta juga dapat diberi kesempatan untuk memperagakan beberapa kata yang berbeda, tergantung pada aturan dan format acara. Pada akhirnya, kompetisi kata bukan hanya tentang menampilkan keterampilan teknis, tetapi juga tentang mengekspresikan keindahan dan makna filosofis dari seni bela diri karate. Penilaian dalam kompetisi kata dalam karate, seperti dalam banyak olahraga seni bela diri, cenderung subjektif karena melibatkan penilaian atas aspek yang lebih abstrak dan artistik. Berbeda dengan olahraga yang lebih terstruktur seperti atletik atau renang, di mana penilaian lebih mudah diukur secara objektif berdasarkan waktu atau poin yang dicetak, penilaian dalam kompetisi kata melibatkan banyak faktor yang lebih

sulit diukur secara pasti. Misalnya, juri harus mempertimbangkan aspek seperti keaslian, kekuatan, kecepatan, presisi, keseimbangan, dan ekspresi artistik dalam penampilan peserta. Selain itu, penampilan kata juga tergantung pada interpretasi pribadi dari para juri terhadap kata yang ditampilkan. Meskipun ada kriteria umum yang digunakan untuk menilai, seperti teknik yang tepat dan konsistensi gerakan, tingkat subjektivitas masih tinggi dalam menentukan pemenang. Faktor-faktor seperti gaya pribadi, preferensi estetika, dan pandangan subjektif terhadap penampilan peserta juga dapat memengaruhi penilaian. Oleh karena itu, ada potensi untuk perbedaan pendapat di antara juri tentang penilaian yang dihasilkan, yang dapat membuat hasil kompetisi menjadi subjektif. Namun demikian, latihan yang intens dan pemahaman mendalam tentang prinsip-prinsip karate dapat membantu mengurangi tingkat subjektivitas dan memberikan dasar yang lebih kokoh untuk penilaian. Meskipun demikian, kompetisi kata tetap mempertahankan unsur subjektivitas yang inheren dalam penilaian, yang menjadi bagian tak terpisahkan dari keindahan dan kekhasan dari seni bela diri karate itu sendiri (World Karate Federation, 2024).

Dalam buku Joachim (2009), digambarkan bagaimana pelatihan karateka untuk menyempurnakan gerakan dalam kata melibatkan serangkaian pendekatan yang berfokus pada pengembangan teknik, kekuatan, keseimbangan, dan presisi. Pertama-tama, penting untuk memastikan bahwa atlet memiliki pemahaman yang mendalam tentang setiap gerakan dalam kata yang mereka pelajari. Pelatihan dimulai dengan penerapan teknik dasar, dengan penekanan pada posisi tubuh yang tepat, pernafasan yang benar, dan eksekusi yang presisi. Selanjutnya, latihan berulang-ulang diperlukan untuk memperkuat dan menghafal setiap gerakan, dengan fokus pada kecepatan dan kelincihan dalam melakukan transisi antar-gerakan. Pelatihan juga mencakup pengembangan kekuatan fisik melalui latihan plyometric, kebugaran umum, dan latihan

beban untuk meningkatkan daya dorong dan kekuatan otot yang diperlukan untuk melakukan gerakan dengan kuat dan tegas. Selain itu, latihan keseimbangan dan koordinasi diperlukan untuk memastikan bahwa atlet dapat menjaga stabilitas dan kontrol saat melakukan gerakan yang kompleks. Dalam penelitian Emad dkk (2020), juga ditambahkan proses pelatihan yang dimana dengan penggunaan cermin atau rekaman video juga dapat membantu atlet untuk memperbaiki teknik mereka dengan melihat dan menganalisis gerakan mereka sendiri. Di samping itu, latihan mental juga penting untuk membantu atlet memfokuskan pikiran mereka, menghilangkan distraksi, dan mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang makna dan filosofi di balik setiap gerakan. Melalui kombinasi dari latihan teknis, fisik, mental, dan analitis, karateka dapat menyempurnakan gerakan dalam kata mereka, mencapai tingkat eksekusi yang tinggi, dan meningkatkan kinerja mereka dalam kompetisi dan praktik sehari-hari (Emad et al., 2020).

Efek pelatihan Karate Kata yang monoton dapat menciptakan kebosanan pada atlet dan secara bertahap menurunkan motivasi mereka. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Martalelli dkk, (2022) yang menyatakan latihan yang cenderung rutin dan repetitif, tanpa adanya variasi atau tantangan baru, dapat membuat atlet merasa terjebak dalam pola yang membosankan dan kurang menginspirasi. Ketika atlet terus-menerus melakukan gerakan yang sama tanpa terlihatnya perkembangan yang signifikan atau tujuan yang jelas, mereka cenderung kehilangan minat dan semangat dalam latihan. Kebosanan ini juga dapat memicu rasa frustrasi, perasaan kurangnya pencapaian, dan bahkan menyebabkan kehilangan keyakinan diri pada kemampuan mereka. Seiring berjalannya waktu, menurunnya motivasi ini dapat berdampak negatif pada kinerja atlet, mengurangi kualitas latihan, serta mengurangi kemauan untuk berpartisipasi dalam kompetisi atau meningkatkan keterampilan mereka. Selain itu, kebosanan dalam

latihan juga dapat menghambat pengembangan atlet secara keseluruhan. Tanpa stimulasi yang memadai atau tantangan baru, otak dan tubuh atlet tidak akan mengalami pertumbuhan atau adaptasi yang signifikan. Ini berarti bahwa potensi atlet untuk meningkatkan keterampilan mereka, baik secara teknis maupun fisik, akan terhambat. Kebosanan juga dapat menghalangi pembentukan koneksi mental antara atlet dan gerakan, yang penting untuk pengembangan konsistensi dan kontrol yang diperlukan dalam praktik seni bela diri. Dalam beberapa kasus, kebosanan yang berkelanjutan dapat menyebabkan atlet kehilangan minat pada karate secara keseluruhan dan mencari hobi atau kegiatan lain yang lebih menarik (Martarelli et al., 2022).

Berdasarkan informasi yang diterima dari salah satu atlet Pelatihan Nasional Karate Kata, Ahmad Zigi Zaresta (26 tahun), menyatakan “Bosen itu tentu ada, karena kita kan latihannya emang itu-itu aja. Variasi latihan juga biasanya ga berubah. Jadinya ya pasti ada bosennya.” Hal ini menjadi catatan bahwa pelatihan yang dijalani oleh Karateka Kata memang cenderung dianggap membosankan oleh atletnya. Sehingga penelitian ini diperlukan untuk bisa melihat bagaimana peran komunikasi pelatih pada atletnya yang dapat membuat motivasi para atlet dapat tetap maksimal untuk berlatih.

1.2 Rumusan Masalah

Proses pembinaan atlet karate kata di Jawa Tengah idelanya harus menciptakan lingkungan yang mendukung untuk pertumbuhan dan pengembangan atlet yang berkualitas. Diharapkan bahwa melalui pembinaan yang efektif, atlet karate kata dapat mencapai potensi maksimal mereka, dan prestasi yang dihasilkan dapat mencerminkan standar yang tinggi. Komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan pembinaan yang positif dan memotivasi.

Namun, pada kenyataannya, kondisi pembinaan atlet karate kata di Jawa Tengah masih jauh dari optimal. Prestasi atlet belum mencapai tingkat yang diharapkan

dalam kompetisi-kompetisi yang diikuti. Meskipun potensi atlet karate kata di wilayah ini cukup besar, namun kesenjangan yang signifikan masih ada antara harapan dan kenyataan. Hal ini menunjukkan bahwa ada tantangan yang perlu diatasi dalam proses pembinaan atlet karate kata di Jawa Tengah.

Perbedaan antara kondisi ideal dan realita tersebut menandakan adanya gap yang perlu ditangani. Salah satu aspek yang menjadi fokus adalah peran komunikasi dalam hubungan antara pelatih dan atlet. Memahami lebih dalam tentang bagaimana komunikasi pembinaan dapat memengaruhi motivasi, kinerja, dan perkembangan atlet menjadi penting untuk mengidentifikasi solusi yang efektif dalam mengatasi kesenjangan tersebut.

Dengan asumsi bahwa komunikasi pembinaan yang efektif antara pelatih dan atlet dapat menjadi kunci untuk mengatasi kesenjangan dalam pembinaan atlet karate kata di Jawa Tengah, penelitian lebih lanjut diperlukan. Diharapkan bahwa dengan pemahaman yang lebih baik tentang dinamika komunikasi dalam hubungan tersebut, penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan solusi yang lebih efektif. Dengan demikian, penelitian ini akan mengarah pada pengembangan strategi dan praktik pembinaan yang lebih efektif, yang diharapkan dapat membawa perbaikan dalam prestasi atlet karate kata sesuai dengan kondisi ideal yang diharapkan di Jawa Tengah.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian permasalahan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses komunikasi pembinaan yang terjadi antara atlet dan pelatih karate Jawa Tengah dalam persiapan PON dan memahami secara teoritis bagaimana komunikasi pembinaan antara atlet dan pelatih dapat membantu atlet

dalam memaksimalkan menjaga motivasi atlet selama pelatihan dan mendukung prestasinya.

1.4 Signifikansi Penelitian

- **Signifikansi Teoritis**

Penelitian ini memiliki signifikansi teoritis dalam memperkaya pemahaman tentang bagaimana teori motivasi dalam mengkaji dan menganalisis fenomena komunikasi pembinaan antara pelatih dan atlet karate kata di Jawa Tengah. Selain itu, penelitian ini juga dapat menggambarkan bagaimana komunikasi pembinaan dan juga komunikasi olahraga terjadi dalam pelatihan atlet karate kata di Jawa Tengah.

- **Signifikansi Praktis**

Penelitian ini memiliki signifikansi praktis yang penting karena memberikan panduan praktis bagi pelatih, atlet, dan pihak-pihak terkait dalam meningkatkan hubungan pelatih-atlet yang lebih efektif terkhusus pada cabang olahraga Karate Kata di Jawa Tengah. Hal ini juga memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana komunikasi yang baik dapat memotivasi atlet, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengarah pada hasil yang lebih baik dalam kompetisi karate Kata di Jawa Tengah maupun organisasi cabang olahraga lain seperti Pencak Silat yang juga memiliki kompetisi serupa.

- **Signifikansi Sosial**

Penelitian ini memiliki signifikansi sosial dengan memperbaiki hubungan antara pelatih dan atlet terkhusus dalam olahraga karate kata. Ini dapat membantu mengurangi konflik yang mungkin timbul dan menciptakan lingkungan yang lebih positif dan mendukung bagi atlet karate, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kesejahteraan emosional mereka dan juga menjaga motivasi atlet. Hal ini dapat

menjadi dasar bagi pelatih-pelatih Karate ataupun cabang olahraga lain seperti Pencak Silat, *Dancesport*, ataupun atletik yang memiliki pola latihan serupa.

1.5 Kerangka Teoritis

1.5.1 State of The Art

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang pernah dilakukan dengan objek atau topik yang sama. Penelitian inilah yang kemudian menjadi arahan dan cerminan dari penelitian yang akan dilakukan selanjutnya. Antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sosiawan yang berjudul “*Unlocking Karate Athlete Performance: The Power of Effective Coaching Communication*” dilakukan pada tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan pemahaman teoritis komunikasi pembinaan olahraga dalam konteks pembinaan fisik dan mental atlet karate, dengan tujuan meningkatkan prestasi atlet. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif. Hasil penelitian menemukan bahwa pola komunikasi pembinaan dalam pelatihan karate dikembangkan baik selama maupun di luar pelatihan, dan sebagian besar berbentuk komunikasi tatap muka. Metode pembinaan yang digunakan selama pelatihan antara lain ceramah, demonstrasi, dan media video, dengan pendekatan terbuka, kekeluargaan, dan personal. Pendekatan ini terbukti efektif dalam memotivasi atlet, membangun kepercayaan diri mereka, dan membantu mereka memahami dan mengikuti instruksi pelatih. Kajian ini menyarankan agar pelatih mengupayakan sertifikasi kompetensi untuk meningkatkan kemampuannya dalam melatih atlet karate. Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa komunikasi pembinaan yang efektif dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan kinerja atlet, dan pelatih harus dilatih dan didukung dalam mengembangkan keterampilan

komunikasi mereka untuk mendukung atlet mereka dengan lebih baik (Sosiawan et al., 2023).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Khan dkk yang berjudul “*Communication As a Key Determinant of Successful Coaching*” pada tahun 2021 lalu. Berdasarkan hasil, peneliti menemukan pada kesimpulan bahwa keterampilan komunikasi yang efektif dianggap sebagai kunci penentu keberhasilan performa atletik. Disimpulkan juga oleh peneliti bahwa untuk kinerja atau output yang optimal atlet, sangat penting bagi pelatih untuk mengadopsi cara komunikasi yang positif dan efektif bagi pemain. Dalam menghubungkan ini, penelitian lebih lanjut menyimpulkan bahwa keterampilan komunikasi yang buruk dapat menyebabkan kinerja pemain yang buruk. Sebagian besar responden berpendapat bahwa mereka membutuhkan tipe pelatih seperti itu yang mengklarifikasi konsep mereka dengan menggunakan prosedur dan keterampilan aktivitas yang dapat dipahami. Di dalam *connection*, berdasarkan temuan dan kesimpulan peneliti merekomendasikan bahwa kesadaran program tentang pentingnya keterampilan komunikasi yang baik dapat diselenggarakan di antara pelatih dan pembina olahraga dengan tujuan untuk membekali mereka dengan kemampuan komunikasi yang baik, untuk membuat proses pelatihan dan pembinaan lebih mudah dan efektif, pelatih perlu mengadopsi keterampilan komunikasi yang positif, profesionalisme olahraga dapat tercipta di kalangan pelatih manager, pelatih dan pemain dengan tujuan untuk membangun rasa olahragawan kapal yang kuat di antara mereka (Khan et al., 2022).

3. Penelitian berikutnya adalah Sosiawan dan Saptono pada tahun 2020 yang berjudul "*Coaching Communication Model For Improving Athlete Achievement*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menambah perkembangan teoritis tentang studi komunikasi olahraga, terutama dalam proses pelatihan fisik dan mental atlet dengan menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi pelatihan berkembang dalam proses pelatihan dan di luar pelatihan. Bentuk komunikasi pelatihan selama dan di luar pelatihan pada umumnya adalah tatap muka. Metode yang digunakan dalam komunikasi pelatihan adalah dengan menggunakan ceramah dan demonstrasi serta melibatkan media video untuk lebih merangsang motivasi pencapaian bagi setiap atlet. Pendekatan yang diambil dalam komunikasi pelatihan adalah pendekatan terbuka, keluarga, dan pribadi. Pemilihan metode komunikasi pelatihan telah terbukti mampu memotivasi dan membangun rasa percaya diri atlet serta atlet dapat menerima dan menginterpretasikan pesan-pesan instruksional yang disampaikan dan diinginkan oleh para pelatih. Saran dan rekomendasi yang dapat diberikan dalam penelitian ini adalah tentang sertifikasi pelatih untuk setiap pelatih olahraga (Sosiawan & Saptono, 2020).
4. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Zuniarti yang berjudul "Peran Komunikasi Antarpribadi Pelatih Dalam Meningkatkan Ketangguhan Mental Atlet (Studi Pada Pelatih dan Atlet Karate Kumite Junior Gokasi Jakarta Barat)" pada 2021 lalu. Riset ini bertujuan untuk mengetahui peran komunikasi antarpribadi pelatih dalam meningkatkan ketangguhan mental atlet kumite dan apa saja yang menjadi hambatan komunikasi dalam

meningkatkan prestasi. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode pendekatan yang digunakan adalah fenomenologi. Melalui wawancara dan observasi yang telah dilakukan maka didapatkan hasil bahwa dengan teori penetrasi sosial yang memiliki 4 tahapan proses dimana atlet kumite kadet memasuki tahap pertukaran stabil sementara atlet kumite junior di tahap proses pertukaran afektif. Adapun peran komunikasi antarpribadi pelatih yakni meyakinkan melalui kata-kata yang memiliki dampak terhadap atlet, memberikan dukungan baik verbal maupun nonverbal, memberikan contoh ketika latihan sebagai evaluasi pertandingan serta memberikan solusi. Hambatan komunikasi yang terjadi ialah intelegensi atlet dalam memahami dan fokus yang mudah terbagi, fisik dan semantik (Zuniarti, 2021).

5. Penelitian lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Kim dan Park pada tahun 2020 yang berjudul *“Coach Really Knew What I Needed And Understood Me Well As A Person”: Effective Communication Acts In Coach–Athlete Interactions Among Korean Olympic Archers*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi secara kualitatif situasi di mana atlet menganggap komunikasi dengan pelatih mereka penting dan menentukan efek komunikasi ini pada para atlet. Literatur tentang proses komunikasi dalam olahraga menekankan karakteristik khas dari setiap olahraga dan lingkungannya. Namun, penelitian sebelumnya belum mempelajari berbagai pengaturan secara rinci, dan olahraga panahan belum terungkap sepenuhnya. Proses kualitatif melibatkan wawancara mendalam semi-struktural dengan delapan atlet panahan Olimpiade. Analisis tematik digunakan untuk menginterpretasikan data. Atlet menganggap komunikasi

dengan pelatih penting selama pertunjukan mereka, saat menghadapi krisis psikologis, dan selama pelatihan mereka. Analisis kami menunjukkan bahwa, tergantung pada tindakan komunikatif, seorang pelatih dapat berdampak positif atau negatif pada kesadaran diri, kepercayaan diri, kecemasan, otonomi, dan motivasi seorang atlet. Temuan penting dari penelitian ini adalah bahwa atlet panahan menganggap komunikasi dengan pelatih tentang pemilihan dan pengelolaan peralatan penting. Studi ini menekankan peran penting komunikasi atlet dengan pelatih dalam berbagai situasi dan membahas implikasi teoritis dan praktis dalam konteks kinerja olahraga.

Dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, penelitian yang akan dilakukan ini memiliki beberapa unsur kebaruan seperti fokus pada cabang olahraga karate, beberapa penelitian sebelumnya berfokus pada cabang olahraga lain atau olahraga secara umum sedangkan dalam konteks karate terdapat elemen-elemen unik seperti teknik, taktik dan komunikasi yang bisa membedakan dengan penelitian sebelumnya. Kemudian juga terdapat unsur kebaruan dari fokus penelitian pada konteks persiapan kompetisi PON, hal ini menciptakan dinamika baru dalam komunikasi dan pembinaan antara atlet dan pelatih terutama pada kontingen Jawa Tengah yang tidak dimiliki penelitian sebelumnya. Selain itu, penelitian ini juga dilakukan dengan melihat proses komunikasi pembinaan yang terjadi berdasarkan budaya Indonesia yang pada penelitian sebelumnya terjadi di beberapa negara berbeda.

1.5.2 Paradigma

Paradigma merupakan model atau kerangka berpikir untuk mengamati dan memahami, bagaimana kita melihat dan memahami sebuah realita. Pengertian

ini telah berkembang seiring dengan meningkatnya jumlah penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Oleh karena itu, dimasa kini paradigma sering kali digunakan untuk menilai bagaimana penelitian dilakukan dan bagaimana pengetahuan diinterpretasi dalam penelitian tersebut (Kankam, 2019).

Penelitian ini menggunakan paradigma interpretatif. Paradigma ini adalah kerangka berpikir yang menekankan pemahaman mendalam terhadap makna, konteks, dan pengalaman subjektif dari fenomena yang diteliti. Paradigma ini mengakui bahwa realitas sosial adalah sesuatu yang kompleks dan subjektif, dan bahwa pemahaman tentangnya tidak dapat direduksi menjadi fakta atau data terukur secara kuantitatif. Sebaliknya, paradigma ini menekankan pada pemahaman holistik yang mempertimbangkan banyak dimensi subjektif dan kontekstual dalam menganalisis fenomena sosial. Di sisi lain, paradigma interpretatif hadir dengan konsekuensinya sendiri seperti orientasi nya yang terikat pada penelitian kualitatif, lalu juga konteks dan pengalaman subjektif untuk dapat memahami fenomena dengan lebih mendalam sehingga keterlibatan langsung peneliti saat pengumpulan data menjadi sesuatu yang lumrah dalam paradigma ini (Croucher & Cronn-Mills, 2018). Oleh karena itu, paradigma ini dinilai dapat membantu memahami fenomena komunikasi yang terjadi diantara atlet dan pelatih sebagai objek penelitian. Paradigma ini dianggap pendekatan yang cocok untuk menginvestigasi kelakuan individual.

1.5.3 Komunikasi Olahraga (Sport Communication)

Komunikasi dalam olahraga merupakan suatu proses yang dinamis, terjadi secara aktif dan interaktif. Penerima pesan dapat menerima pesan atau pun menolak pesan pada saat pengirim melemparkan pesannya. Komunikasi dalam

olahraga juga merupakan komunikasi dengan unsur saling ketergantungan, interaksi yang terjadi, dan ada umpan balik baik verbal maupun nonverbal. Efek komunikasi olahraga yang diharapkan adalah motivasi, petunjuk, memberikan solusi dan memberikan harapan kepada lawan bicaranya (Wenner, 2021).

Sport communication merupakan sebuah proses di mana orang-orang, baik dalam dunia olahraga, di suatu lingkungan olahraga, atau melalui usaha olahraga, berbagi simbol-simbol dan menciptakan makna melalui interaksi. Ini mencakup pertukaran informasi, pesan verbal dan non-verbal, dan segala bentuk komunikasi yang terjadi dalam, di sekitar, atau melalui dunia olahraga. *Sport communication* tidak hanya terbatas pada pesan-pesan tertulis atau media massa olahraga, tetapi juga mencakup interaksi antara individu dalam setting olahraga, seperti atlet dan pelatih, pemimpin konferensi olahraga, dan banyak lagi. Dengan demikian, *sport communication* mencakup berbagai aspek komunikasi dalam dunia olahraga, termasuk interaksi interpersonal, komunikasi kelompok, komunikasi pembinaan, dan semua bentuk komunikasi yang terjadi dalam konteks olahraga (Pedersen, 2017).

Teori Pertukaran Sosial (*Social Exchange Theory*)

Teori Pertukaran Sosial sangat relevan dalam konteks komunikasi olahraga karena membantu dalam memahami, memprediksi, dan mengelola hubungan interpersonal antara anggota tim, pelatih, dan manajer. Dengan memahami bahwa individu cenderung mempertahankan hubungan yang memberikan imbalan positif dan meminimalkan biaya, pelatih dan manajer dapat merencanakan strategi untuk mendorong kolaborasi, memotivasi anggota tim, dan mengelola konflik. Mereka dapat menggunakan pengetahuan tentang apa yang membuat setiap anggota tim merasa diuntungkan dari hubungan

dengan yang lain untuk membangun kepercayaan, memberikan dukungan, dan memfasilitasi pertukaran informasi yang efektif. Dengan demikian, teori pertukaran sosial menjadi alat yang berharga dalam membangun hubungan yang kuat dan produktif dalam tim olahraga, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kinerja dan keberhasilan mereka sebagai sebuah tim.

Teori Pertukaran Sosial (SET) didasarkan pada gagasan bahwa orang memikirkan hubungan mereka dalam istilah ekonomi (West & Turner, 2010). Michael Roloff (2015) mengatakannya sebagai berikut: “Kelangsungan hidup manusia didasarkan pada kemampuan untuk memperoleh sumber daya yang dibutuhkan dan komunikasi adalah alat yang digunakan individu untuk menegosiasikan pertukaran serta menyediakan sumber daya”. Orang-orang menghitung biaya yang harus dikeluarkan untuk menjalin hubungan dan membandingkannya dengan imbalan yang ditawarkan dalam hubungan tersebut. Biaya adalah elemen kehidupan relasional yang memiliki nilai negatif bagi seseorang, seperti waktu dan usaha yang harus dikeluarkan seseorang untuk mempertahankan suatu hubungan atau hal negatif yang harus ditanggung oleh pasangannya (seperti jumlah waktu yang dihabiskan). George Homans umumnya dianggap membawa gagasan pertukaran perspektif terhadap perilaku manusia. Homans mengkaji gagasan pertukaran dalam kelompok kecil dan kemudian dieksplorasi dalam hubungan interpersonal (Trevino & Tilly, 2016). Ahli teori Pertukaran Sosial berpendapat bahwa orang menilai hubungan mereka berdasarkan biaya dan imbalan (Roloff, 2009; Stafford, 2008). Semua hubungan memerlukan waktu dan usaha dari pihak yang terlibat. Ketika sahabat menghabiskan waktu bersama, yang harus mereka lakukan untuk menjaga hubungan, mereka tidak mampu melakukan hal lain dengan waktu tersebut,

sehingga dalam artian waktu yang dihabiskan adalah sebuah biaya. Teman mungkin membutuhkan perhatian pada saat yang tidak tepat, dan kerugiannya akan semakin besar. Misalnya, jika Anda harus menyelesaikan tugas kuliah dan sahabat Anda baru saja putus dengan pacarnya dan perlu berbicara dengan Anda, Anda dapat melihat bahwa persahabatan tersebut akan merugikan Anda dalam hal waktu. Namun hubungan juga memberi kita imbalan, atau hal positif. Keluarga, teman, dan orang-orang terkasih umumnya memberi kita rasa penerimaan, dukungan, dan persahabatan.

1.5,4 Komunikasi Pembinaan (*Coaching Communication*)

Komunikasi pembinaan dalam lingkup olahraga merujuk pada proses komunikasi yang terjadi antara pelatih dan atlet. Ini adalah salah satu elemen paling penting dalam perkembangan dan pembinaan atlet, terutama dalam mencapai prestasi tertinggi dalam kompetisi. Komunikasi pembinaan bukan hanya tentang penyampaian instruksi teknis, tetapi juga tentang memahami, memotivasi, dan membina hubungan antara pelatih dan atlet (O'Donoghue, P., & Mayes, A. (2013).

Dalam bukunya, West (2016) menjelaskan bahwa komunikasi pembinaan mencakup berbagai aspek. Komunikasi ini melibatkan penyampaian instruksi teknis. Pelatih harus mampu menjelaskan dengan jelas teknik, taktik, dan strategi yang relevan dengan olahraga yang sedang dilatih. Ini melibatkan penggunaan bahasa yang mudah dimengerti oleh atlet dan penggunaan ilustrasi atau demonstrasi untuk memperjelas konsep-konsep tersebut. Selain itu, komunikasi pembinaan juga mencakup aspek motivasi. Pelatih berperan sebagai motivator utama bagi atlet. Mereka menggunakan kata-kata yang memotivasi dan inspiratif untuk membantu atlet menjaga semangat dan dedikasi

mereka. Motivasi ini seringkali diberikan dalam situasi yang sulit atau ketika atlet menghadapi kegagalan. Pelatih harus memotivasi atlet untuk terus berjuang dan meningkatkan diri. Dalam penelitian Gould et.al (2020), ia menemukan bahwa komunikasi pembinaan juga berperan dalam membangun hubungan antara pelatih dan atlet. Hubungan ini didasarkan pada saling percaya, pengertian, dan kemitraan. Pelatih harus memahami kebutuhan, kekuatan, dan kelemahan individu masing-masing atlet. Mereka harus bersedia mendengarkan dan merespons perasaan dan kekhawatiran atlet. Karena, komunikasi tidak hanya bersifat satu arah; atlet juga harus merasa nyaman untuk berkomunikasi dengan pelatihnya. Selain komunikasi lisan, komunikasi non-verbal juga berperan penting dalam pembinaan. Bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan gestur pelatih dapat memiliki dampak besar pada atlet. Ketika atlet melihat pelatih yang percaya diri, tenang, dan penuh semangat, itu juga memengaruhi sikap dan motivasinya.

Komunikasi pembinaan dapat melibatkan pemberian umpan balik. Pelatih memberikan umpan balik konstruktif tentang kinerja atlet. Umpan balik ini harus jelas, spesifik, dan bermanfaat untuk membantu atlet memperbaiki diri. Penggunaan umpan balik yang efektif adalah kunci dalam proses pembinaan. Komunikasi pembinaan adalah elemen penting dalam membentuk atlet yang sukses. Tidak hanya dalam pengajaran keterampilan fisik, tetapi juga tentang memotivasi, membangun hubungan, dan membantu atlet mencapai potensi tertinggi mereka dalam dunia olahraga. Komunikasi yang efektif antara pelatih dan atlet merupakan faktor kunci dalam mencapai prestasi yang luar biasa (Milroy et al., 2019). Dalam keseluruhan, konsep komunikasi pembinaan dalam olahraga karateka kata merupakan bagian integral dari pengembangan

atlet. Ini melibatkan tidak hanya penyampaian informasi teknis, tetapi juga motivasi, dukungan emosional, dan evaluasi kinerja. Dengan komunikasi pembinaan yang efektif, pelatih dapat membantu atlet mencapai potensi tertinggi mereka dalam seni bela diri karate.

Teori Tindakan Beralasan (*The Reasoned of Action Theory*)

Teori Tindakan Beralasan berguna sebagai cara melihat realitas dalam konteks komunikasi pembinaan antara pelatih dan atlet, Teori Tindakan Beralasan berguna karena mengakui bahwa individu memiliki alasan atau motivasi tertentu di balik tindakan atau perilaku mereka. Dalam interaksi komunikasi pembinaan, pemahaman terhadap alasan-alasan ini penting untuk memahami bagaimana pesan-pesan disampaikan dan diterima. Misalnya, seseorang mungkin memberikan dukungan kepada teman mereka karena mereka peduli dan ingin membangun hubungan yang baik. Dalam kerangka Teori Tindakan Beralasan, alasan di balik perilaku ini dapat berasal dari nilai-nilai pribadi, norma-norma sosial, atau harapan-harapan tertentu tentang bagaimana hubungan seharusnya terjadi. Dengan memahami alasan-alasan di balik perilaku komunikasi pembinaan, individu dapat lebih efektif dalam menyampaikan pesan-pesan yang bersifat membangun dan mendukung, serta dalam memperoleh respons yang diharapkan. Selain itu, pemahaman ini juga membantu dalam membangun kepercayaan dan keterbukaan antara individu atau kelompok, yang merupakan aspek penting dari hubungan yang sehat dan berkelanjutan.

Icek Ajzen dan Martin Fishbein (W.Littlejohn et al., 2017) memperluas karya mereka tentang teori nilai-harapan menjadi sebuah teori tindakan beralasan dengan menambahkan gagasan niat ke dalam persamaan tersebut.

Secara khusus, niat untuk berperilaku dengan cara tertentu ditentukan oleh dua hal—sikap terhadap perilaku tersebut (apakah individu menyukai perilaku tersebut atau tidak) dan norma subjektif (keyakinan seseorang tentang bagaimana orang lain ingin individu tersebut berperilaku, termasuk tekanan sosial untuk melakukan perilaku tersebut). Setiap faktor—sikap dan pendapat orang lain—diberi bobot sesuai dengan kepentingannya. Terkadang sikap individu paling penting; terkadang pendapat orang lain paling penting; dan terkadang sikap individu dan pendapat orang lain memiliki bobot yang lebih atau kurang sama.

1.5.5 Motivasi Atlet

Motivasi adalah kekuatan internal atau dorongan psikologis yang mendorong individu untuk bertindak, berperilaku, atau mencapai tujuan tertentu. Motivasi memiliki peran penting dalam membentuk perilaku dan prestasi seseorang dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan, pekerjaan, olahraga, dan hubungan interpersonal (Menno A. Mennes, 2023). Dalam konteks atlet, motivasi adalah faktor kunci yang memengaruhi kinerja dan dedikasi mereka dalam latihan dan kompetisi. Motivasi atlet dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk hasrat untuk memenangkan perlombaan, mencapai prestasi pribadi yang tinggi, rasa bangga dalam mewakili tim atau negara, atau kesenangan dalam mengeksplorasi potensi fisik dan mental mereka (Rumhadi, 2017).

Selain itu, teori motivasi, seperti teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow atau teori motivasi berdasarkan tujuan, dapat memberikan wawasan lebih lanjut tentang bagaimana motivasi dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis, sosial, dan lingkungan. Misalnya, teori hierarki kebutuhan menunjukkan bahwa individu memiliki serangkaian kebutuhan yang harus

dipenuhi, mulai dari kebutuhan dasar seperti makanan dan tempat tinggal, hingga kebutuhan yang lebih tinggi seperti penghargaan dan pengakuan. Ketika kebutuhan yang lebih rendah telah terpenuhi, individu cenderung diarahkan pada pencapaian kebutuhan yang lebih tinggi (Prihartanta et al., 2015).

Penting untuk memahami bahwa motivasi atlet bukanlah sesuatu yang statis, tetapi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Pelatih memiliki peran kunci dalam mempengaruhi dan memelihara motivasi atlet. Dalam penelitian Ningsih dkk (2021), konsep komunikasi pembinaan atau *coaching communication* dalam olahraga karateka kata berkaitan dengan bagaimana pelatih berkomunikasi dengan atlet untuk membantu memelihara dan meningkatkan motivasi mereka. Dalam *coaching communication*, penting bagi pelatih untuk mengadopsi pendekatan yang membangun, memberikan dukungan, dan memberikan umpan balik yang konstruktif kepada atlet. Komunikasi pembinaan harus memotivasi atlet, mendorong mereka untuk berusaha lebih keras, dan membantu mereka memahami pentingnya tujuan dan komitmen dalam olahraga karate. Pelatih harus mampu menyampaikan harapan yang realistis, memberikan dorongan ketika diperlukan, dan membantu atlet mengatasi rintangan dan kegagalan.

Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan latihan yang positif dan mendukung di mana atlet merasa didengar, dihargai, dan termotivasi untuk berkembang. Pelatih dapat menggunakan teknik komunikasi yang beragam, seperti memberikan pujian atas pencapaian, memberikan umpan balik yang jelas dan berfokus pada solusi, mendengarkan dengan empati terhadap kebutuhan dan kekhawatiran atlet, serta menggunakan motivasi intrinsik dan ekstrinsik untuk mempertahankan semangat atlet (Moreno-Murcia et al., 2019).

Dalam konteks latihan atlet, motivasi berperan penting dalam memandu konsistensi, ketekunan, dan dedikasi mereka terhadap latihan dan peningkatan keterampilan. Atlet yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih mampu mengatasi rintangan, menjaga fokus, dan bertahan dalam menghadapi tantangan. Oleh karena itu, memahami dan memelihara motivasi atlet adalah aspek kunci dalam pembinaan dan pengembangan atlet yang sukses (Kim & Park, 2020).

Teori Nilai Harapan (*Expectancy Value Theory/EVT*)

Dalam konteks atlet karate kata dalam persiapan Pekan Olahraga Nasional, komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet memainkan peran kunci dalam memengaruhi faktor-faktor ini. Melalui komunikasi yang efektif, pelatih dapat membantu membentuk keyakinan atlet dalam kemampuan mereka untuk mencapai tujuan, memberikan penilaian yang jelas tentang nilai dari pencapaian tersebut, dan menggambarkan hubungan antara pencapaian tujuan dan konsekuensi yang diinginkan. Dengan menganalisis tingkat harapan, nilai, dan instrumentality dari sudut pandang individu, pelatih dapat merancang strategi komunikasi yang tepat untuk memelihara dan meningkatkan motivasi atlet dalam mencapai tujuan mereka dalam olahraga.

Teori nilai harapan dari motivasi menekankan bahwa tingkat motivasi individu untuk mencapai tujuan mereka tergantung pada harapan, nilai, dan instrumentalitas. Harapan mencerminkan keyakinan individu bahwa usaha yang mereka lakukan akan menghasilkan hasil yang diinginkan, sedangkan nilai menggambarkan kepentingan atau nilai yang diberikan individu pada hasil yang diinginkan. Sementara itu, instrumentalitas berkaitan dengan keyakinan bahwa mencapai tujuan akan menghasilkan konsekuensi yang diinginkan (Littlejohn

& Karen, 2009). Pada intinya, dalam teori terdapat dua variabel: valensi dan bobot. Valensi mengacu pada apakah informasi mendukung atau menentang keyakinan, sedangkan bobot dipengaruhi oleh kredibilitas informasi. Informasi yang lebih kredibel diberi bobot yang lebih tinggi, mempengaruhi keyakinan dengan lebih signifikan. Menurut EVT, perubahan sikap bisa terjadi dari tiga sumber: mengubah kekuatan keyakinan, mengubah evaluasi keyakinan, atau memperkenalkan keyakinan baru. Perubahan sikap terjadi ketika informasi baru memengaruhi keyakinan, menyebabkan pergeseran sikap atau mengubah bobot atau valensi yang diberikan pada informasi (Miner, 2005). Sebagai contoh dalam konteks latihan olahraga, jika ingin memulai latihan fisik untuk meningkatkan kebugarannya. Seseorang akan percaya latihan akan membuatnya lebih sehat. Jika informasi tentang manfaat latihan mendukung keyakinannya, dia memberikan valensi positif dan bobot tinggi. Namun, jika ada informasi tentang risiko cedera, sikapnya bisa menjadi skeptis. Pesan persuasif juga memengaruhi sikapnya. Dengan EVT, kita bisa memahami bagaimana keyakinan dan nilai memengaruhi sikap dan perilaku terhadap latihan fisik. Fishbein menyarankan bahwa sikap diorganisir berdasarkan keyakinan dan evaluasi, dan sikap yang secara umum positif atau negatif terhadap suatu topik, seperti pernikahan sesama jenis, dibentuk oleh kombinasi keyakinan. Keyakinan ini mempengaruhi individu untuk mendukung atau menentang topik tersebut .

1.6 Operasionalisasi Konsep

1.6.1 Komunikasi Pembinaan

Komunikasi pembinaan merupakan proses komunikasi yang terjadi antara pelatih dan atlet. Komunikasi pembinaan bukan hanya tentang

penyampaian instruksi teknis, tetapi juga tentang memahami, memotivasi, dan membina hubungan antara pelatih dan atlet. Proses komunikasi ini dapat terjadi dalam pengajaran keterampilan fisik, memotivasi, dan membangun hubungan, untuk membantu atlet mencapai potensi tertinggi mereka dalam dunia olahraga. Komunikasi pembinaan harus memotivasi atlet, mendorong mereka untuk berusaha lebih keras, dan membantu mereka memahami pentingnya tujuan dan komitmen dalam olahraga karate. Pelatih harus mampu menyampaikan harapan yang realistis, memberikan dorongan ketika diperlukan, dan membantu atlet mengatasi rintangan dan kegagalan.

1.6.2 Motivasi Atlet

Motivasi atlet dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk hasrat untuk memenangkan perlombaan, mencapai prestasi pribadi yang tinggi, rasa bangga dalam mewakili tim atau negara, atau kesenangan dalam mengeksplorasi potensi fisik dan mental mereka. Motivasi sendiri dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis, sosial, dan lingkungan.

1.7 Asumsi Penelitian

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah, dan kajian teori yang telah digunakan, penelitian ini dapat menjelaskan bagaimana proses komunikasi pembinaan diantara atlet dan pelatih untuk menjaga motivasi latihan para atlet cabang olahraga karate kata dalam persiapan kompetisi Pekan Olahraga Nasional. Tujuan kendali penelitian ini adalah untuk menghasilkan gambaran komunikasi positif diantara atlet dan pelatih cabang olahraga Karate Kata agar dapat menjadi contoh untuk diadopsi oleh pelatih atau cabang olahraga lainnya.

1.8 Metode Penelitian

1.8.1 Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan maupun memberikan gambaran mengenai fenomena yang terjadi. Tipe penelitian deskriptif kualitatif menekankan pada kondisi apa adanya dari variabel yang diteliti tanpa adanya manipulasi atau rekayasa data. Tipe penelitian ini dapat dilakukan dengan menggunakan observasi, wawancara, maupun dokumentasi (dalam Sukmadinata, 2011: 73).

1.8.2 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah pelatih dan atlet cabang olahraga Karate Kata Pekan Olahraga Nasional di Semarang, Jawa Tengah.

1.8.3 Jenis Data

1) Data Primer

Data primer adalah data yang didapat langsung dari narasumber melalui proses wawancara mengenai topik penelitian yang telah ditentukan.

2) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui sumber bacaan literatur seperti jurnal, buku dan artikel dengan topik sesuai fokus penelitian.

1.8.4 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan metode wawancara atau interview. Metode ini sangat cocok untuk penyelidikan intensif. Dengan metode pengumpulan data interview, informasi yang didapatkan dapat lebih dalam dan spesifik. Tak hanya itu melalui wawancara, penelitian dapat menyesuaikan pertanyaan dengan kebutuhannya dan juga cara

berkomunikasi untuk menarik responden menjawab lebih dalam (Kothari, 2004).

1.8.5 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses untuk mengatur, mengorganisir data yang telah dikumpulkan menjadi kajian atau tafsiran sesuai dengan tema peneliti. Langkah-langkah analisis data, antara lain:

1) Reduksi data

Reduksi data adalah langkah awal dalam analisis data kualitatif. Tujuannya adalah untuk mengurangi kompleksitas data yang telah dikumpulkan, sehingga dapat diolah lebih lanjut. Langkah ini mencakup pemilihan, penghapusan, dan pengelompokan data yang relevan.

2) Penyajian data

Setelah data direduksi, langkah berikutnya adalah menyajikan data dengan cara yang jelas dan sistematis. Penyajian data kualitatif dapat dilakukan melalui narasi, tabel, grafik, atau bahkan multimedia seperti audio atau video. Tujuannya adalah agar pembaca atau penonton dapat memahami temuan-temuan utama dari analisis data. Penyajian data harus mencerminkan temuan dari analisis tanpa mengubah atau menginterpretasikannya secara berlebihan.

3) Verifikasi atau kesimpulan data

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif adalah verifikasi atau kesimpulan data. Ini melibatkan penarikan kesimpulan atau temuan berdasarkan analisis data yang telah dilakukan. Kesimpulan harus diambil dengan hati-hati dan harus sesuai dengan bukti-bukti yang ada dalam data. Langkah verifikasi ini juga melibatkan membandingkan temuan dengan

teori atau literatur yang relevan, serta mengevaluasi signifikansi temuan tersebut dalam konteks penelitian.

