

**HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH
DAN ATLET DENGAN KETANGGUHAN MENTAL ATLET
PADA KLUB BOLA VOLI CHAPTOEN POESAT SMAN 10
JAKARTA**










**Rendy Ardiansyah
1603617022**

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelara Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI, 2024**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I			
Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd NIP. 198308272015041001		16/7/2024	
Pembimbing II			
Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or., M.Pd NIP. 199010182023212040		19/7/2024	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or NIP.197908112005011001	Ketua		23/7/2024
Chandra, S.Pd, M.Pd NIDN. 0022038705	Sekretaris		16/7/2024
Yuliasih, S.Or., M.Pd NIP. 198607092024212001	Anggota		16/7/2024
Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, S.Sos., M.Pd NIP. 198308272015041001	Anggota		16/7/2024
Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or., M.Pd NIP. 199010182023212040	Anggota		19/7/2024

Tanggal Lulus: 8 Juli 2024

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya,
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali dosen pembimbing,
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis, dipublikasikan orang lain, kecuali tulisan dengan jelas yang dicantumkan sebagai acuan atau referensi dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka,
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan hukum yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 19 Juli 2024
Yang Menyatakan

The image shows a handwritten signature in blue ink over a yellow official stamp. The stamp contains the text 'METERAI PERNYATAAN' and 'PMBLX2025/1643'. To the left of the stamp is a blue circular stamp with a white border.

Rendy Ardiansyah
NIM. 1603617022



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : RENDY ARDIANSYAH
NIM : 1603617022
Fakultas/Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat email : @arendy199@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DAN ATLET DENGAN
KETANGGUHAN MENTAL ATLET PADA KLB BOLA VOLI CHAPTOWN POESAT
SMAN 10 JAKARTA

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(RENDY ARDIANSYAH)
nama dan tanda tangan

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana hubungan komunikasi interpersonal pelatih terhadap ketangguhan mental atlet pada klub bola voli Choptoen Poesat SMAN 10 Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dan dengan desain penelitian korelasional. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet di klub bola voli Choptoen Poesat SMAN 10 Jakarta dengan menggunakan *total sampling* yang berjumlah 30 orang. Sedangkan untuk instrumen penelitian ini menggunakan angket yaitu komunikasi interpersonal dan *Sport Mental Toughness Quisionare* (SMTQ) untuk ketangguhan mental. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal sangat berpengaruh untuk meningkatkan ketangguhan mental, didapatkan persentase sebanyak 40% responden memiliki komunikasi interpersonal kategori cukup dan memiliki ketangguhan mental yang baik dengan persentase 40%. Hal ini dikarenakan semakin baik komunikasi interpersonal maka semakin baik pula ketangguhan mental atlet dalam menggapai prestasi. Karena pada dasarnya ketika melakukan hubungan komunikasi interpersonal dapat menjaga stabilitas dalam pengendalian ketangguhan mental atlet yang optimal dalam atlet bola voli. Oleh karena itu komunikasi dapat menjadi jembatan untuk menjalin suatu hubungan antara pelatih dan atlet, karena pelatih merupakan seseorang yang bertugas menjadi pembimbing bagi atlet. Namun Selain itu untuk meningkatkan kemampuan ketangguhan mental atlet bukan hanya didasarkan dengan komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet saja, banyak faktor lain yang perlu dikaji kembali untuk meningkatkan ketangguhan mental atlet.

Kata Kunci : komunikasi interpersonal, ketangguhan mental, atlet, bola voli

**THE RELATIONSHIP OF INTERPERSONAL
COMMUNICATION OF COACHES AND ATHLETES WITH
THE MENTAL TOUGHNESS OF ATHLETES AT THE
CHAPTOEN POESAT VOLLEYBALL CLUB OF SMAN 10
JAKARTA**

ABSTRACT

The aim of this research is to find out how the trainer's interpersonal communication relates to the mental toughness of athletes at the Choptoen Poesat volleyball club at SMAN 10 Jakarta. This research uses a quantitative descriptive approach and a correlational research design. The population and sample in this study were athletes at the Choptoen Poesat volleyball club at SMAN 10 Jakarta using a total sampling of 30 people. Meanwhile, this research instrument uses a questionnaire, namely interpersonal communication and the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ) for mental toughness. Based on the research results, it shows that interpersonal communication is very influential in increasing mental toughness. It was found that a percentage of 40% of respondents had adequate interpersonal communication and had good mental toughness with a percentage of 40%. This is because the better the interpersonal communication, the better the athlete's mental toughness in achieving achievements. Because basically when carrying out interpersonal communication relationships can maintain stability in controlling optimal mental toughness in volleyball athletes. Therefore, communication can be a bridge to establish a relationship between coaches and athletes, because a coach is someone whose job is to guide athletes. However, apart from that, increasing athletes' mental toughness abilities is not only based on interpersonal communication between coaches and athletes, there are many other factors that need to be reviewed to increase athletes' mental toughness.

Keyword : interpersonal communication, mental toughness, athletes, volleyball

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT. karena atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada masa skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada **Bapak Dr. Hernawan, SE., M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, **Bapak Dr. Albert Wolter Aridan Tangkudung, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing 1 dan **Ibu Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or., M.Pd** selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini. **Ibu Yuliasih, S.Or., M.Pd.** selaku dosen penasihat akademik yang selalu memberikan saran dalam masa perkuliahan. Atlet di klub bola voli Chaptoen Poesat SMAN 10 Jakarta yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan. Kedua orang tua saya telah memberikan dukungan material maupun moral. Ketiga sahabat dekat saya, Muhammad Aqrom Kalamal Mulki, S.T., Habibi Syam, S.Tr., S.pt., dan Muhammad Rizky Gobel, S.T., yang telah menjadi sistem penyemangat dalam segala situasi terburuk saya, dan semua pihak yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 8 Juli 2024
Rendy Ardiansyah

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Pembatasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
E. Kegunaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN TEORI, KERANGKA BERPIKIR, DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
1. Hakikat Komunikasi	Error! Bookmark not defined.
2. Hakikat Komunikasi Interpersonal	Error! Bookmark not defined.
3. Hakikat Ketangguhan Mental	Error! Bookmark not defined.
4. Hakikat Pelatih	Error! Bookmark not defined.
5. Atlet Klub Bola Voli Chaptoen Poesat	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Berpikir	Error! Bookmark not defined.
C. Pengajuan Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.

C. Metode Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Pengambilan Data.....	Error! Bookmark not defined.
G. Teknik Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
H. Hipotesis Statistika.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..	Error! Bookmark not defined.
defined.	
A. Deskripsi Data.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pengujian Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
C. Pembahasan Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 3.1. Skala Likert <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i>	29
2. Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Komunikasi Interpersonal	30
3. Tabel 3.3. Kisi-kisi Instrumen Ketangguhan Mental	33
4. Tabel 3.4. Norma Penilaian	35
5. Tabel 4.1. Deskriptif Statistik Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet (X)	40
6. Tabel 4.2. Norma Penilaian Komunikasi Interpersonal (X)	41
7. Tabel 4.3. Deskriptif Statistik Ketangguhan Mental Atlet (Y)	42
8. Tabel 4.4. Norma Penilaian Ketangguhan Mental Atlet (Y)	43
9. Tabel 4.5. Hasil Uji Normalitas	44
10. Tabel 4.6. Hasil Uji Linieritas	45
11. Tabel 4.7. Hasil Analisis Uji Hipotesis	46



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 3.1. Alur Kerangka Berpikir	26
2. Gambar 3.2. Desain Penelitian Korelasional	28
3. Gambar 4.1. Diagram Batang Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet (X)	41
4. Gambar 4.2. Diagram Batang Ketangguhan Mental Atlet (Y)	43



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Lampiran 1. Instrumen penelitian**Error! Bookmark not defined.**
2. Lampiran 2. Data hasil kuesioner**Error! Bookmark not defined.**
3. Lampiran 3. Surat izin penelitian**Error! Bookmark not defined.**
4. Lampiran 4. Surat permohonan validasi**Error! Bookmark not defined.**
5. Lampiran 5. Surat balasan penelitian**Error! Bookmark not defined.**
6. Lampiran 6. Hasil deskriptif komunikasi interpersonal dan ketangguhan mental.....**Error! Bookmark not defined.**
7. Lampiran 7. Hasil uji normalitas**Error! Bookmark not defined.**
8. Lampiran 8. Hasil uji linieritas**Error! Bookmark not defined.**
9. Lampiran 9. Hasil uji hipotesis**Error! Bookmark not defined.**
10. Lampiran 10. Hasil uji koefisien korelasi tunggal **Error! Bookmark not defined.**
11. Lampiran 11. Dokumentasi penelitian**Error! Bookmark not defined.**



