

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Efektivitas komunikasi antara pelatih dan atlet menjadi salah satu faktor penting dalam menciptakan lingkungan pelatihan yang kondusif untuk peningkatan performa atlet sepatu roda. Melalui komunikasi yang efektif, pelatih dapat menyampaikan instruksi, memberikan motivasi, serta membangun kepercayaan dengan para atlet. Sebaliknya, atlet juga dapat menyampaikan kebutuhan, tantangan, dan umpan balik yang dapat membantu pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif (Alfin et al, 2024).

Dalam hubungan antara pelatih dan atlet, komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet menjadi faktor kunci dalam menciptakan lingkungan latihan yang kondusif (Zahra dan Rakhmad, 2024). Ketika atlet merasa didengar dan dipahami, mereka lebih termotivasi untuk berlatih dan mengikuti arahan yang diberikan. Komunikasi yang terbuka juga memungkinkan pelatih untuk menyesuaikan strategi latihan sesuai dengan kondisi fisik, mental, dan emosional atlet, sehingga proses pelatihan dapat berjalan lebih optimal.

Seorang pelatih tidak hanya dituntut memiliki keahlian dalam bidang olahraga yang dilatihnya, tetapi juga harus mampu membangun komunikasi

yang efektif dengan para atlet (Wijayanto, 2022). Menurut Zahroh & Hasanah., (2022) Hubungan interpersonal adalah hubungan antara dua orang atau lebih yang saling berinteraksi dan memengaruhi satu sama lain. Hubungan interpersonal yang terjalin dengan baik antara pelatih dan atlet menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan latihan yang produktif. Menurut Nurul et al. (2024), keberhasilan atlet tidak hanya bergantung pada kemampuan fisik semata, tetapi juga pada pola komunikasi yang diterapkan oleh pelatih dalam menyampaikan instruksi dan memberikan motivasi. Sejalan dengan itu, Yanti dan Jannah (2017) menyatakan bahwa pelatih harus memiliki keterampilan dalam mengelola kondisi psikologis atlet agar dapat membantu mereka mengatasi tekanan dan meningkatkan performa.

Dukungan emosional dari pelatih melalui komunikasi yang positif juga dapat membantu atlet mengatasi tekanan dan rasa cemas sebelum bertanding, sehingga mereka dapat fokus dan mengeluarkan potensi maksimal di arena (Wiarto, 2023). Dengan demikian, komunikasi yang baik tidak hanya berdampak pada kualitas latihan, tetapi juga pada kesiapan mental dan kepercayaan diri atlet saat menghadapi kompetisi.

Saat ini, olahraga sepatu roda semakin berkembang di Indonesia, khususnya di DKI Jakarta sebagai pusat pembinaan atlet dan penyelenggaraan berbagai kompetisi tingkat nasional. DKI Jakarta berhasil mendapat juara umum dalam Kejuaraan Nasional Sepatu Roda Piala Ibu Negara 2022 dengan perolehan 24 medali emas, 14 perak, dan 9 perunggu. Selain itu, pada Pekan Olahraga Nasional (PON) XXI Aceh-Sumut 2024,

tim sepatu roda DKI Jakarta kembali menunjukkan dominasinya dengan meraih 10 medali emas, 5 perak, dan 4 perunggu.

Keberhasilan ini tidak terlepas dari peran penting komunikasi antara pelatih dan atlet, pelatih tidak hanya bertanggung jawab dalam memberikan strategi teknis dan fisik, tetapi juga membangun mental juara bagi para atletnya. Olahraga sepatu roda menuntut atlet untuk memiliki keterampilan teknis yang mumpuni, ketahanan fisik yang baik, serta mental yang kuat agar mampu bersaing di berbagai ajang. Dalam upaya mencapai puncak prestasi, berbagai faktor mempengaruhi perkembangan atlet, salah satunya adalah efektivitas komunikasi antara pelatih dan atlet (Ramadhani & Aulia 2023). Oleh karena itu, memahami bagaimana komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet dapat meningkatkan motivasi berprestasi menjadi hal yang sangat relevan untuk diteliti.

Pelatih adalah seseorang profesional yang memiliki tugas membimbing, mengarahkan, dan mengembangkan kemampuan seorang atlet atau kelompok atlet dalam suatu cabang olahraga (Sudirman, 2019). Pelatih bukan hanya bertugas untuk mengajarkan teknik dasar, strategi, serta taktik dalam olahraga, tetapi juga berperan sebagai pembimbing yang mendukung perkembangan mental dan motivasi atlet (Manalu et al, 2024). Sejalan dengan hal tersebut Muskitta et al (2020) seorang pelatih tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga memiliki tanggung jawab yang lebih luas. Pelatih yang profesional berfungsi sebagai pengambil

keputusan, pembentuk karakter tim, pencipta budaya kelompok, serta pengelola harmoni dalam sebuah tim.

Pada pembentukan karakter dan harmoni tim tersebut, seorang pelatih biasanya memiliki cara dan gaya komunikasi dengan atlet mereka. Menurut Fadila dan Santoso (2024) gaya komunikasi yang diterapkan oleh pelatih dapat berdampak langsung pada tingkat motivasi atlet dalam menjalani latihan serta menghadapi pertandingan, selain itu hubungan yang baik antara pelatih dan atlet akan menciptakan suasana latihan yang kondusif, meningkatkan kepercayaan diri atlet, serta mendorong mereka untuk terus berkembang (Alqadri, 2023).

Dalam hal ini, komunikasi yang terjadi antara atlet dan pelatih merupakan bentuk dari komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran pesan yang terjadi secara langsung antara dua pihak atau lebih dengan tujuan membangun hubungan yang saling memahami (Purwanto et al, 2022).

Komunikasi dalam kepelatihan bukan hanya berfungsi untuk memberikan instruksi teknis, tetapi juga sebagai sarana membangun kedekatan emosional yang berdampak pada motivasi dan semangat atlet dalam berlatih. Pelatih yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik akan lebih efektif dalam membimbing atlet, memahami perasaan mereka, serta memberikan dorongan yang diperlukan agar atlet dapat berkembang secara maksimal (Rizmayanti dan Kusnarto, 2022). Sebaliknya, jika komunikasi tidak berjalan dengan baik, atlet

mungkin merasa kurang didukung atau kesulitan memahami arahan yang diberikan, yang dapat berujung pada penurunan motivasi dan performa.

Untuk menciptakan komunikasi yang efektif, pelatih perlu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal yang mencakup keterbukaan, empati, sikap positif, dukungan, dan kesetaraan. Dengan bersikap terbuka, pelatih dapat memberikan instruksi yang jelas serta menerima umpan balik dari atlet. Empati memungkinkan pelatih untuk memahami kondisi dan kebutuhan emosional atlet, sementara sikap positif menciptakan suasana latihan yang menyenangkan dan konstruktif. Selain itu, dukungan dan apresiasi dari pelatih dapat meningkatkan motivasi atlet, serta memastikan bahwa setiap atlet diperlakukan secara adil tanpa diskriminasi. Keterampilan komunikasi ini membangun rasa percaya dan meningkatkan efektivitas hubungan pelatih-atlet.

Dalam praktiknya, sering kali ditemukan hambatan dalam komunikasi antara pelatih dan atlet. Beberapa atlet mungkin merasa ragu untuk mengungkapkan kesulitan yang mereka alami, sementara di sisi lain, pelatih juga bisa saja kurang peka terhadap kondisi psikologis atlet. Padahal peran pelatih sangat besar bagi motivasi dan efektivitas latihan mereka. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal menjadi aspek yang sangat penting dalam menciptakan hubungan antara pelatih dan atlet.

Hal ini juga dirasakan oleh salah satu atlet Sepatu roda yaitu Farah Amalia. Farah merasakan pentingnya dukungan dan dorongan semangat

dari pelatih selama latihan dan kompetisi. Seperti dalam kutipan wawancara berikut:

“Peran pelatih sangat besar dalam memberikan dorongan semangat selama latihan dan kompetisi. Meskipun kami yang bertanding, ide, teknik, serta motivasi untuk terus berlatih sangat dipengaruhi oleh pelatih. Selain itu, ucapan seperti ‘kami yakin kamu pasti bisa’ dari pelatih sangat membantu memotivasi kami karena merasa diberi kepercayaan.” (wawancara pra riset dengan Farah Amalia pada 8 Februari 2025).

Berdasarkan wawancara tersebut, Komunikasi interpersonal dalam kepelatihan olahraga memerlukan berbagai aspek seperti keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, serta kesetaraan antara pelatih dan atlet. Menurut (Siregar et al, 2021). pola komunikasi adalah gambaran atas proses komunikasi yang menunjukkan hubungan antara komponen komunikasi sebagai pola pengiriman dan penerimaan pesan. Sebuah pola komunikasi yang efektif akan memperkuat hubungan antara keduanya dan menciptakan suasana latihan yang lebih nyaman dan produktif. Fadila dan Santoso (2023) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal sangat penting dalam pembinaan atlet, terutama dalam membangun motivasi mereka untuk mencapai hasil terbaik.

Selain Atlet, informan lain yang digunakan dalam penelitian ini adalah pelatih. Faisal Norman, kepala pelatih cabang olahraga sepatu roda DKI Jakarta, menyadari bahwa komunikasi interpersonal juga dirasakan penting dalam membangun hubungan interpersonal dengan para atletnya.

Seperti yang disampaikan dalam kutipan wawancara berikut:

"Salah satu aspek penting dalam membangun komunikasi interpersonal dengan atlet adalah kepercayaan. Kalau atlet percaya

bahwa pelatih punya solusi, mereka akan lebih mudah mengikuti instruksi, dan kendala yang dihadapi bisa teratasi." (wawancara pra riset dengan Faisal Norman pada 8 Februari 2025).

Pola komunikasi interpersonal yang diterapkan oleh pelatih dapat berupa komunikasi verbal, seperti pemberian instruksi dan arahan secara langsung, serta komunikasi non-verbal melalui ekspresi wajah, gestur tubuh, atau kontak mata yang mendukung penyampaian pesan. Menurut Alfin et al (2024), komunikasi interpersonal yang baik dapat membantu pelatih dalam memahami kondisi atlet dan memberikan respons yang sesuai untuk membantu mereka mengatasi tantangan dalam latihan maupun pertandingan.

Pada olahraga sepatu roda di DKI Jakarta, pelatih menggunakan berbagai pendekatan komunikasi untuk membangun motivasi atlet. Beberapa pelatih lebih memilih gaya komunikasi yang tegas dan langsung, sementara yang lain menggunakan pendekatan yang lebih suportif dan persuasif. Pemilihan metode komunikasi yang tepat sangat bergantung pada karakteristik masing-masing atlet agar mereka dapat menerima dan memahami arahan dengan lebih efektif.

"Saya melakukan pendekatan secara persuasif dengan berbicara satu per satu dengan atlet. Saya tanyakan apakah mereka memiliki masalah atau kendala tertentu, dan coba cari tahu apa penyebabnya." (wawancara pra riset dengan Coach Heidi pada 8 Februari 2025).

Motivasi berprestasi yang dimiliki oleh seorang atlet tidak terlepas dari peran komunikasi yang efektif antara pelatih dan atlet. Pendekatan yang dilakukan oleh Faisal Norman, Heidi Cahya, dan Agus Prasetyo

menunjukkan bahwa strategi komunikasi yang beragam dapat membantu memotivasi atlet dengan cara yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing. Pendekatan teknis yang sistematis, komunikasi persuasif yang personal, serta evaluasi yang konstruktif menjadi faktor penting dalam membangun semangat atlet untuk terus berlatih dan meraih prestasi terbaik.

Motivasi berprestasi merupakan salah satu faktor utama yang menentukan keberhasilan seorang atlet dalam dunia olahraga, termasuk dalam cabang olahraga sepatu roda. Motivasi ini mengacu pada dorongan internal seorang atlet untuk mencapai keberhasilan, mengatasi tantangan, serta berusaha meningkatkan performa dari waktu ke waktu. Motivasi yang tinggi dapat mendorong atlet untuk lebih disiplin dalam latihan dan lebih percaya diri dalam menghadapi kompetisi.

“ 'Kamu di sini bukan hanya untuk ikut-ikutan, tapi juga untuk menang'. Kata-kata seperti itu dari *coach*, membuat saya semakin termotivasi untuk berlatih lebih keras dan memberikan yang terbaik dalam setiap pertandingan.” (wawancara pra riset dengan Hakim, atlet sepatu roda pada 8 Februari 2025).

Menurut Nisa dan Jannah (2021), atlet dengan motivasi berprestasi yang tinggi cenderung memiliki persiapan yang lebih matang sebelum bertanding, lebih mampu menghadapi tekanan dalam kompetisi, serta lebih mudah mengendalikan emosinya saat mengalami kegagalan. Sejalan dengan hal tersebut Menurut Anggriawan (2021), motivasi berprestasi (*need for achievement* atau *n-Ach*) merupakan dorongan seseorang untuk

mencapai keberhasilan dalam suatu kompetisi dengan standar prestasi tertentu.

Namun, dalam beberapa kasus, motivasi atlet dapat mengalami penurunan akibat berbagai faktor, seperti kejenuhan dalam latihan, kurangnya rasa percaya diri, atau pola komunikasi dengan pelatih yang kurang efektif. Oleh karena itu, pelatih harus memiliki strategi komunikasi yang tepat agar dapat membangkitkan dan mempertahankan motivasi atlet secara optimal.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi atlet dalam mencapai prestasi. Fadila dan Santoso (2023) menyatakan bahwa komunikasi yang efektif antara pelatih dan atlet dapat meningkatkan semangat, kepercayaan diri, serta daya juang atlet dalam menghadapi berbagai tantangan selama latihan maupun kompetisi. Sementara itu, Diatama (2021) mengungkapkan bahwa pola komunikasi interpersonal yang melibatkan unsur keterbukaan, empati, serta dukungan positif dari pelatih tidak hanya membantu meningkatkan motivasi atlet secara signifikan, tetapi juga menciptakan lingkungan pelatihan yang lebih nyaman dan produktif. Dengan adanya komunikasi yang baik, atlet merasa lebih dihargai, dipahami, dan termotivasi untuk terus berkembang, sehingga peluang mereka dalam mencapai prestasi optimal semakin besar.

Dengan demikian Hubungan interpersonal yang kuat antara pelatih dan atlet menjadi faktor penting dalam membangun kepercayaan serta

kenyamanan selama proses latihan. Pelatih yang mampu memberikan perhatian personal dan mendengarkan kebutuhan atlet dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan mereka secara mental dan emosional. Hal ini akan membuat atlet lebih terbuka terhadap masukan dan mampu menjaga motivasi mereka untuk terus berlatih.

Selain itu, pelatih yang mampu memanfaatkan komunikasi interpersonal secara optimal dapat memberikan dorongan motivasi yang lebih kuat, baik melalui pemberian umpan balik yang membangun maupun apresiasi atas usaha yang telah dilakukan atlet. Dengan pendekatan komunikasi yang baik, pelatih juga dapat menciptakan suasana latihan yang positif, sehingga atlet lebih termotivasi untuk mencapai performa terbaiknya di setiap kompetisi. Dengan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Komunikasi Interpersonal antara Pelatih dan Atlet Sepatu Roda DKI Jakarta dalam Meningkatkan Motivasi untuk Berprestasi”.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti adalah, bagaimana komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet sepatu roda DKI Jakarta dalam meningkatkan motivasi untuk berprestasi?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disampaikan, Maka tujuan penelitiannya adalah menganalisis komunikasi interpersonal antara

pelatih dan atlet sepatu roda DKI Jakarta dalam meningkatkan motivasi untuk berprestasi.

1.4 Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang komunikasi dalam olahraga, khususnya mengenai peran komunikasi interpersonal pelatih dalam membangun motivasi atlet. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kepelatihan dan komunikasi dalam dunia olahraga.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pelatih, atlet, dan organisasi olahraga dalam meningkatkan efektivitas komunikasi di lingkungan kepelatihan. Hasil penelitian ini dapat membantu pelatih dalam mengembangkan strategi komunikasi yang lebih efektif untuk membangun motivasi dan meningkatkan prestasi atlet. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan masukan bagi klub dan akademi olahraga dalam menyusun program pembinaan yang lebih baik guna menciptakan lingkungan latihan yang lebih kondusif.