

**KOMUNIKASI PELATIH DALAM MEWUJUDKAN
KETANGGUHAN MENTAL ATLET BASKET
DI AKADEMI BASKET MEDAN**

TUGAS AKHIR

Oleh:

AJI HAIKAL HASIBUAN

NPM:200311078

*Program Studi Ilmu Komunikasi
Konsentrasi Public Relation*



UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**

PENGESAHAN

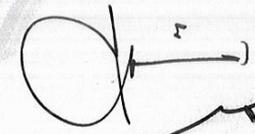
Bismillahirrahmanirrahim

Skripsi ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara oleh:

Nama : Aji Haikal Hasibuan
NPM : 2003110278
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Pada hari, tanggal : 23 April 2025
Waktu : Pukul 08.00 s/d selesai

TIM PENGUJI

PENGUJI I : Nurhasanah Nasution, S.Sos, M,I Kom. ()

PENGUJI II : Faizal Hamzah Lubis, S.Sos.,M.I.Kom. ()

PENGUJI III : Sigit Hardiyanto S.Sos.,M.I.Kom. ()

PANITIA PENGUJI

Ketua

Assoc. Prof. Dr. Arifin Saleh, MSP



Sekretaris

Assoc. Prof. Dr. Abrar Adhani, M.I. Kom

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Telah selesai diberikan bimbingan dalam penulisan skripsi sehingga naskah skripsi ini telah memenuhi syarat dan dapat disetujui untuk dipertahankan dalam ujian skripsi, oleh:

Nama : Aji Haikal Hasibuan
NPM : 2003110278
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Komunikasi Pelatih Dalam Mewujudkan Mental Atlit Basket Di Akademi Basket Medan

Medan, 16 April 2025

Pembimbing

Sigit Hardiyanto, S.Sos., M.I.Kom.
NIDN : 0112118802

Disetujui Oleh

Ketua Program Studi

Akhyar Anshori, S.Sos., M.I.Kom

NIDN : 0127048401

Dekan

Assoc. Prof. Dr. Afifn Saleh, MSP

NIDN : 0030017402

PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan ini saya, Aji Haikal Hasibuan, NPM 2003110278 menyatakan dengan sungguh-sungguh:

1. Saya menyadari bahwa memalsukan karya ilmiah dalam segala bentuk yang dilarang undang-undang, termasuk pembuatan karya ilmiah oleh orang lain dengan sesuatu imbalan, atau mem plagiat atau mengambil karya orang lain, adalah tindakan kejahatan yang harus dihukum menurut undang-undang yang berlaku.
2. Bahwa skripsi ini adalah hasil karya dan tulisan saya sendiri, bukan karya orang lain, atau karya plagiat.
3. Bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh keserjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bila di kemudian hari terbukti pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi berupa:

1. Skripsi saya ini beserta nilai-nilai hasil ujian skripsi saya dibatalkan.
2. Pencabutan kembali gelar keserjanaan yang telah saya peroleh.

Medan, 30 April 2025

Yang Menyatakan,



Aji Haikal Hasibuan

UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan dan teknologi seperti sekarang ini.

Skripsi ini berjudul “Komunikasi Pelatih Dalam Mewujudkan Ketangguhan Mental Atlit Basket Di AkademI Basket Medan ” disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi pada jenjang Strata 1 (S-1) Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Dengan selesainya skripsi ini merupakan suatu kebahagiaan bagi penulis, ditambah dengan proses penulisan skripsi ini telah banyak melibatkan berbagai pihak, bantuan dari segi waktu, tenaga, pemikiran dan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu, melalui pengantar skripsi ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

- a. Bapak Prof. Dr. Agussani, M.AP selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- b. Bapak Assoc. Prof. Dr. Arifin Saleh, S.Sos., MSP selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

- c. Bapak Assoc. Prof. Dr. Abrar Adhani, S.Sos., M.I.Kom selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- d. Ibu Dr. Yurisna Tanjung, M.AP selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- e. Bapak Akhyar Anshori, S.Sos., M.I.Kom selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- f. Bapak Faizal Hamzah Lubis, S.Sos., M.I.Kom selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- g. Bapak Dr.Sigit Hardiyanto, S.Sos., M.I.Kom. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan membantu memberikan masukan serta bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
- h. Bapak Said Ahmad Sarhan Lubis, S.H.I., M.H. selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah memberikan arahan dari semester awal hingga akhir.
- i. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Biro Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- j. Seluruh staff kepelatihan Akademi Basket Medan yang senantiasa
- k. Terimakasih buat ummi dan ayah saya yang udah mendoakan supaya kegiatan dan skripsi saya dilancarkan

membantu saya selama penelitian serta telah menyisihkan waktunya.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan skripsi ini, demikian yang dapat penulis sampaikan, semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan pembaca demi kemajuan perkembangan ilmu pendidikan di masa yang akan datang. Aamiin Ya Rabbal Alamin.

Medan, 16 April 2025

Aji Haikal Hasibuan

Npm: 2003110278

KOMUNIKASI PELATIH DALAM MEWUJUDKAN KETANGGUHAN MENTAL ATLET BASKET DI AKADEMI BASKET MEDAN

AJI HAIKAL HASIBUAN
NPM:200311078

ABSTRAK

Penelitian ini di latar belakang dari peran komunikasi interpersonal guru dalam membina anak berkebutuhan khusus agar mereka memiliki tujuan dan masa depan yang lebih baik, peran pengasuh menjadi sosok orang tua bagi mereka dan juga orang terdekatnya, yang mengajarkan dan mengarahkan bagaimana cara membentuk kepribadian yang dilakukan dengan pendekatan teori interaksionisme simbolik berdasarkan keefektifan komunikasi interpersonal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran tentang komunikasi interpersonal guru terhadap siswa berkebutuhan khusus dengan pendekatan teori interaksionisme simbolik di sekolah inklusi SDAIT Annaas Kota Medan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi partisipan, wawancara, dan dokumentasi. Narasumber dari penelitian ini berjumlah 4 orang yang terdiri dari 1 kepala sekolah, 1 wakil kepala sekolah dan 2 tenaga pengajar. Teknik analisis data dalam kajian ini melalui reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan dalam komunikasi interpersonal guru terhadap ABK di sekolah inklusi SDAIT Annaas Kota Medan ditunjukkan dalam tercapainya pemahaman diantara guru dan ABK yang terjadi karena adanya proses interaksi secara terus menerus dengan menggunakan simbol-simbol sesuai dengan interaksionisme simbolik.

Kata kunci : Komunikasi Interpersonal, Interaksi Simbolik, Anak Berkebutuhan Khusus

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| DAFTAR ISI..... | i |
| DAFTAR TABEL..... | vii |
| DAFTAR GAMBAR..... | viii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 3 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 4 |
| 1.4 Batasan Masalah | 4 |
| 1.5 Manfaat Penelitian | 5 |
| | |
| BAB II URAIAN TEORITIS..... | 6 |
| 2.1 Ketangguhan Mental..... | 6 |
| 2.1.1 Dimensi Ketangguhan Mental | 7 |
| 2.1.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Ketangguhan Mental..... | 8 |
| 2.2 Komunikasi Pelatih..... | 8 |
| 2.2.1 Dimensi Komunikasi Pelatih | 9 |
| 2.2.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Komunikasi Pelatih..... | 10 |
| 2.3 Perilaku Komunikasi Pelatih dan Ketangguhan Mental | 11 |
| 2.4 Hubungan Pelatih – Atlet..... | 13 |
| 2.4.1 Dimensi Hubungan Pelatih – Atlet | 14 |
| 2.4.2 Pengukuran Hubungan Pelatih – Atlet..... | 16 |
| 2.4.3 Dinamika Hubungan Antar Pelatih – Atlet..... | 16 |
| 2.5 Penelitian Terdahulu | 17 |
| 2.6 Kerangka Berfikir | 19 |
| 2.7 Anggapan Dasar..... | 22 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN | 24 |
| 3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian | 24 |
| 3.2 Data dan Sumber Data | 25 |
| 3.3 Subjek dan Objek Penelitian..... | 26 |
| 3.4 Teknik Pengumpulan Data..... | 27 |
| 3.5 Teknik Analisis Data..... | 30 |
| 3.6 Kerangka Konsep..... | 32 |

| | |
|---|-----------|
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 35 |
| 4.1 Gambaran Umum Akademi Basket | 35 |
| 4.1.1 Sejarah..... | 36 |
| 4.2 Komunikasi Pelatih Terhadap Mental Atlit | 37 |
| 4.3 Indikator Nilai-Nilai Mental Atlit..... | 48 |
| 4.4 Faktor Pendukung Dan Penghambat Pelatih Dalam Menumbuhkan Ketangguhan Mental Atlit Basket Akademi Basket Medan | 50 |
| 4.4.1 Faktor Pendukung Pelatih dalam Menumbuhkan Ketangguhan Mental Atlit Basket Akademi Basket Medan | 52 |
| 4.4.2 Faktor Penghambat Pelatih dalam Menumbuhkan Ketangguhan Mental Atlit Basket Akademi Basket Medan | 54 |
| 4.5 Kategorisasi Penelitian..... | 57 |
| 4.6 Deskripsi Hasil Penelitian..... | 58 |
| BAB V | 67 |
| 5.1 Kesimpulan | 67 |
| 5.2 Saran | 68 |
| 5.3 Penutup | 69 |
| DAFTAR PUSTAKA | 70 |
| LAMPIRAN..... | 72 |
| DOKUMENTASI | 74 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu | 17 |
|--------------------------------------|----|

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berfikir..... | 22 |
| Gambar 2.1 Kerangka Konsep | 34 |
| Gambar 4.1 Lokasi Akademi Basket Medan | 35 |
| Gambar 4.2 Proses Sebelum Latihan | 37 |
| Gambar 4.3 Sesi Latihan..... | 47 |

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Ketangguhan mental merupakan salah satu aspek penting dalam dunia olahraga, khususnya dalam cabang olahraga basket yang menuntut konsentrasi, koordinasi, dan kemampuan mengambil keputusan dalam tekanan tinggi. Ketangguhan mental menjadi elemen yang membedakan atlet unggul dari yang lainnya, baik dalam sesi latihan maupun saat pertandingan. Atlet dengan ketangguhan mental yang baik mampu menghadapi tantangan, bangkit dari kegagalan, dan mempertahankan performa optimal dalam kondisi yang menuntut. Dalam konteks ini, peran pelatih sangatlah krusial.

Pelatih tidak hanya bertugas sebagai pengarah teknis dan taktik permainan, tetapi juga sebagai pembentuk karakter dan mental para atletnya. Hubungan interpersonal yang terjalin antara pelatih dan atlet, gaya komunikasi pelatih, serta cara pelatih memberikan motivasi dan umpan balik dapat memengaruhi perkembangan mental para atlet. Pelatih yang memiliki pendekatan positif cenderung dapat meningkatkan rasa percaya diri dan ketangguhan mental atlet, sedangkan pendekatan yang negatif dapat memberikan dampak sebaliknya. Oleh karena itu, perilaku pelatih menjadi faktor yang sangat menentukan dalam membangun ketangguhan mental atlet basket, terutama di level pembinaan seperti di akademi olahraga.

Berdasarkan pengamatan peneliti, para atlet basket di Akademi Basket Medan menghadapi berbagai permasalahan mental yang dapat memengaruhi performa mereka di lapangan. Salah satu permasalahan utama yang dialami adalah tekanan kompetisi yang tinggi, baik dari pelatih, rekan setim, maupun ekspektasi pribadi. Banyak atlet yang merasa cemas saat bertanding, terutama dalam situasi krusial seperti menit-menit terakhir pertandingan atau saat menghadapi lawan yang lebih unggul. Selain itu, ketidakmampuan mengelola emosi, seperti rasa frustrasi ketika melakukan kesalahan atau menerima kritik dari pelatih, juga menjadi faktor yang menghambat perkembangan mental mereka.

Selain tekanan dalam pertandingan, masalah lain yang dihadapi atlet adalah kurangnya motivasi dan kepercayaan diri, terutama setelah mengalami kekalahan atau cedera. Beberapa atlet merasa sulit untuk bangkit dari kegagalan, yang kemudian berdampak pada semangat latihan mereka. Dalam hal ini, komunikasi yang efektif dari pelatih berperan penting dalam membangun ketangguhan mental atlet. Pelatih yang mampu memberikan arahan dengan pendekatan yang tepat, baik melalui motivasi verbal maupun strategi komunikasi yang membangun, dapat membantu atlet untuk lebih percaya diri dan mampu menghadapi tekanan dengan lebih baik. Oleh karena itu, komunikasi pelatih yang baik tidak hanya berdampak pada aspek teknis permainan, tetapi juga pada aspek psikologis yang mendukung ketangguhan mental atlet dalam menghadapi tantangan di dunia olahraga.

Akademi Basket Medan merupakan salah satu pusat pembinaan atlet muda di Indonesia yang memiliki potensi besar dalam mencetak atlet berbakat. Namun, untuk mencapai tingkat performa yang maksimal, pembinaan yang komprehensif mencakup aspek teknis, fisik, dan mental sangat diperlukan. Berdasarkan pengamatan awal, terdapat variasi dalam tingkat ketangguhan mental di antara atlet basket di akademi ini. Hal ini menimbulkan pertanyaan terkait sejauh mana perilaku pelatih dapat memengaruhi ketangguhan mental atlet.

Penelitian tentang pengaruh perilaku pelatih terhadap ketangguhan mental atlet masih relatif terbatas, khususnya di Indonesia. Sebagian besar penelitian lebih terfokus pada aspek teknis dan fisik daripada aspek psikologis dalam pembinaan atlet. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi relevan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai bagaimana perilaku pelatih dapat berkontribusi dalam mewujudkan ketangguhan mental atlet basket, khususnya di Akademi Basket Medan.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana bentuk komunikasi yang diterapkan oleh pelatih dalam membangun ketangguhan mental atlet basket di Akademi Basket Medan?
2. Faktor apa saja yang memengaruhi efektivitas komunikasi pelatih terhadap mental atlet?
3. Bagaimana respon atlet terhadap strategi komunikasi yang diterapkan oleh pelatih dalam menghadapi tekanan kompetisi?

4. Sejauh mana komunikasi pelatih berkontribusi dalam meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri atlet?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian berdasarkan latar belakang, dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. Menganalisis pengaruh perilaku pelatih terhadap ketangguhan mental atlet basket di Akademi Basket Medan.
2. Mengidentifikasi aspek-aspek perilaku pelatih yang paling berkontribusi dalam membangun ketangguhan mental atlet.
3. Memberikan rekomendasi kepada pelatih dan pihak akademi untuk meningkatkan strategi pembinaan yang mendukung pengembangan ketangguhan mental atlet.

1.4 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti kaji, peneliti memiliki batasan masalah diantaranya sebagai berikut :

1. Penelitian ini hanya akan mengkaji perilaku pelatih dalam konteks pembinaan atlet basket di Akademi Basket Medan.
2. Fokus penelitian adalah pada pengaruh perilaku pelatih terhadap ketangguhan mental atlet, tanpa membahas aspek teknis permainan basket secara mendalam.

3. Subjek penelitian dibatasi pada atlet yang aktif berlatih di Akademi Basket Medan selama minimal satu tahun.
4. Penelitian ini tidak mencakup faktor eksternal lain seperti dukungan keluarga atau lingkungan sosial yang mungkin juga memengaruhi ketangguhan mental atlet.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur tentang hubungan antara perilaku pelatih dan ketangguhan mental atlet, khususnya dalam konteks olahraga basket.
2. Manfaat Praktis:
 - a. Memberikan wawasan kepada pelatih mengenai pentingnya perilaku positif dalam membangun mental atlet.
 - b. Menjadi acuan bagi akademi olahraga dalam merancang program pembinaan yang lebih komprehensif.
 - c. Memberikan informasi bagi atlet tentang pentingnya peran pelatih dalam membentuk ketangguhan mental mereka.
3. Manfaat Sosial Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kualitas pembinaan atlet muda di Indonesia, sehingga dapat mencetak atlet yang tidak hanya unggul secara teknis, tetapi juga memiliki ketangguhan mental yang kuat untuk bersaing di level nasional maupun internasional.

BAB II

URAIAN TEORITIS

2.1 Ketangguhan Mental

Ketangguhan mental adalah sumber daya psikologis yang memiliki tujuan, fleksibel, dan efisien, yang memungkinkan individu untuk bertahan dalam situasi yang menekan dan mengatasi stres. Gucciardi et.al. (2008) melakukan wawancara dengan sebelas pelatih berpengalaman pada tingkat elit. Data verbatim yang diperoleh kemudian dianalisis dan menghasilkan tiga kategori utama dalam memahami ketangguhan mental. Kategori pertama adalah characteristic, kategori ini terdiri atas sebelas karakteristik yang dianggap sebagai kunci ketangguhan mental (self-belief, etos kerja, nilai personal, self-motivated, tough attitude, konsentrasi, resiliensi, handling pressure, kecerdasan emosional, sport intelligence, dan ketangguhan fisik). Dua kategori lain yaitu situasi dan perilaku.

Ketiga kategori tersebut mampu memberikan pemahaman hubungan antara karakteristik utama dengan proses (situasi dan perilaku). Situasi merupakan situasi yang memberikan tuntutan tinggi akan ketangguhan mental seperti ketika dalam keadaan cedera, sedang menjalani masa rehabilitasi cedera, persiapan untuk latihan dan kompetisi, tantangan di dalam dan di luar lapangan, tekanan sosial, serta tekanan internal (misalnya kelelahan dan kurang percaya diri) dan tekanan eksternal (misalnya lingkungan dan situasi ketika bertanding, variabel pertandingan (suporter),

dan resiko fisik). Situasi ini merupakan faktor yang mempengaruhi atau keadaan yang membutuhkan ketangguhan mental.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa ketangguhan mental merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami. Atlet mampu untuk tetap mempertahankan konsentrasi dan motivasi saat situasi normal dan menguntungkan.

2.1.1 Dimensi Ketangguhan Mental

Gucciardi et al. (2009) mengidentifikasi empat dimensi utama dalam ketangguhan mental:

1. Kemampuan Berkembang Melewati Tantangan (*Thrive Through Challenge*): Kemampuan individu untuk tidak hanya bertahan tetapi juga berkembang ketika menghadapi tantangan.
2. Keinginan untuk Berhasil (*Desire Success*): Dorongan internal yang kuat untuk mencapai kesuksesan dan tujuan pribadi.
3. Kemampuan Mengatasi Tekanan (*Remain Determined Under Pressure*): Kemampuan untuk tetap fokus dan berkomitmen meskipun berada di bawah tekanan.
4. Keyakinan Diri (*Confidence*): Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.

2.1.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Ketangguhan Mental

Faktor-faktor yang mempengaruhi ketangguhan mental menurut Gucciardi (2009) meliputi:

1. Pengalaman Hidup: Pengalaman masa lalu, termasuk keberhasilan dan kegagalan, yang membentuk respons individu terhadap stres dan tekanan.
2. Lingkungan Sosial: Dukungan dari keluarga, teman, dan pelatih yang dapat memperkuat atau melemahkan ketangguhan mental.
3. Sifat Kepribadian: Ciri-ciri seperti optimisme, resiliensi, dan kontrol diri yang berkontribusi pada tingkat ketangguhan mental seseorang.

Gucciardi et al. (2009) mengembangkan instrumen pengukuran ketangguhan mental yang dikenal sebagai *Mental Toughness Inventory* (MTI). Instrumen ini dirancang untuk menilai tingkat ketangguhan mental individu berdasarkan dimensi-dimensi yang telah diidentifikasi.

2.2 Komunikasi Pelatih

Komunikasi pelatih merujuk pada proses interaksi antara pelatih dan atlet yang melibatkan penyampaian informasi, motivasi, instruksi, serta umpan balik untuk mencapai tujuan bersama dalam olahraga. Menurut Martens (1987), komunikasi yang efektif adalah kunci untuk membangun hubungan yang harmonis dan produktif antara pelatih dan atlet, yang pada akhirnya dapat meningkatkan performa atlet di lapangan. (Rohman, 2017) menyatakan bahwa komunikasi yang baik melibatkan aspek verbal

dan nonverbal, serta harus didukung oleh empati dan kemampuan mendengarkan secara aktif.

Komunikasi pelatih tidak hanya sekadar proses penyampaian pesan, tetapi juga melibatkan kemampuan untuk memahami kebutuhan, aspirasi, dan tantangan yang dihadapi atlet. Menurut (Lyle, 2021), komunikasi pelatih yang berhasil harus bersifat interaktif, di mana pelatih tidak hanya memberikan instruksi tetapi juga menerima dan memproses umpan balik dari atlet. Dengan demikian, komunikasi menjadi alat yang sangat penting untuk menciptakan lingkungan pelatihan yang positif dan mendukung.

2.2.1 Dimensi Komunikasi Pelatih

1. Komunikasi Verbal

Melibatkan penggunaan kata-kata secara langsung untuk memberikan instruksi, motivasi, atau umpan balik.

Contoh: Memberikan arahan teknis selama latihan atau menyemangati atlet sebelum pertandingan.

2. Komunikasi Nonverbal

Meliputi bahasa tubuh, ekspresi wajah, intonasi suara, dan gerakan tangan.

Komunikasi nonverbal sering kali memperkuat atau bahkan menggantikan pesan verbal.

3. Komunikasi Interpersonal

Fokus pada interaksi dua arah antara pelatih dan atlet.

Elemen penting meliputi empati, kepercayaan, dan hubungan emosional yang positif.

4. Komunikasi Kelompok

Melibatkan interaksi pelatih dengan tim secara keseluruhan.

Penting untuk menyampaikan strategi, tujuan bersama, dan membangun solidaritas tim.

2.2.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Komunikasi Pelatih

1. Keterampilan Komunikasi Pelatih

Kemampuan pelatih untuk menyampaikan pesan dengan jelas, mendengarkan secara aktif, dan memberikan umpan balik konstruktif.

2. Gaya Kepemimpinan

Gaya kepemimpinan pelatih, apakah otoriter, demokratis, atau laissez-faire, memengaruhi cara komunikasi.

Pelatih dengan gaya demokratis cenderung lebih efektif dalam membangun komunikasi dua arah.

3. Konteks Situasional

Situasi latihan, tekanan pertandingan, dan dinamika tim memengaruhi komunikasi pelatih.

Misalnya, dalam situasi tekanan tinggi, pelatih mungkin menggunakan komunikasi yang lebih langsung dan tegas.

4. Karakteristik Atlet

Usia, pengalaman, dan tingkat kematangan atlet memengaruhi cara pelatih berkomunikasi.

Atlet muda mungkin membutuhkan komunikasi yang lebih sederhana dan motivasional.

2.3 Perilaku Komunikasi Pelatih dan Ketangguhan Mental

Cardinal (1998) menjelaskan ciri perilaku seorang pelatih terdiri atas: 1) aktif dalam proses pengambilan keputusan, 2) memberikan umpan balik (baik positif atau negatif) sebagai tanggapan atas performa atlet., 3) menggunakan teknik motivasi tertentu dan 4) memiliki hubungan dengan atlet. Menurut (Olusoga dkk., 2012), perilaku kepemimpinan yang ditampilkan seorang pelatih akan memiliki dampak yang signifikan terhadap performa atlet dan/atau kualitas psikologis atlet. Seorang pelatih memiliki tanggung jawab untuk mempersiapkan mentalitas atlet agar tangguh dalam menghadapi kompetisi, secara khusus hal ini dilakukan sebelum kompetisi berlangsung (Olusoga dkk., 2012).

Menurut Orlick and Partington dalam (Olusoga dkk., 2012), persiapan mentalitas atlet merupakan kunci kesuksesan dalam mencapai performa yang luar biasa. Chelladurai dan Carron dalam (Olusoga dkk., 2012) menjelaskan perilaku training and instruction pelatih menjadi kurang efektif dalam membentuk ketangguhan mental atlet pada atlet yang sarat pengalaman. Sebaliknya pada atlet yang kurang pengalaman bertanding, perilaku training and instruction akan memiliki

pengaruh yang signifikan. Hal ini didukung oleh penelitian (Olusoga dkk., 2012) yang menemukan perilaku training and instruction pelatih memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketangguhan mental atlet. Hal ini dapat merefleksikan bahwa perilaku training and instruction erat kaitannya dengan usaha peningkatan performa atlet.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Salminen dan Liukkonen dalam (Olusoga dkk., 2012) menemukan bahwa pelatih yang menerapkan perilaku demokratis turut berpengaruh. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian (Crust & Azadi, 2010) yang menemukan bahwa perilaku demokratis pelatih tidak signifikan dalam mempengaruhi ketangguhan mental atlet. Lebih jauh, (Crust & Azadi, 2010) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial, umpan balik positif, dan perilaku autokratis tidak mempengaruhi ketangguhan mental secara signifikan. Selain itu, kebutuhan akan dukungan sosial pelatih semakin meningkat seiring meningkatnya tingkat kompetisi yang dijalani atlet (Chelladurai & Carron dalam Olusoga dkk., 2012).

Menurut (Connaughton dkk., 2008) dukungan sosial cukup penting dalam perkembangan ketangguhan mental. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas atlet mempersepsikan pelatih sebagai pemberi pengaruh positif dalam perkembangan atlet. Atlet mempersepsikan pelatih sebagai orang yang membantu memiliki kontribusi dalam mencapai performa optimal. Meski demikian, atlet tidak selalu setuju dengan keputusan dan gaya kepemimpinan pelatih dalam melatih (Crust & Azadi, 2010).

2.4 Hubungan Pelatih – Atlet

Seorang pelatih akan senantiasa berinteraksi dengan atletnya dalam latihan atau

kompetisi. Interaksi yang berlangsung merupakan bagian dari usaha pelatih dalam melaksanakan tugas. (Crust & Azadi, 2010) menjelaskan tugas pelatih yang meliputi persiapan teknis, taktis dan strategis, serta tugas mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet akan sangat bergantung pada hubungan antara pelatih-atlet. (Crust & Azadi, 2010) mendefinisikan hubungan pelatih-atlet sebagai situasi emosi, pikiran dan perilaku antara pelatih dan atlet yang saling berhubungan. Coe dalam (Crust & Azadi, 2010) menjelaskan bahwa ketika pelatih dan atlet berada dalam satu harmoni, maka akan berdampak pada pencapaian yang luar biasa bagi tim.

McGready dalam (Crust & Azadi, 2010) menjelaskan bahwa untuk membentuk hubungan yang nyaman dan penuh kepercayaan antara pelatih-atlet merupakan tugas yang berat karena sikap, perasaan dan motivasi yang terlibat sulit dikendalikan. McGready menjelaskan bahwa kesulitan disebabkan oleh pelatih yang cenderung menghabiskan waktu pada hal yang bersifat teknis dan administratif. Kesulitan dalam membangun hubungan antara pelatih-atlet tidak berarti mengabaikan aspek tersebut, sebab pelatih yang mengabaikan hubungan antara pelatih-atlet dalam proses pelatihan dinilai membahayakan kesuksesan pengembangan potensi atlet Lyle dalam (Crust & Azadi, 2010).

Hubungan pelatih-atlet yang dibangun tidak selalu berhasil dan efektif. Pendekatan negatif yang dilakukan saat melatih turut mempengaruhi perkembangan

hubungan pelatih dengan atlet. Pendekatan negatif berupa latihan yang keras, penuh aturan dan militeristik merupakan usaha pelatih dalam mencapai ambisi pribadi melalui atlet yang dilatih tanpa memperhatikan kondisi cedera, kelelahan atau depresi yang mungkin dialami atlet. Menurut (Crust & Azadi, 2010), pendekatan negatif yang dilakukan pelatih merupakan perilaku negative coaching. Perilaku negative coaching merupakan bentuk pengabaian dan pengkhianatan atas kepercayaan yang merupakan bagian dari hubungan antara pelatih-atlet Ryan dalam (Crust & Azadi, 2010). Menurut (Crust & Azadi, 2010), pengabaian hubungan antara pelatih-atlet dapat berpengaruh pada keadaan di luar olahraga.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa hubungan pelatih-atlet merupakan hubungan yang saling terkait antara pelatih dan atlet secara emosi, pikiran dan perilaku positif sebagai usaha untuk mencapai tujuan bersama.

2.4.1 Dimensi Hubungan Pelatih – Atlet

(Crust & Azadi, 2010) menjelaskan bahwa terdapat tiga dimensi hubungan pelatih-atlet yaitu:

1. Kedekatan Emosional (*Closeness*)

Merupakan dimensi yang berfokus pada kesesuaian emosional dalam hubungan pelatih-atlet dan merefleksikan kelekatan diantara pelatih-atlet. Dimensi ini menggambarkan keterikatan afektif seperti saling menghormati, saling mempercayai, dan menghargai satu sama lain yang ditunjukkan sebagai sebuah keadaan interpersonal yang positif dan stabil. (Crust &

Azadi, 2010) menjelaskan bahwa merasa dekat satu sama lain merupakan usaha untuk memahami jiwa dan perasaan atlet. Kedekatan yang dibangun memiliki batasan tertentu sebagai upaya agar pelatih tetap memiliki penilaian yang objektif atas atlet.

2. Komitmen (*Commitment*)

Dimensi ini menggambarkan keterikatan kognitif dan berorientasi jangka panjang satu sama lain. Komitmen menjelaskan bahwa antara pelatih-atlet memiliki landasan yang serupa seperti belief, nilai, dan tujuan. Dengan komitmen, pelatih dan atlet saling berbagi pengetahuan dan pemahaman yang bertujuan saling memahami diantara keduanya. Pengetahuan pelatih tentang kepribadian, perilaku, kelemahan, dan keunggulan atletnya akan memudahkan pelatih dalam meningkatkan performa atlet secara efektif (Jowett, 2003).

3. Perilaku komplementer (*Complementarity*)

Dimensi ini menggambarkan transaksi perilaku antara pelatih-atlet seperti perilaku saling kerjasama. Dimensi ini memiliki prinsip “give and take”, yang berarti pelatih dan atlet saling membutuhkan satu sama lain dalam kegiatan yang sama. Baik pelatih maupun atlet harus saling menerima dan menanggapi atas setiap tindakan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kontribusi dalam mencapai tujuan dan kesuksesan. Misal, seorang atlet memiliki pengalaman bertanding lebih banyak dari pelatihnya maka

pengalaman tersebut dapat digunakan pelatih sebagai sebuah keunggulan bagi tim (Jowett, 2003).

2.4.2 Pengukuran Hubungan Pelatih – Atlet

Pengukuran hubungan pelatih-atlet dalam penelitian ini menggunakan The Coach – Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q) oleh Jowett & Ntoumanis, (2002). CART-Q mengukur model konstruk hubungan pelatih-atlet. Skala tersebut terdiri atas 11 item yang mengukur tiga dimensi hubungan pelatih-atlet: kedekatan emosional (4 item), komitmen (3 item), dan perilaku komplementer (4 item).

Dalam CART-Q, terdapat lima pilihan jawaban yaitu: selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah. Terdapat dua versi CART-Q yang mengukur, (a) persepsi atlet terhadap hubungan dengan pelatih; dan (b) persepsi pelatih terhadap hubungan dengan atlet. CART-Q memiliki nilai reabilitas 0,82 untuk dimensi komitmen, 0,89 untuk dimensi kedekatan emosional, dan 0,89 untuk dimensi perilaku komplementer.

2.4.3 Dinamika Hubungan Antar Pelatih – Atlet

Literatur yang membahas dinamika pengaruh hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental atlet masih sangat terbatas, namun terdapat beberapa penelitian yang menjelaskan bahwa hubungan pelatih-atlet memiliki pengaruh terhadap atribut psikologis yang merupakan bagian dari ketangguhan mental. Sir Alex Ferguson (dalam Jowett & Carter, 2006), menjelaskan bahwa komitmen merupakan salah satu

elemen kunci dalam melatih. Adie dan Jowett (2010) menjelaskan bahwa hubungan pelatih-atlet mempengaruhi performa dan motivasi atlet. Secara khusus, hubungan pelatih-atlet merupakan determinan yang sangat penting dalam mempersiapkan ketangguhan mental atlet (Gould et.al. dalam Adie & Jowett, 2010). Hal ini didukung oleh Gucciardi et.al. dalam Asamoah (2013) yang menjelaskan hubungan pelatih-atlet (komunikasi yang terbuka dengan atlet) mempengaruhi ketangguhan mental. Lebih jauh, Fletcher (2006) menjelaskan bahwa pelatih dapat menggunakan pendekatan individual terhadap atlet dalam mempersiapkan mentalitas atlet. Meski minim penelitian terdahulu, namun dengan gagasan bahwa pelatih memiliki hubungan yang intens dan personal yang memiliki tujuan yang sama (Jowett & Carter, 2006), maka peneliti berasumsi bahwa hubungan pelatih-atlet memiliki pengaruh terhadap ketangguhan mental atlet.

2.5 Penelitian Terdahulu

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

| No | Nama/Tahun | Judul | Hasil Penelitian |
|-----------|-----------------------------------|---|---|
| 1. | Lalu Wira Adytia Kusuma (2020) | Pengaruh Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pelatih terhadap Ketangguhan Mental Atlit (Studi Pada Tim Basket Putra UMY Tahun 2020) | Penelitian ini menemukan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal pelatih memiliki pengaruh signifikan terhadap ketangguhan mental atlet |

| | | | |
|----|------------------------------|---|--|
| | | | basket. |
| 2. | Septian Agung Purwoto (2018) | Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Ketangguhan Mental Atlet Sepak Bola | Meskipun fokus pada atlet sepak bola, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dan ketangguhan mental atlet, yang dapat diaplikasikan pada konteks olahraga lain seperti basket. |
| 3. | Ratu Bella Alfalah (2017) | Pengaruh Traits Kepribadian, Kohesivitas Kelompok, dan Hubungan Pelatih-Athlet terhadap Ketangguhan Mental Atlet Bola Basket di Wilayah Jabodetabek | Penelitian ini mengidentifikasi bahwa hubungan antara pelatih dan atlet berperan penting dalam membentuk ketangguhan mental atlet bola basket. |
| 4. | Ratna Sekar Arum (2021) | Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Ketangguhan Mental Atlet | Studi ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif antara pelatih dan atlet berkontribusi signifikan terhadap peningkatan ketangguhan |

| | | | |
|----|------------------------------|--|--|
| | | | mental atlet. |
| 5. | Muhammad Fikri Rosady (2020) | Perbedaan Mental Toughness pada Atlet Sepakbola Senior dan Junior (U-18) | Meskipun berfokus pada sepak bola, penelitian ini memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ketangguhan mental atlet, yang relevan untuk olahraga lain termasuk basket. |

2.6 Kerangka Berfikir

Gucciardi et.al. (2008) menjelaskan beragam situasi tersebut membutuhkan ketangguhan mental dalam derajat yang berbeda. Artinya, bila seorang atlet bola basket memiliki ketangguhan mental yang lemah maka situasi yang bersifat menekan akan cenderung menimbulkan reaksi yang negatif seperti gugup ketika bertanding, kehilangan konsentrasi, memukul wasit, dan perilaku yang di luar kendali internal atlet tersebut. Sebaliknya, apabila ketangguhan mental dari atlet tersebut kuat maka reaksi yang muncul atas beragam situasi yang penuh tekanan cenderung bersifat positif seperti memiliki motivasi lebih karena tensi pertandingan yang meningkat, tetap mampu fokus meski tertinggal jumlah skor, tetap menghormati keputusan wasit seraya tetap berusaha mengeluarkan kemampuan terbaik.

Membentuk seorang atlet untuk memiliki ketangguhan mental yang kuat merupakan sebuah proses yang kompleks dan panjang. Proses pembinaan ketangguhan mental atlet bergantung pada sosok seorang pelatih. Sebagai sosok sentral dalam pengembangan ketangguhan mental, pelatih harus memberikan bimbingan, latihan dan aktivitas yang disesuaikan dengan kondisi atlet (Weinberg et.al., 2011). Hal ini bertujuan memaksimalkan dampak positif yang akan diperoleh atlet.

Seorang pelatih akan menampilkan perilaku kepemimpinan yang secara konsisten muncul di dalam dan di luar lapangan. Menurut Chelladurai dan Shaleh (1980), seorang pelatih yang menggunakan pendekatan perilaku demokratis atau otoriter dalam melatih atlet akan memiliki dampak yang berbeda terhadap atlet. Seorang pelatih yang memberikan dukungan secara personal atau kerap memberikan penghargaan seperti bonus uang turut mempengaruhi perkembangan ketangguhan mental atlet ketika menjalani sebuah kompetisi atau sesi latihan yang menguras kemampuan fisik dan psikis atlet.

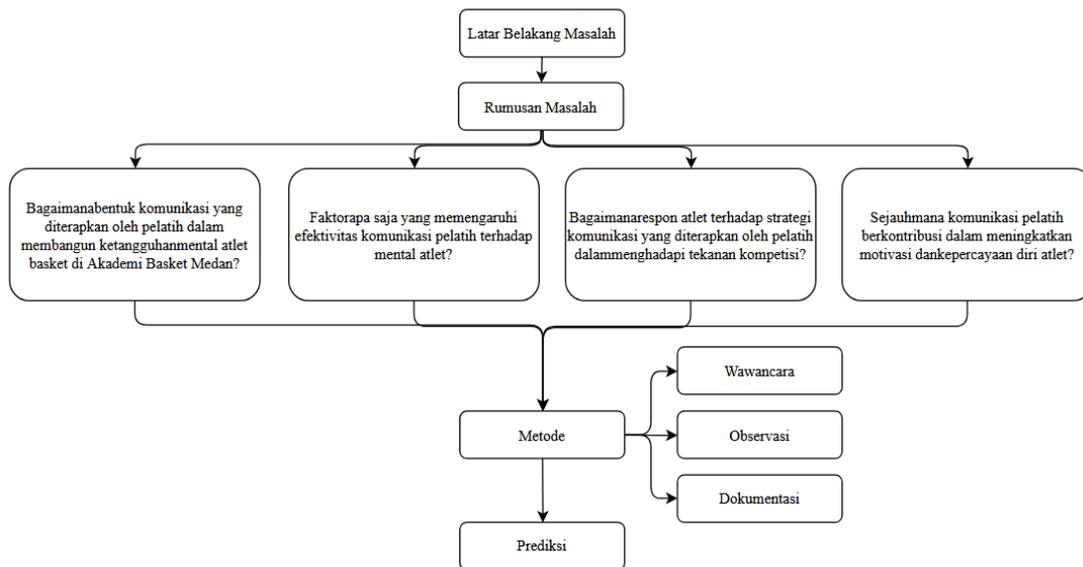
Dalam mengembangkan ketangguhan mental atlet, pelatih harus memikirkan strategi yang tepat agar diperoleh hasil yang maksimal. Menurut Weinberg, Butt & Culp (2011) merekayasa lingkungan latihan menjadi lebih kompetitif, menuntut, dan menantang secara fisik merupakan salah satu jalan yang cukup efektif dalam mengembangkan ketangguhan mental atlet. Selain itu, menurut banyak atlet di dunia yang berprestasi, ketangguhan mental ternyata juga dipengaruhi oleh kemauan yang keras, sikap gigih, dan pantang menyerah, yang terpupuk dari pengalaman pribadi

atau melalui penanganan khusus baik oleh pelatih maupun psikolog olahraga (Ester dkk., 2022).

Seorang pelatih cenderung untuk memiliki sebuah hubungan dan komunikasi yang intensif dengan atletnya. Pola komunikasi yang terbangun akan turut mempengaruhi berhasil atau tidaknya sebuah program latihan yang dijalani. Menurut Jowett & Cockerill (2002), efektivitas tugas seorang pelatih yang meliputi persiapan teknis, taktis dan strategis. Tugas mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet akan bergantung pada hubungan antara pelatih-atlet. Seorang pelatih yang mampu memosisikan dirinya sebagai seorang teman atau ayah bagi atlet akan cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih baik bila dibandingkan dengan pelatih yang memperlakukan pemain sebagai bawahan. Memperlakukan pemain sebagai bawahan akan cenderung menghasilkan lebih banyak konflik personal yang dapat berujung pada pemecatan pemain atau pemain dijual ke klub lain, pemecatan atau dijual ke klub lain sedikit banyak akan memiliki dampak psikologis bagi atlet yang mengalaminya.

Jowett (2009) menjelaskan hubungan pelatih-atlet merupakan sebuah situasi dimana pelatih dan atlet membangun perasaan, pikiran, dan perilaku komplementer yang saling terkait. Hubungan yang dibangun meliputi kedekatan emosional yang berorientasi jangka panjang dan ditandai dengan adanya perilaku saling membutuhkan satu sama lain. Semakin berkualitas hubungan yang dibangun, maka turut mempengaruhi kualitas perkembangan ketangguhan mental atlet. Hal ini

berdasarkan pemahaman pelatih tentang latar belakang pemain sehingga mampu menerapkan metoda yang tepat.



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

2.7 Anggapan Dasar

Dalam penelitian kualitatif ini, terdapat beberapa anggapan dasar yang menjadi landasan dalam memahami fenomena yang diteliti:

1. Komunikasi pelatih memiliki peran krusial dalam membangun ketangguhan mental atlet basket, baik dalam latihan maupun pertandingan.
2. Gaya komunikasi pelatih yang efektif dapat meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, dan daya juang atlet dalam menghadapi tekanan kompetisi.

3. Permasalahan mental atlet, seperti kecemasan, tekanan, dan kurangnya motivasi, dapat dipengaruhi oleh cara pelatih memberikan instruksi, kritik, dan motivasi.
4. Keterbukaan dan kepercayaan antara pelatih dan atlet menjadi faktor penting dalam membentuk ketangguhan mental.
5. Setiap atlet memiliki respons yang berbeda terhadap gaya komunikasi pelatih, sehingga pendekatan komunikasi perlu disesuaikan dengan karakteristik individu atlet.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Dan Pendekatan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah pada penelitian ini, maka jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui komunikasi verbal dari pelatih terhadap mental atlet basket di akademi basket medan dalam menumbuhkan mental. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang objeknya mengenai gejala-gejala atau peristiwa-peristiwa yang terjadi pada kelompok masyarakat. Sehingga penelitian ini juga bisa disebut penelitian kasus atau study kasus *case study* dengan pendekatan deskriptif kualitatif

Pendekatan kualitatif deskriptif digunakan untuk beberapa alasan, yang paling penting adalah lebih mudah diadaptasi dan mudah beradaptasi ketika berhadapan dengan berbagai realitas, secara langsung menyajikan sifat hubungan antara peneliti dan informan, dan bahwa itu adalah lebih sensitif sehingga dapat beradaptasi dan memiliki banyak pengaruh bersama penajaman pada pola nilai yang dihadapi peneliti. Penerapan pendekatan kualitatif deskriptif mempertimbangkan kemungkinan data yang diperoleh di lapangan berupa fakta-fakta yang memerlukan analisis mendalam. Oleh karena itu, pendekatan kualitatif akan mendorong pengumpulan data yang lebih mendalam, terutama bila para peneliti sendiri terlibat di lapangan. Dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama untuk mengumpulkan data yang dapat

langsung berhubungan dengan objek atau instrumen penelitian. Penelitian kualitatif adalah metode yang menitikberatkan pada fenomena alam. Metode kualitatif merupakan metode yang dapat bermanfaat untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang berasal dari masalah terkait dengan kemanusiaan atau sosial. Mengajukan pertanyaan, menyusun prosedur, mengumpulkan data yang spesifik dari para narasumber atau informan, menganalisis data secara induktif, mereduksi, memverifikasi dan mengartikan makna yang dapat dari hasil penelitian yang diteliti itu merupakan upaya penting dalam proses penelitian kualitatif.

3.2 Data dan Sumber Data

1. Sumber Data Premier

Sumber data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek atau informan, sehingga data tersebut bersifat akurat dan terperinci. Data tersebut dikumpulkan oleh peneliti karena untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam penelitian. Pengumpulan data primer merupakan proses penelitian yang sering kali diperlukan oleh tujuan untuk mengambil keputusan. Sumber data primer ini di peroleh langsung di lapangan oleh peneliti yang sedang melaksanakan penelitian. Dalam penelitian ini data primer di dapatkan langsung dari pengurus dan pelatih basket di akademi basket Medan.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh peneliti dari berbagai sumber pada saat sebelumnya yang sudah ada. Data sekunder ini digunakan sebagai informasi pendukung dari data primer yaitu dari bahan pustaka, penelitian terdahulu, literatur, atau yang lainnya sesuai dengan masalah yang serupa. Dengan kata lain data sekunder diperoleh peneliti secara tidak langsung, melalui perantara atau diperoleh dan dicatat dari pihak lain. Data sekunder dapat diperoleh dari studi kepustakaan berupa data dan dokumentasi.

3.3 Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan orang atau pihak yang menjadi sumber informasi dalam penelitian. Subjek penelitian pada dasarnya adalah yang akan menjadi kesimpulan pada hasil akhir penelitian. Dalam penelitian kualitatif, subjek dapat dikatakan sebagai informan atau sebagai sumber informasi secara akurat yang dibutuhkan oleh peneliti. Subjek pada penelitian ini adalah:

- a. (Pelatih)
- b. (Ketua Umum)
- c. (Sekretaris)
- d. (Anggota)
- e. (Anggota)

2. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah sesuatu yang sedang diamati dalam proses kegiatan penelitian. Menurut Nyoman dan Kutha Ratna, objek penelitian adalah gejala-gejala yang muncul di sekitar kehidupan manusia. Apabila dilihat dari sumbernya, objek dalam penelitian kualitatif menurut Spradey terdiri dari tiga elemen yaitu pelaku, aktivis dan tempat. Objek dalam penelitian ini adalah Komunikasi Pelatih Dalam Menumbuhkan Atlit Basket (Studi Akademi Basket Medan).

3.4 Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan cara mencari data atau informasi yang mendalam dan akurat yang kemudian diajukan kepada responden dalam bentuk pertanyaan. Metode wawancara adalah proses pertemuan secara tatap muka antara pewawancara dan narasumber atau responden dengan cara melakukan tanya jawab untuk memperoleh informasi penelitian. Model wawancara yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan data.

Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Wawancara penelitian ini akan ditanyakan kepada responden yang terdiri dari pengurus, pelatih dan atlet basket di Akademi Basket Medan. Metode ini juga digunakan untuk mengetahui bagaimana penggunaan komunikasi sebagai sebuah terobosan untuk menumbuhkan mental pada atlet basket, langkah atau upaya yang digunakan oleh pengurus maupun pelatih dan proses penggunaan serta hasil dari komunikasi.

2. Observasi

Observasi adalah suatu proses kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Observasi adalah bagian penting pada penelitian kualitatif. Peneliti dapat mendokumentasi dan mengamati secara sistematis kegiatan dan apa yang terjadi dilapangan terhadap subjek. Semua hal yang dapat dilihat dan didengar dapat dijadikan sumber data untuk penelitian. Observasi ini berbeda dengan pengumpulan data lainnya seperti wawancara. Wawancara diharuskan berkomunikasi langsung dengan narasumber sedangkan observasi tidak diharuskan, karena observasi hanya mengamati keadaan disekitarnya serta menganalisis apa yang terjadi dilapangan. Di dalam metode ini juga peneliti akan menggunakan pembelajaran- pembelajaran yang diamati di lapangan secara langsung dimana peneliti bermaksud untuk terlibat secara langsung dalam kegiatan sehari-hari. Peneliti tentu tidak hanya diam mengamati peneliti

juga berpartisipasi dan mengalami suka duka yang terjadi pada keadaan di lapangan saat penelitian berlangsung. Dengan melakukan kegiatan observasi ini peneliti memperoleh data yang lebih lengkap, tajam, dan relevan untuk memahami makna dari setiap perilaku. Dan untuk hasil dari sebuah observasi adalah berupa aktivitas, kejadian, peristiwa, objek, kondisi atau suasana tertentu, dan perasaan emosi seseorang. Observasi juga dilakukan guna memperoleh gambaran yang riil dari suatu peristiwa atau kejadian untuk menjawab pertanyaan dari penelitian. Observasi dalam penelitian ini, peneliti menggunakan observasi terstruktur, yaitu peneliti telah mengetahui tentang apa yang akan diamati, dimana dan kapan kemudian peneliti mengamati alur proses terapi yang kemudian di catat dan di analisis.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode pengumpulan data kualitatif yang digunakan untuk memperoleh sudut pandang subjek melalui media foto dan media yang lainnya yang kemudian dibuat langsung oleh subjek yang bersangkutan. Teknik pengumpulan data dokumentasi terdiri dari beberapa sumber yaitu foto-foto, surat kabar, catatan kasus, buku harian, rekaman dan sebagainya. Melalui dokumentasi tersebut peneliti dapat lebih mudah untuk mengumpulkan data yang akan diperlukan sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian. Dalam penelitian ini metode dokumentasi digunakan untuk menggali data mengenai struktur organisasi, keadaan pengurus,

pelatih dan peserta, serta melihat bagaimana upaya komunikasi yang dilakukan oleh atlit basket dalam setiap kegiatan dan upaya dalam proses menggunakan komunikasi dalam menumbuhkan mental pada atlit di dalamnya.

3.5 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah suatu proses untuk mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara, observasi dan dari bahan yang lainnya, sehingga mudah untuk dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Dari data yang diperoleh, maka dilakukan beberapa langkah untuk menganalisis data sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Reduksi data adalah suatu proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan yang tertulis ketika di lapangan. Proses reduksi data ini berlangsung secara terus menerus selama penelitian berlangsung, bahkan sebelum data tersebut benar-benar terkumpul sebagaimana yang terlihat dari kerangka konseptual penelitian, permasalahan studi, dan pendekatan pengumpulan data yang dipilih peneliti. Oleh karenanya reduksi data merupakan hal yang penting karena banyaknya data yang terkumpul ketika di lapangan, maka perlu dicatat secara detail. Kompleksitas dan kuantitas data akan meningkat seiring dengan berlanjutnya peneliti di lapangan. Akibatnya, penting untuk segera membawa analisis reduksi data.

Meringkas, memilih hal-hal yang penting, serta berkonsentrasi dengan hal-hal yang paling penting, dan mencari tema dan pola adalah bagian dari reduksi data.

2. Penyajian Data

Selanjutnya setelah melakukan reduksi data adalah menyajikan data. Dalam teknik penyajian data penelitian kualitatif dapat dilakukan dalam berbagai bentuk seperti halnya tabel, grafik, dan sejenisnya. Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Peneliti melakukan penyajian data-data yang telah dilakukan reduksi data sebelumnya kedalam bentuk teks naratif. Data-data yang sudah tersusun dengan benar dalam penyajian data memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan dengan benar.

3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Penarikan kesimpulan adalah intisari dari penemuan penelitian yang menggambarkan pendapat-pendapat terakhir yang berdasarkan pada penjelasan sebelumnya, peneliti berusaha untuk menarik kesimpulan dan melakukan verifikasi dengan mencari makna pada setiap gejala yang diperoleh. Pada tahap ini, peneliti menarik kesimpulan dari data yang sudah disimpulkan sebelumnya kemudian dicocokkan dengan catatan serta pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti.

3.6 Kerangka Konsep

Gucciardi et.al. (2008) menjelaskan beragam situasi tersebut membutuhkan ketangguhan mental dalam derajat yang berbeda. Artinya, bila seorang atlet bola basket memiliki ketangguhan mental yang lemah maka situasi yang bersifat menekan akan cenderung menimbulkan reaksi yang negatif seperti gugup ketika bertanding, kehilangan konsentrasi, memukul wasit, dan perilaku yang di luar kendali internal atlet tersebut. Sebaliknya, apabila ketangguhan mental dari atlet tersebut kuat maka reaksi yang muncul atas beragam situasi yang penuh tekanan cenderung bersifat positif seperti memiliki motivasi lebih karena tensi pertandingan yang meningkat, tetap mampu fokus meski tertinggal jumlah skor, tetap menghormati keputusan wasit seraya tetap berusaha mengeluarkan kemampuan terbaik.

Membentuk seorang atlet untuk memiliki ketangguhan mental yang kuat merupakan sebuah proses yang kompleks dan panjang. Proses pembinaan ketangguhan mental atlet bergantung pada sosok seorang pelatih. Sebagai sosok sentral dalam pengembangan ketangguhan mental, pelatih harus memberikan bimbingan, latihan dan aktivitas yang disesuaikan dengan kondisi atlet (Weinberg et al., 2017). Hal ini bertujuan memaksimalkan dampak positif yang akan diperoleh atlet.

Seorang pelatih akan menampilkan perilaku kepemimpinan yang secara konsisten muncul di dalam dan di luar lapangan. Menurut Chelladurai dan Shaleh (1980), seorang pelatih yang menggunakan pendekatan perilaku demokratis atau otoriter dalam melatih atlet akan memiliki dampak yang berbeda terhadap atlet.

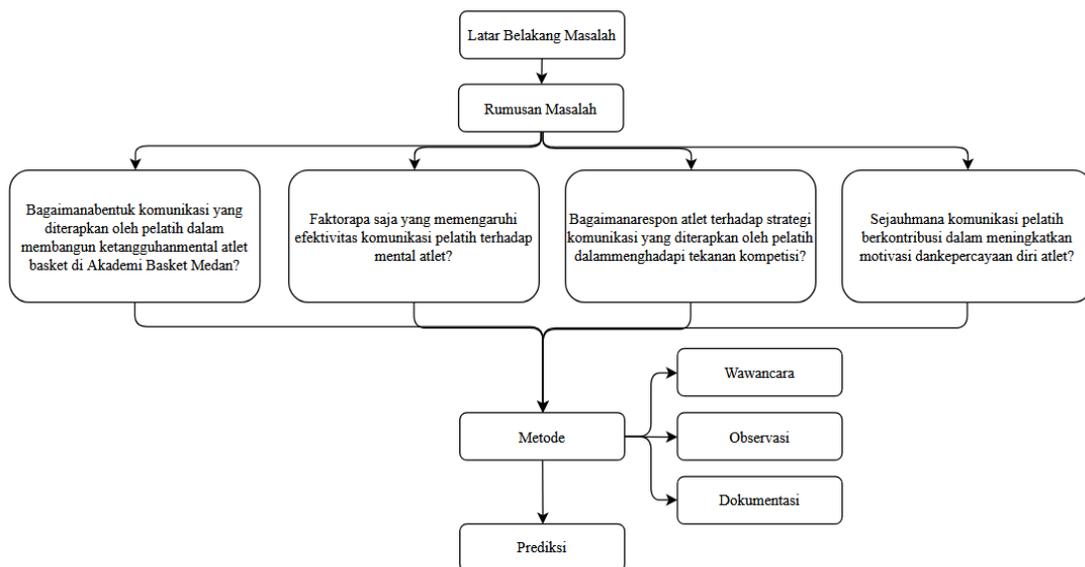
Seorang pelatih yang memberikan dukungan secara personal atau kerap memberikan penghargaan seperti bonus uang turut mempengaruhi perkembangan ketangguhan mental atlet ketika menjalani sebuah kompetisi atau sesi latihan yang menguras kemampuan fisik dan psikis atlet.

Dalam mengembangkan ketangguhan mental atlet, pelatih harus memikirkan strategi yang tepat agar diperoleh hasil yang maksimal. Menurut Weinberg, Butt & Culp (2011) merekayasa lingkungan latihan menjadi lebih kompetitif, menuntut, dan menantang secara fisik merupakan salah satu jalan yang cukup efektif dalam mengembangkan ketangguhan mental atlet. Selain itu, menurut banyak atlet di dunia yang berprestasi, ketangguhan mental ternyata juga dipengaruhi oleh kemauan yang keras, sikap gigih, dan pantang menyerah, yang terpupuk dari pengalaman pribadi atau melalui penanganan khusus baik oleh pelatih maupun psikolog olahraga (Gunarsa, 2004).

Seorang pelatih cenderung untuk memiliki sebuah hubungan dan komunikasi yang intensif dengan atletnya. Pola komunikasi yang terbangun akan turut mempengaruhi berhasil atau tidaknya sebuah program latihan yang dijalani. Menurut Jowett & Cockerill (2002), efektivitas tugas seorang pelatih yang meliputi persiapan teknis, taktis dan strategis. Tugas mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet akan bergantung pada hubungan antara pelatih-atlet. Seorang pelatih yang mampu memosisikan dirinya sebagai seorang teman atau ayah bagi atlet akan cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih baik bila dibandingkan dengan pelatih yang memperlakukan pemain sebagai bawahan. Memperlakukan pemain

sebagai bawahan akan cenderung menghasilkan lebih banyak konflik personal yang dapat berujung pada pemecatan pemain atau pemain dijual ke klub lain, pemecatan atau dijual ke klub lain sedikit banyak akan memiliki dampak psikologis bagi atlet yang mengalaminya.

Jowett (2009) menjelaskan hubungan pelatih-atlet merupakan sebuah situasi dimana pelatih dan atlet membangun perasaan, pikiran, dan perilaku komplementer yang saling terkait. Hubungan yang dibangun meliputi kedekatan emosional yang berorientasi jangka panjang dan ditandai dengan adanya perilaku saling membutuhkan satu sama lain. Semakin berkualitas hubungan yang dibangun, maka turut mempengaruhi kualitas perkembangan ketangguhan mental atlet. Hal ini berdasarkan pemahaman pelatih tentang latar belakang pemain sehingga mampu menerapkan metoda yang tepat.



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Akademi Basket Medan



Gambar 4.1 Lokasi Akademi Basket Medan

Akademi Basket Medan terletak di Jalan Kutilang Nomor 18, Sei Sikambing B, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan, Sumatera Utara. Akademi Basket ini memiliki fungsi sebagai wadah/sarana pengembangan bakat dibidang olahraga khususnya olahraga basket. Dimana pada bangunan akademi basket ini juga dilengkapi dengan fasilitas-fasilitas yang menunjang kegiatan basket di akademi basket tersebut yang bertujuan untuk membantu dalam proses pengembangan sejak usia dini atau usia 2 tahun hingga tingkat lanjut yaitu 15 tahun. Berikut merupakan karakteristik akademi basket secara umum:

- a. Terdapat dua jenis lapangan yaitu lapangan utama dan lapangan latihan. Lapangan utama difungsikan sebagai tempat *event* basket dan *showcase*, sedangkan lapangan latihan difungsikan sebagai tempat berlatih guna mengembangkan bakat dalam bermain basket.
- b. Terdapat tribun pada lapangan utama yang digunakan untuk pengunjung menonton *event* basket yang ada.
- c. Terdapat loker room sebagai ruang ganti sekaligus tempat menyimpan barang untuk para pemain basket.

4.1.1 Sejarah

Memberikan wadah dan melakukan pembinaan pemain di usia muda, itulah mengapa Hidayat Natasasmita membentuk Akademi Basket. Akademi Basket Medan merupakan akademi basket pertama yang ada di Kota Medan. Akademi yang berdiri sejak 15 Januari 2017 lalu ini berlokasi di GOR Samudra, Jalan Letda Sujono, Medan.

Menurut pendiri dan pelatih Akademi Basket Medan, Hidayat Natasasmita, berdirinya akademi ini sebagai wadah bagi anak-anak dan remaja yang memiliki kegemaran terhadap permainan bola basket. Akademi ini sendiri, katanya, fokus terhadap pembinaan pemain dari segi pengelompokan usia.

"Mereka yang tidak punya wadah, kita fasilitasi dengan memberikan wadah sebagai klub, kita fokus di pengelompokan umur saja, tidak sampai senior," kata Hidayat, Minggu (17/3/2025) kepada saya.

Akademi Basket Medan (ABM), sambungny, memiliki pengelompokan usia, yaitu 12, 14, dan 18 tahun. Selain usia muda, di akademi ini juga memberikan wadah untuk pemain basket yang sudah berada di level senior dalam mengasah kemampuan ataupun latihan tambahan.

4.2 Komunikasi Pelatih Terhadap Mental Atlit

Komunikasi antara pelatih dan peserta dalam konteks Akademi Basket Medan memegang peranan yang sangat penting, tidak hanya dalam membangun kemampuan teknik dan keterampilan bermain, tetapi juga dalam membentuk karakter mental peserta. Di Akademi Basket Medan, pelatih tidak sekadar bertugas mengajarkan gerakan fisik, tetapi juga memikul tanggung jawab besar untuk menanamkan nilai-nilai mental sebagai fondasi hidup peserta. Sebagai bagian dari organisasi bola basket, setiap sesi latihan menjadi momen berharga untuk membimbing peserta memahami. Pelatih memanfaatkan setiap kesempatan, mulai dari doa bersama sebelum latihan, hingga ceramah singkat di tengah atau akhir sesi, untuk menyampaikan pesan pesan yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.



Gambar 4.2 Proses Sebelum Latihan

Melalui komunikasi yang efektif, pelatih mampu menanamkan rasa kedisiplinan, tanggung jawab, serta ketahanan mental dalam diri atlet. Atlet tidak hanya dibentuk menjadi pemain basket yang tangguh secara fisik, tetapi juga individu yang memiliki mental kuat dalam menghadapi tekanan pertandingan, kegagalan, dan tantangan lainnya dengan kepercayaan diri dan ketekunan.

Lebih dari itu, komunikasi antara pelatih dan atlet tidak hanya berfokus pada penyampaian instruksi teknis. Dalam setiap interaksi, terselip pesan-pesan motivasi dan pembentukan karakter yang membangun mentalitas juara. Atlet diajarkan untuk melihat kemenangan sebagai hasil dari kerja keras, kerjasama tim, dan sikap pantang menyerah, bukan sekadar pencapaian individual.

Pendekatan ini menjadikan pelatihan basket lebih dari sekadar latihan fisik; ini adalah perjalanan menuju pembentukan individu yang tidak hanya kuat secara fisik, tetapi juga memiliki ketangguhan mental yang tinggi. Ketangguhan mental sebagai sebuah nilai yang mendalam tidak hanya diharapkan muncul dalam kompetisi, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari atlet, baik dalam menghadapi tekanan akademik, sosial, maupun profesional. Oleh karena itu, pelatih memiliki peran yang sangat krusial dalam mentransfer nilai-nilai ketangguhan ini melalui cara yang penuh perhatian dan bijaksana. Dengan pendekatan yang komunikatif, pelatih berusaha membimbing atlet untuk mengintegrasikan aspek fisik, mental, dan emosional dalam kehidupan mereka, sehingga ketangguhan mental bukan hanya menjadi konsep yang dipelajari, tetapi juga diterapkan dalam tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari.

1. Karakteristik Pelatih Basket

- a. Pemimpin yang disiplin pelatih basket tidak hanya bertindak sebagai pengajar teknik bermain, tetapi juga sebagai pemimpin yang menanamkan nilai-nilai kedisiplinan yang esensial dalam pembentukan karakter atlet. Salah satu hal yang paling terlihat dari kepemimpinan pelatih adalah penekanan pada manajemen waktu yang efektif. Dengan memberikan penjelasan yang jelas tentang pentingnya setiap menit dalam latihan, pelatih mengajarkan atlet untuk menghargai waktu dan memanfaatkannya sebaik mungkin. Kegiatan latihan dimulai dengan urutan yang sudah terstruktur dengan rapi, seperti pemanasan yang berfungsi untuk mempersiapkan tubuh sebelum latihan fisik yang intensif. Pelatih juga menekankan pentingnya keteraturan dalam jadwal latihan. Latihan yang diadakan secara rutin dengan jadwal yang tetap mengajarkan konsistensi dan tanggung jawab. Selain itu, kedisiplinan yang diterapkan dalam latihan juga terlihat jelas dalam cara pelatih memberikan sanksi. Atlet yang terlambat atau tidak mematuhi instruksi diberikan hukuman fisik seperti push-up atau lari keliling lapangan. Penerapan sanksi ini tidak bersifat menghukum secara emosional, namun bertujuan untuk mendidik dan mengingatkan atlet akan pentingnya tanggung jawab terhadap diri sendiri dan tim.
- b. Pendidik yang mengedepankan kejujuran sebagai pendidik, pelatih basket mengedepankan kejujuran dengan cara melibatkan atlet untuk bertanggung

jawab terhadap tugas yang diberikan. Misalnya, pelatih mengingatkan pentingnya melakukan gerakan sesuai jumlah repetisi yang diminta tanpa mengurangi angka. Hal ini bukan hanya soal memenuhi instruksi tetapi juga membangun integritas pribadi atlet. Pelatih sering kali menekankan bahwa kejujuran sangat penting dalam membangun mental juara. Nilai kejujuran ini ditanamkan tidak hanya dalam konteks pemahaman teori, tetapi juga dipraktikkan langsung dalam kegiatan latihan. Saat atlet mempelajari teknik baru, pelatih mengingatkan agar mereka selalu jujur dengan diri sendiri, mengevaluasi sejauh mana mereka telah menguasai gerakan tersebut tanpa menyembunyikan kelemahan atau kesalahan. Kejujuran dalam pengakuan terhadap kemampuan diri akan membantu mereka memperbaiki dan meningkatkan keterampilan mereka dengan lebih efektif.

- c. Pendukung kerja keras menjadi nilai penting yang ditanamkan pelatih basket, terutama dalam menghadapi kompetisi. Pelatih memastikan bahwa latihan bukan hanya kegiatan rutin tetapi juga bertujuan untuk menghasilkan prestasi. Contohnya, program latihan intensif dilakukan untuk mempersiapkan atlet menghadapi kejuaraan dengan latihan setiap hari selama periode tertentu. Dalam masa tersebut, pelatih meningkatkan intensitas dan frekuensi latihan untuk membangun kekuatan fisik dan mental atlet. Proses ini tidak hanya meningkatkan kemampuan atlet tetapi juga menanamkan mentalitas pantang menyerah. Pelatih juga mendorong

atlet untuk berusaha maksimal, terutama ketika melalui proses seleksi yang ketat untuk masuk tim utama. Dengan demikian, pelatih berperan sebagai motivator yang memastikan atlet memahami bahwa hasil terbaik hanya bisa dicapai melalui kerja keras.

- d. Pendorong semangat kompetisi pelatih basket memiliki peran yang signifikan dalam mendorong semangat kompetisi yang sehat di antara para atlet, dengan menjadikan kompetisi sebagai wadah pembelajaran dan pengembangan diri. Kompetisi tidak semata-mata dipandang sebagai ajang untuk meraih kemenangan, tetapi juga sebagai kesempatan untuk mengasah mentalitas juara yang didasarkan pada kerja keras dan sportivitas. Semangat kompetisi ini ditanamkan sejak awal melalui pendekatan yang terencana dan sistematis dalam setiap sesi latihan. Pelatih secara konsisten memotivasi para atlet untuk tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga mengasah ketangguhan mental dan pengendalian emosi. Pelatih menekankan bahwa kemenangan tidak hanya soal skor, tetapi juga soal bagaimana seseorang menghadapi tantangan dan tekanan dengan ketenangan dan strategi yang tepat.
- e. Komunikator yang efektif sebagai komunikator yang handal, pelatih basket tidak hanya berperan dalam mengarahkan latihan fisik tetapi juga dalam menyampaikan nilai-nilai penting yang membangun karakter atlet. Kemampuan komunikasi ini terlihat dari bagaimana pelatih menciptakan suasana latihan yang kondusif, di mana atlet merasa nyaman untuk

berdiskusi dan menerima arahan. Pelatih selalu menanamkan nilai-nilai penting seperti disiplin, kerja keras, dan pantang menyerah melalui komunikasi yang jelas dan motivatif. Kemampuan pelatih dalam menciptakan suasana yang kondusif juga menjadi salah satu kekuatan komunikasi yang signifikan. Dengan pendekatan yang ramah namun tegas, pelatih mampu membuat atlet merasa nyaman, didengar, dan dihargai. Hal ini mendorong para atlet untuk lebih termotivasi dan fokus dalam latihan, sambil menjaga hubungan yang harmonis antara pelatih dan anggota tim. Melalui kombinasi komunikasi yang efektif, pengajaran nilai-nilai karakter, dan pendekatan yang membangun motivasi, pelatih basket tidak hanya meningkatkan kualitas latihan tetapi juga membentuk karakter mental yang tangguh pada para atlet. Peran pelatih sebagai pembimbing ini menjadikan latihan basket tidak sekadar sarana fisik, tetapi juga proses pengembangan diri yang menyeluruh, baik secara mental, emosional, maupun sosial.

2. Hubungan Komunikasi Pelatih dengan Nilai-Nilai Ketangguhan Mental

Komunikasi pelatih di Akademi Basket Medan mencerminkan nilai-nilai inti seperti disiplin, kepercayaan diri, dan kerja sama tim. Setiap interaksi yang dilakukan pelatih tidak hanya bersifat teknis tetapi juga menyisipkan pesan motivasi dan psikologis. Pelatih mengajarkan pentingnya memiliki mental yang kuat dalam menghadapi tantangan di lapangan. Nilai kerja sama selalu ditekankan melalui latihan tim, menciptakan lingkungan yang saling mendukung dan membangun kepercayaan antar pemain.

Dengan begitu, komunikasi yang dibangun tidak hanya menjadi sarana untuk memberikan arahan, tetapi juga media penanaman karakter. Motto akademi, "Bermain dengan hati dan pikiran yang kuat," selalu menjadi pedoman dalam setiap interaksi. Pelatih mengintegrasikan filosofi ini dengan cara memulai dan mengakhiri latihan dengan refleksi dan motivasi. Filosofi ini mengingatkan atlet bahwa kekuatan fisik harus selalu diiringi dengan mental yang tangguh dan sikap yang profesional.

Selain itu, pelatih memastikan bahwa setiap strategi dan teknik yang diajarkan tidak hanya bersifat mekanis tetapi juga memperkuat pola pikir atlet. Untuk memastikan nilai-nilai ini diterapkan secara konsisten, pelatih diberikan pelatihan khusus dalam psikologi olahraga yang menekankan komunikasi berbasis mentalitas juara. Dengan pendekatan ini, komunikasi yang dilakukan bukan sekadar penyampaian informasi, tetapi menjadi bagian dari proses pembentukan mental atlet.

3. Peran Komunikasi Pelatih dalam Membentuk Ketangguhan Mental

Pelatih di Akademi Basket Medan memainkan peran penting dalam membangun mentalitas juara para atlet. Salah satu cara utama adalah dengan memberikan arahan yang memotivasi saat latihan dan pertandingan. Pelatih sering menyisipkan pesan-pesan inspiratif saat menjelaskan strategi permainan, seperti mengaitkan filosofi bertahan dengan nilai ketekunan dan keberanian. Pendekatan ini membuat atlet lebih mudah menghubungkan latihan fisik dengan aspek psikologis.

Praktik nyata lainnya terlihat dalam momen-momen tertentu selama latihan. Misalnya, ketika atlet mengalami kegagalan dalam mengeksekusi strategi, pelatih tidak hanya memberikan koreksi teknis, tetapi juga membangun mental mereka dengan pesan-pesan penyemangat seperti, "Setiap kesalahan adalah langkah menuju kesuksesan." Pelatih juga sering mengadakan diskusi singkat setelah latihan untuk menguatkan nilai-nilai ketahanan mental yang telah disisipkan selama sesi latihan.

Pendekatan komunikasi yang digunakan pelatih juga berbeda antara situasi formal dan nonformal. Dalam latihan formal, komunikasi lebih tegas dan terstruktur untuk menjaga fokus atlet. Sementara itu, di luar latihan, pendekatan komunikasi lebih santai dan personal, seperti berbincang dengan atlet mengenai tantangan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Kedua pendekatan ini saling melengkapi dalam membentuk ketangguhan mental atlet.

4. Efektivitas Komunikasi dalam Pembinaan Atlet

Efektivitas komunikasi pelatih dalam membina atlet dapat dilihat dari perubahan sikap dan kinerja mereka. Banyak atlet yang menjadi lebih percaya diri dan menunjukkan kemajuan dalam menghadapi tekanan pertandingan. Mereka mulai menerapkan nilai-nilai seperti disiplin dan ketekunan, tidak hanya dalam latihan tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

Pelatih berperan sebagai motivator yang mendorong atlet untuk terus belajar dan berkembang, baik secara fisik maupun mental. Gaya komunikasi pelatih,

baik verbal maupun nonverbal, memiliki pengaruh besar terhadap respons atlet. Komunikasi verbal berupa arahan dan motivasi memberikan kejelasan dan inspirasi bagi atlet. Sementara itu, komunikasi nonverbal, seperti ekspresi wajah yang penuh semangat dan gestur yang mendukung, menciptakan suasana yang positif dan membangun.

Namun, hambatan komunikasi tetap ada, terutama dalam menghadapi atlet yang kurang percaya diri atau mengalami tekanan psikologis. Beberapa atlet juga cenderung kurang terbuka terhadap masukan pelatih. Untuk mengatasi hal ini, pelatih menggunakan pendekatan personal, seperti memberikan perhatian khusus kepada atlet yang mengalami kesulitan. Dengan demikian, hambatan komunikasi dapat diminimalisir, dan nilai-nilai ketangguhan mental dapat terus ditanamkan secara efektif.

5. Teori Komunikasi dalam Gaya Pelatih Basket

Pelatih di Akademi Basket Medan menerapkan berbagai teori komunikasi untuk memperkuat mental atlet. Beberapa teori yang digunakan antara lain:

- a. *Operant Conditioning* Dalam konteks operant conditioning, pelatih sering memberikan reinforcement positif sebagai bentuk penghargaan terhadap kemajuan atlet. Pujian seperti, "Kamu melakukan permainan yang sangat baik, pertahankan!" tidak hanya memotivasi tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendukung pembelajaran. Sebaliknya, pelatih juga memberikan koreksi yang sifatnya membangun ketika atlet melakukan

kesalahan, seperti memberikan arahan ulang tanpa membuat mereka merasa tertekan.

- b. Teori kognitif pelatih menerapkan teori kognitif dengan memastikan bahwa atlet memahami filosofi di balik setiap strategi yang mereka pelajari. Dalam hal ini, pelatih tidak hanya memberikan instruksi teknis, tetapi juga menjelaskan konsep-konsep mendalam yang relevan dengan psikologi olahraga, seperti pengendalian emosi dan strategi berpikir dalam pertandingan.
- c. Teori penengah penerapan teori penengah terlihat dari bagaimana pelatih berinteraksi dengan atlet berdasarkan kondisi mental mereka. Misalnya, ketika atlet mengalami tekanan sebelum pertandingan besar, pelatih memberikan motivasi yang menenangkan, seperti "Nikmati setiap momen di lapangan dan jadikan ini pengalaman terbaik untuk perkembanganmu." Pelatih juga sering kali mengamati respons emosional atlet selama latihan untuk menentukan pendekatan yang paling efektif.

6. Jenis dan Karakteristik Komunikasi Verbal dan Nonverbal Pelatih

Pelatih di Akademi Basket Medan menggunakan dua jenis komunikasi verbal: berbicara dan menulis. Dalam berbicara, pelatih menggunakan arahan yang ringkas dan jelas saat latihan, seperti memberikan instruksi teknis atau strategi permainan. Komunikasi tertulis juga digunakan dalam bentuk catatan strategi atau laporan evaluasi atlet.

Karakteristik komunikasi verbal pelatih yang efektif terlihat dari kejelasan dan kesederhanaannya. Pelatih memastikan bahwa penggunaan bahasa sehari-hari yang dipadukan dengan terminologi olahraga mudah dipahami oleh atlet. Misalnya, saat menjelaskan strategi bertahan, pelatih menggunakan analogi yang relevan dengan pengalaman atlet untuk memperjelas konsep yang disampaikan.

Komunikasi nonverbal juga memainkan peran penting dalam gaya komunikasi pelatih. Ekspresi wajah, seperti senyuman atau tatapan penuh semangat, menunjukkan apresiasi dan menciptakan suasana yang mendukung selama latihan. Gestur seperti demonstrasi gerakan dengan tubuh sendiri membantu atlet memahami teknik secara visual. Pelatih juga menjaga kontak mata dengan atlet, yang mencerminkan perhatian dan keseriusan dalam melatih.



Gambar 4.3 Sesi Latihan

Dari analisis ini, terlihat bahwa pelatih di Akademi Basket Medan menerapkan elemen-elemen dari teori komunikasi verbal dan nonverbal secara harmonis. *Operant conditioning* digunakan untuk memotivasi, teori kognitif untuk mendalami pemahaman, dan teori penengah untuk menyesuaikan komunikasi dengan kondisi mental atlet. Dengan penggunaan komunikasi yang efektif, pelatih mampu menciptakan lingkungan latihan yang mendukung pengembangan fisik, mental, dan emosional atlet, sehingga mereka dapat mencapai potensi terbaik mereka di dunia basket.

4.3 Indikator Nilai-Nilai Mental Atlit

Ada beberapa indikator ketangguhan mental dalam kegiatan kepelatihan di Akademi Basket Medan, antara lain sebagai berikut:

1. Ketahanan dalam menghadapi tekanan pelatih di Akademi Basket Medan berperan dalam membangun ketangguhan mental atlet dengan membiasakan mereka menghadapi tekanan saat bertanding. Strategi komunikasi yang digunakan pelatih, seperti simulasi pertandingan, motivasi verbal, dan diskusi strategi, terbukti efektif dalam meningkatkan mental bertanding atlet. Komunikasi pelatih yang berfokus pada penguatan mental dapat meningkatkan kesiapan atlet dalam menghadapi tekanan dan tantangan di lapangan.
2. Disiplin dan konsistensi komunikasi yang efektif dari pelatih dapat membangun kesadaran dan keyakinan atlet akan pentingnya disiplin dalam

latihan dan pertandingan. Pelatih menekankan pentingnya konsistensi dalam latihan, baik dalam eksekusi teknik maupun dalam menjaga pola hidup sehat. Strategi komunikasi seperti pemberian contoh langsung, penegasan aturan latihan, dan pemberian *feedback* yang konstruktif membantu atlet membangun disiplin yang tinggi.

3. Semangat dan motivasi diri dalam kegiatan latihan, pelatih sering memberikan dorongan motivasi agar atlet tetap bersemangat, terutama saat menghadapi kesulitan. Kegiatan seperti sharing session, pemutaran video inspiratif, dan penghargaan atas pencapaian kecil menjadi bagian dari strategi komunikasi pelatih dalam menanamkan semangat juang yang tinggi pada atlet.
4. Kepercayaan diri pelatih Akademi Basket Medan menanamkan kepercayaan diri kepada atlet melalui komunikasi yang membangun, seperti memberikan apresiasi terhadap progres latihan dan memberikan tantangan yang sesuai dengan kemampuan atlet. Dengan begitu, atlet dapat mengembangkan rasa percaya diri yang kuat dalam menghadapi lawan di lapangan.
5. Pengendalian emosi pelatih mengajarkan pentingnya mengendalikan emosi saat bermain, baik dalam kondisi menang maupun kalah. Strategi komunikasi yang diterapkan termasuk latihan mental seperti meditasi, refleksi setelah pertandingan, serta simulasi situasi yang memancing emosi untuk melatih kontrol diri.
6. Sabar dalam menghadapi tantangan dalam kegiatan latihan, kesabaran adalah kunci utama dalam menguasai teknik dan strategi permainan. Pelatih

mengajarkan atlet bahwa peningkatan keterampilan membutuhkan waktu dan usaha yang konsisten. Dengan komunikasi yang tepat, atlet dilatih untuk tidak mudah menyerah dan terus berusaha mencapai tujuan mereka.

7. Kejujuran dan sportivitas melalui latihan dan pertandingan, pelatih menanamkan nilai kejujuran dan sportivitas dalam bermain. Atlet diajarkan untuk menerima hasil pertandingan dengan lapang dada dan tetap menjunjung tinggi nilai-nilai fair play. Kejujuran dalam latihan juga ditekankan, seperti dalam melaporkan kondisi fisik dan perkembangan pribadi agar pelatih dapat memberikan arahan yang lebih efektif.

Dengan pendekatan komunikasi yang sistematis dan berbasis nilai, pelatih di Akademi Basket Medan dapat membantu atlet membangun ketangguhan mental yang kuat, yang tidak hanya bermanfaat dalam olahraga tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

4.4 Faktor Pendukung Dan Penghambat Pelatih Dalam Menumbuhkan Ketangguhan Mental Atlet Basket Akademi Basket Medan

Ketangguhan mental merupakan salah satu inti dari pembentukan karakter dalam latihan di Akademi Basket Medan. Sebagai olahraga yang menuntut kekuatan fisik dan strategi, basket juga menguji daya tahan mental atlet dalam menghadapi tekanan, kekalahan, dan persaingan ketat. Setiap sesi latihan tidak hanya berfokus pada teknik permainan, tetapi juga dirancang untuk membentuk mental yang kuat, disiplin, dan pantang menyerah. Pelatih memainkan peran penting dalam memastikan bahwa nilai-nilai seperti kepercayaan diri, daya juang, serta pengendalian emosi

tertanam dalam diri setiap atlet. Ini bukan sekadar latihan fisik, melainkan sebuah perjalanan membangun karakter yang tangguh dan siap menghadapi tantangan di dalam maupun di luar lapangan.

Dalam konteks pelatihan di Akademi Basket Medan, komunikasi pelatih, baik verbal maupun nonverbal, menjadi alat utama dalam membentuk ketangguhan mental atlet. Komunikasi verbal seperti motivasi, instruksi strategis, serta umpan balik konstruktif menjadi bagian integral dari setiap sesi latihan. Di sisi lain, komunikasi nonverbal seperti ekspresi ketegasan, bahasa tubuh yang mendukung, serta sikap kepemimpinan yang kuat juga berperan dalam menanamkan mentalitas juara pada para atlet. Kombinasi dari strategi komunikasi ini tidak hanya membantu atlet dalam memahami teknik bermain, tetapi juga membangun kebiasaan untuk tetap fokus, percaya diri, dan tenang dalam menghadapi berbagai situasi pertandingan.

Namun, proses ini tidak selalu berjalan mulus. Pelatih sering menghadapi tantangan dalam membentuk ketangguhan mental atlet, terutama dengan adanya perbedaan karakter, tingkat pengalaman, dan daya tahan psikologis tiap individu. Beberapa atlet mungkin mengalami tekanan besar saat bertanding atau menghadapi kegagalan yang berulang. Selain itu, faktor-faktor seperti durasi latihan yang terbatas atau hambatan komunikasi antara pelatih dan atlet juga dapat memengaruhi efektivitas pembinaan mental. Meski demikian, pelatih di Akademi Basket Medan terus berupaya mencari solusi untuk mengatasi hambatan ini dan memastikan bahwa setiap atlet tidak hanya berkembang dalam aspek teknik dan fisik, tetapi juga

memiliki ketangguhan mental yang kokoh dalam menghadapi persaingan di dunia olahraga profesional.

4.4.1 Faktor Pendukung Pelatih dalam Menumbuhkan Ketangguhan Mental Atlet Basket Akademi Basket Medan

Pelatih memegang peranan penting dalam membentuk karakter dan ketangguhan mental atlet di Akademi Basket Medan. Faktor pendukung berikut menjadi elemen utama yang berkontribusi dalam membangun daya juang dan ketahanan mental atlet:

1. Integrasi Penguatan Mental dalam Sistem Pelatihan

Sistem pelatihan di Akademi Basket Medan dirancang tidak hanya untuk meningkatkan keterampilan teknis, tetapi juga untuk membentuk ketangguhan mental atlet. Latihan yang menantang fisik dan psikologis menjadi metode utama dalam membangun daya juang dan ketahanan emosional. Simulasi pertandingan dengan tekanan tinggi serta latihan dalam kondisi fisik yang lelah mengajarkan atlet untuk tetap fokus dan tenang dalam situasi sulit. Filosofi bermain dalam basket, seperti kerja sama tim, disiplin, dan pantang menyerah, menjadi prinsip utama dalam membangun mentalitas pemenang. Setiap instruksi dan arahan dari pelatih tidak hanya mengasah keterampilan bermain, tetapi juga melatih atlet untuk mengatasi ketegangan, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengembangkan pola pikir positif.

2. Kehadiran Pelatih Sebagai Role Model

Pelatih yang memiliki kepribadian tegas, disiplin, dan berorientasi pada perkembangan mental atlet menjadi teladan nyata di lapangan. Sikap pelatih yang konsisten dalam menanamkan nilai-nilai seperti kerja keras, ketekunan, dan pengendalian emosi memberikan pengaruh mendalam terhadap atlet. Komunikasi verbal berupa motivasi, instruksi taktis, serta dorongan psikologis membantu atlet untuk mengatasi tekanan selama pertandingan. Sementara itu, komunikasi nonverbal seperti ekspresi ketegasan, sikap percaya diri, dan kehadiran yang penuh dukungan menciptakan suasana latihan yang membangun mentalitas juara. Keteladanan pelatih menjadi sumber inspirasi yang tidak hanya dirasakan selama sesi latihan, tetapi juga memotivasi atlet untuk menerapkannya dalam kehidupan dan pertandingan.

3. Keharmonisan Antara Atlet dan Pelatih

Keharmonisan hubungan antara atlet dan pelatih menciptakan suasana latihan yang kondusif dan penuh semangat. Pelatih yang mampu membangun komunikasi yang baik dengan atlet, baik melalui bimbingan pribadi maupun perhatian terhadap perkembangan mental individu, menjadi fondasi utama dalam menciptakan rasa saling percaya. Dukungan moral yang diberikan pelatih, seperti apresiasi atas usaha atlet serta motivasi untuk bangkit dari kegagalan, memperkuat mentalitas atlet dalam menghadapi tekanan kompetisi. Latihan bersama yang berbasis kerja sama tim juga memberikan dampak positif dalam membangun daya juang kolektif. Semangat kebersamaan yang terjalin di antara pelatih dan atlet tidak hanya mendukung

perkembangan fisik, tetapi juga memperkuat mental atlet dalam menghadapi berbagai tantangan di dunia olahraga.

Dengan ketiga faktor ini, pelatih mampu mengintegrasikan pelatihan fisik dan mental secara harmonis. Pendekatan yang menyeluruh ini menjadikan latihan di Akademi Basket Medan tidak hanya sekadar ajang pengembangan keterampilan bermain basket, tetapi juga sarana efektif dalam membentuk atlet yang memiliki ketangguhan mental tinggi dan siap bersaing di tingkat profesional.

4.4.2 Faktor Penghambat Pelatih dalam Menumbuhkan Ketangguhan Mental Atlet Basket Akademi Basket Medan

1. Beragamnya Latar Belakang Atlet

Atlet di Akademi Basket Medan berasal dari berbagai latar belakang sosial, budaya, dan pengalaman bermain, yang sering menjadi tantangan bagi pelatih dalam membentuk ketangguhan mental mereka. Ada atlet yang memiliki motivasi tinggi, sementara yang lain lebih rentan terhadap tekanan atau kurang percaya diri. Untuk mengatasi hal ini, pelatih menggunakan pendekatan psikologis dengan mengaitkan teknik bermain basket pada prinsip-prinsip mental yang kuat, seperti kesabaran, pengendalian emosi, dan ketekunan. Sebelum latihan dimulai, pelatih memberikan arahan mental yang membangun semangat dan fokus. Selain itu, pelatih menanamkan nilai-nilai seperti sportivitas dan kerja sama tim dengan menyisipkan pesan-pesan motivasi selama latihan. Atlet diajarkan untuk mengelola tekanan saat

pertandingan, menghadapi kegagalan dengan sikap positif, dan menjaga kepercayaan diri meskipun dalam situasi sulit. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung diskusi dan refleksi, pelatih membangun atmosfer latihan yang tidak hanya berorientasi pada keterampilan teknis, tetapi juga membentuk atlet yang memiliki daya juang tinggi di dalam dan luar lapangan.

2. Keterbatasan Waktu Latihan

Waktu latihan yang terbatas sering menjadi tantangan dalam membangun mentalitas yang kuat bagi atlet. Pelatih harus membagi fokus antara mengasah keterampilan teknis, meningkatkan daya tahan fisik, dan membentuk ketangguhan mental. Untuk mengatasi keterbatasan ini, pelatih menyisipkan latihan psikologis secara singkat tetapi efektif di sela-sela latihan fisik. Misalnya, pelatih mengajarkan atlet untuk tetap tenang dalam situasi sulit dengan latihan simulasi pertandingan bertekanan tinggi atau memberikan tantangan fisik yang menguji ketahanan mental mereka. Selain itu, pelatih memanfaatkan momen sebelum dan sesudah latihan untuk memberikan dorongan mental melalui diskusi singkat atau berbagi pengalaman inspiratif dari atlet profesional. Dengan pendekatan ini, pelatih tetap mampu menanamkan mentalitas juara tanpa mengorbankan aspek teknis dan fisik dalam latihan.

3. Hambatan Komunikasi

Meskipun komunikasi verbal dan nonverbal digunakan secara aktif, hambatan dalam menyampaikan pesan kepada atlet tetap menjadi tantangan. Salah satu kendala yang sering terjadi adalah perbedaan persepsi terhadap instruksi atau strategi yang diberikan oleh pelatih. Atlet mungkin memahami pesan dengan cara berbeda, yang dapat memengaruhi eksekusi strategi di lapangan. Selain itu, tekanan dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet kesulitan menerima dan merespons arahan pelatih dengan optimal. Untuk mengatasi hal ini, pelatih berusaha menyederhanakan instruksi, menggunakan bahasa yang lebih jelas, dan memberikan contoh konkret yang mudah dipahami. Pelatih juga memanfaatkan komunikasi dua arah dengan membuka ruang diskusi dan evaluasi setelah latihan atau pertandingan untuk memastikan pemahaman atlet. Dengan cara ini, hambatan komunikasi dapat diminimalkan, sehingga pesan yang disampaikan lebih efektif dalam membentuk mentalitas kuat dan kesiapan atlet menghadapi tantangan di lapangan.

Dengan pendekatan ini, pelatih di Akademi Basket Medan tidak hanya membangun atlet yang tangguh secara fisik, tetapi juga memiliki mentalitas pemenang yang siap menghadapi tekanan kompetisi dengan kepercayaan diri dan ketahanan yang kuat.

4.5 Kategorisasi Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi pelatih memiliki peran penting dalam membentuk ketangguhan mental atlet, khususnya di lingkungan pembinaan seperti Akademi Basket Medan. Berdasarkan analisis data, ditemukan empat konsep teoretis utama yang dihubungkan dengan lima kategori yang merepresentasikan bentuk-bentuk komunikasi yang dilakukan oleh pelatih:

1. Komunikasi Interpersonal → Empati

Pelatih menunjukkan komunikasi interpersonal yang tinggi melalui empati terhadap kondisi psikologis dan emosional atlet. Pendekatan yang penuh pengertian ini membantu atlet merasa dihargai dan dimengerti, sehingga menumbuhkan rasa aman dan stabil secara mental. Hal ini menjadi dasar dari ketangguhan mental karena atlet merasa memiliki dukungan emosional.

2. Hubungan Pelatih–Atlet → Kemampuan Mendengarkan

Hubungan yang harmonis antara pelatih dan atlet terbentuk dari kemampuan pelatih dalam mendengarkan. Pelatih tidak hanya memberi instruksi, tetapi juga membuka ruang dialog dan mendengarkan keluhan atlet, baik dalam maupun di luar sesi latihan. Pendekatan ini menciptakan keterikatan emosional dan meningkatkan kepercayaan diri atlet.

3. Perilaku Kepemimpinan Pelatih → Komunikasi Verbal

Perilaku kepemimpinan pelatih tercermin dalam bentuk komunikasi verbal yang tegas namun membangun. Pelatih memberikan arahan, motivasi, dan

koreksi dengan bahasa yang mendorong dan memperkuat mentalitas juang atlet. Gaya komunikasi yang terbuka dan terarah ini membantu atlet dalam mengelola tekanan saat bertanding.

4. Efektivitas Komunikasi → Komunikasi Non-Verbal

Selain komunikasi verbal, pelatih juga menunjukkan komunikasi non-verbal seperti kontak mata, gestur positif, dan ekspresi wajah yang memberi semangat. Komunikasi non-verbal ini memperkuat pesan verbal dan meningkatkan pemahaman serta rasa kedekatan dengan atlet, yang pada akhirnya mendukung pembentukan mental yang tangguh.

4.6 Deskripsi Hasil Penelitian

Pada bagian ini, peneliti akan melanjutkan dengan memaparkan serta menganalisis temuan hasil observasi lapangan yang telah dilakukan, menggunakan berbagai metode pengumpulan data yang telah dijelaskan sebelumnya dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, dengan cara menghimpun data secara mendalam melalui wawancara dengan narasumber yang relevan, serta mencatat informasi yang diperoleh secara sistematis dan terorganisir.

Wawancara yang akan peneliti paparkan berkaitan dengan permasalahan yang telah dijelaskan pada Bab 1, yaitu mengenai bagaimana komunikasi pelatih dalam mewujudkan ketangguhan mental atlet basket di Akademi Basket Medan. Pada dasarnya, kemampuan pelatih dalam menyampaikan pesan secara efektif dan

membangun kedekatan emosional dengan atlet sangat penting untuk membentuk mental yang kuat dan tangguh. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya komunikasi dalam proses pembinaan mental atlet. Ketika peneliti menanyakan bagaimana bentuk komunikasi yang digunakan pelatih untuk membangun ketahanan mental atlet dalam menghadapi tekanan selama latihan maupun pertandingan, informan Rian menjawab:

“Pelatih biasanya kasih motivasi terus, ngajak ngobrol satu-satu kalau ada yang kelihatan down. Dia sering bilang, kalah itu biasa, yang penting semangat dan terus belajar. Itu yang bikin kami tetap kuat dan gak gampang nyerah.”

Peneliti menggali secara mendalam bagaimana pelatih membangun komunikasi efektif yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga emosional dan psikologis, untuk menghadapi berbagai tekanan dan tantangan dalam dunia olahraga. Dalam salah satu sesi wawancara, peneliti menanyakan bagaimana perkembangan mental atlet selama berlatih dan menghadapi tekanan, serta peran pelatih dalam mendampingi mereka secara mental dan emosional. Informan Dedi, salah satu pelatih senior di Akademi Basket Medan, menyatakan:

“Anak-anak itu mentalnya makin kuat karena kita sering ajak mereka diskusi, kasih motivasi, dan kalau ada yang terlihat stres atau tertekan, kita dekati secara pribadi. Kita juga sering pake body language, kayak anggukan, tepukan di pundak, atau sekadar senyum untuk nunjukin kalau kita percaya sama mereka. Itu penting banget buat mereka ngerasa didukung.”

Dari pernyataan di atas, dapat dilihat bahwa pendekatan komunikasi yang dilakukan pelatih tidak hanya berupa kata-kata motivasi, tetapi juga menggunakan

simbol-simbol nonverbal seperti bahasa tubuh untuk menunjukkan dukungan emosional. Penggunaan body language seperti anggukan, senyuman, dan sentuhan ringan seperti tepukan di pundak merupakan bentuk komunikasi yang mampu membangun koneksi emosional dengan atlet. Hal ini menciptakan rasa aman, dihargai, dan dipercaya, yang sangat penting dalam membentuk ketangguhan mental. Simbol-simbol tersebut juga dapat berfungsi sebagai penguat positif yang membantu atlet tetap fokus, semangat, dan merasa tidak sendirian saat menghadapi tekanan latihan maupun pertandingan.

Selain itu, peneliti juga mengajukan pertanyaan mengenai hambatan komunikasi yang mungkin muncul antara pelatih dan atlet, serta bagaimana hal tersebut diatasi. Informan lainnya, Coach Dafa, menjelaskan:

“Kadang hambatannya itu ya dari beda karakter. Ada atlet yang tertutup, susah terbuka. Tapi kita coba atasi dengan pendekatan yang lebih personal, ngobrol di luar lapangan, atau kasih tugas yang sifatnya tim supaya mereka bisa saling dukung dan akhirnya lebih terbuka ke pelatih juga.”

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hambatan komunikasi antara pelatih dan atlet dapat berasal dari perbedaan kepribadian, terutama pada atlet yang cenderung introver atau kurang ekspresif. Oleh karena itu, pelatih berusaha mengembangkan pendekatan interpersonal yang lebih santai dan informal di luar suasana latihan resmi. Interaksi di luar lapangan seperti percakapan santai atau kegiatan tim dapat membantu membangun kepercayaan, membuka komunikasi dua arah, dan mendorong atlet untuk lebih terbuka. Strategi ini penting dalam membentuk

ikatan yang kuat antara pelatih dan atlet, sehingga komunikasi dalam proses pembentukan mental dapat berlangsung lebih efektif dan mendalam.

Melanjutkan obrolan, peneliti menyusuri lebih jauh tentang kegiatan konkret yang dilakukan pelatih untuk menanamkan ketangguhan mental melalui komunikasi yang bermakna. Dalam hal ini, Informan Dedi menambahkan:

“Biasanya kami lakukan briefing sebelum latihan, kasih motivasi, evaluasi setelah latihan, kadang juga ada sesi sharing atau ngobrol santai biar mereka bisa lebih terbuka.”

Seperti petani yang menyiram tanaman setiap hari, pelatih menanamkan nilai-nilai keteguhan melalui rutinitas yang sederhana namun konsisten. Kegiatan seperti briefing dan sesi sharing menjadi ladang subur tempat tumbuhnya rasa percaya dan keterbukaan antara pelatih dan atlet. Interaksi semacam ini membentuk suasana dialogis yang sehat, di mana komunikasi tidak hanya mengalir satu arah, tetapi menjadi jembatan dua sisi antara pemimpin dan anak didiknya. Dari sana, kekuatan mental atlet mulai mengakar, bukan sekadar karena perintah, tetapi karena rasa percaya.

Menggali lebih dalam, peneliti mencoba membuka tabir tentang bagaimana para atlet menuangkan perasaannya ketika harus berhadapan dengan tekanan dalam latihan dan pertandingan. Dalam percakapan tersebut, Informan Dedi mengungkapkan:

“Biasanya mereka cerita langsung ke pelatih, atau kadang curhat ke temannya. Ada juga yang nunjukin lewat sikap, kayak jadi pendiam atau kelihatan gak semangat.”

Ekspresi emosi para atlet ibarat angin yang tak selalu berwujud, namun terasa. Ada yang berani menyuarakan, namun banyak pula yang memilih diam. Perilaku nonverbal seperti perubahan ekspresi wajah atau sikap tubuh menjadi isyarat halus yang membutuhkan kepekaan pelatih untuk memahaminya. Dalam hal ini, pelatih dituntut bukan hanya menjadi pelatih teknik, tetapi juga pembaca hati yang mampu mengenali kesedihan atau kegundahan tersembunyi di balik senyuman para atlet.

Tidak berhenti sampai di sana, peneliti pun mengarahkan sorotan pada aspek bahasa yang digunakan oleh pelatih. Seperti seorang orator yang menyulut semangat lewat kata-kata, pelatih memainkan peran penting dalam membentuk mental juara melalui tutur katanya. Informan Dedi menjelaskan:

“Bahasa itu penting banget. Kita usahain pakai bahasa yang membangun semangat, bukan yang nyalahin. Kita juga sering pake kata-kata yang menguatkan mental mereka waktu gagal atau kalah.”

Bahasa lisan dalam dunia olahraga tak ubahnya senjata bermata dua—bisa membangun, bisa juga meruntuhkan. Dalam konteks ini, pelatih menyadari bahwa setiap kata yang diucapkan harus dipilih dengan hati-hati. Ucapan yang mengandung dorongan dan kepercayaan diri menjadi obat mujarab saat para atlet terpuruk. Dengan begitu, bahasa menjadi medium utama dalam menyalakan api semangat yang kadang nyaris padam. Tak hanya dari kata, komunikasi pelatih juga menjalar melalui bahasa

tubuh yang kadang lebih kuat dari seribu kalimat. Peneliti pun menelusuri aspek ini lebih lanjut. Dengan nada reflektif, Informan Wafi mengatakan:

“Seringnya sih lewat gerakan tangan, anggukan, atau ekspresi wajah. Kadang cuma tepuk pundak aja udah bikin anak-anak ngerasa dihargai dan diperhatikan.”

Simbol-simbol nonverbal ini ibarat pelita yang menerangi hati para atlet. Bahasa tubuh pelatih—meski diam—berbicara lebih banyak dari apa yang terucap. Isyarat sederhana seperti anggukan, tepukan ringan, atau senyuman, menjadi tanda dukungan tanpa syarat. Dalam konteks latihan yang keras dan penuh tekanan, sentuhan emosional seperti ini menjadi oase yang menyegarkan semangat.

Menyambung dari sana, peneliti menggali pula tentang sarana komunikasi yang digunakan pelatih dalam membina kedekatan dan ketangguhan mental atlet. Informan menjelaskan:

“Kita pakai grup WhatsApp juga buat komunikasi, kadang kirim video motivasi, atau nulis pesan-pesan penyemangat. Tapi tetap yang paling penting itu komunikasi langsung.”

Media digital menjadi jembatan yang mempermudah komunikasi di luar jam latihan. Seperti air yang menyesuaikan bentuk wadahnya, komunikasi pelatih pun bersifat fleksibel—menyesuaikan konteks dan kebutuhan. Meskipun teknologi digunakan, pelatih tetap mengutamakan interaksi langsung, karena di sanalah jiwa

dari pembinaan mental benar-benar terasa. Tatapan mata, suara, dan emosi yang hadir secara nyata jauh lebih efektif dibanding teks yang dingin.

Untuk memahami secara utuh dinamika komunikasi tersebut, peneliti pun menyingkap sisi gelap dari proses komunikasi: hambatan. Dengan nada jujur, Informan Wafi berbagi:

“Kadang anak-anak susah ngomong jujur soal perasaannya. Mereka takut dikira lemah. Ada juga yang nggak paham maksud instruksi karena mungkin penjelasan kita kurang jelas.”

Hambatan ini ibarat batu kecil yang tersembunyi di jalan. Terlihat sepele, namun bisa menyebabkan tersandung jika tak hati-hati. Ketakutan atlet untuk terbuka sering kali berakar dari stigma bahwa emosi adalah tanda kelemahan. Di sisi lain, pelatih pun perlu merefleksi cara penyampaian agar dapat menjangkau pemahaman semua atlet. Komunikasi yang efektif harus dibangun di atas rasa aman dan kejelasan, bukan hanya kecepatan atau instruksi semata.

Untuk itu, peneliti mengarahkan percakapan pada strategi mengatasi hambatan tersebut. Dengan pendekatan empatik, Informan menjawab:

“Kita coba pendekatan personal, ngobrol di luar jam latihan. Kalau perlu, kita panggil satu-satu buat tanya kondisi mereka. Itu bikin mereka lebih terbuka.”

Strategi ini laksana membuka jendela di ruangan yang pengap. Ketika atlet diberikan ruang personal yang nyaman, mereka lebih mudah mengutarakan apa yang dirasakan. Pelatih yang mendekat dengan niat memahami, bukan sekadar mengarahkan, akan lebih dihormati dan didengar. Pendekatan ini mengubah relasi

kaku menjadi lebih manusiawi, dan dari situlah benih-benih mental tangguh mulai tumbuh.

Peneliti lalu bertanya, bagaimana pelatih menilai hasil dari komunikasi mereka.

Dengan penuh keyakinan, Informan Dedi menjawab:

“Dilihat dari perubahan sikap atlet, kalau mereka lebih percaya diri, semangatnya tinggi, dan bisa bangkit waktu gagal, berarti komunikasi kita efektif.”

Hasil dari komunikasi bukanlah sesuatu yang selalu bisa dihitung secara angka, tetapi terlihat dari transformasi sikap dan semangat. Atlet yang dulu mudah goyah kini mampu berdiri tegar setelah terjatuh. Ini menandakan bahwa komunikasi pelatih bukan hanya sampai di telinga, tetapi masuk ke hati. Dan dari hati yang tersentuh itulah lahir kekuatan untuk bertahan, melawan, dan terus berkembang.

Sebagai penutup rangkaian wawancara, peneliti menanyakan hasil nyata dari proses komunikasi pelatih dalam membentuk mental atlet di Akademi Basket Medan.

Informan menyampaikan:

“Anak-anak sekarang lebih mandiri, lebih siap mentalnya pas bertanding, dan mereka juga jadi lebih terbuka kalau ada masalah.”

Hasilnya ibarat buah ranum yang tumbuh dari pohon yang dirawat dengan sabar. Atlet kini menjadi sosok yang tidak hanya kuat di lapangan, tetapi juga dewasa dalam berpikir dan bersikap. Kemandirian, kesiapan mental, dan keterbukaan adalah tiga pilar yang menjadi fondasi dari ketangguhan mereka. Semua itu lahir dari

komunikasi yang dibangun dengan hati, disampaikan dengan empati, dan dipelihara dalam kepercayaan.

BAB V

5.1 Simpulan

Penelitian ini menemukan bahwa komunikasi pelatih memainkan peran penting dalam membentuk ketangguhan mental atlet di Akademi Basket Medan. Komunikasi verbal berupa arahan motivasional, strategi menghadapi tekanan, serta dorongan mental sebelum dan setelah latihan menjadi bagian integral dalam setiap sesi latihan. Selain itu, komunikasi nonverbal seperti sikap disiplin, ekspresi ketegasan, serta perhatian tulus kepada atlet juga berperan dalam membangun mentalitas yang kuat. Dengan pendekatan ini, pelatih berhasil menciptakan keseimbangan antara peningkatan keterampilan teknis dan pembentukan mental juara, sehingga atlet tidak hanya berkembang dalam aspek fisik, tetapi juga memiliki daya juang tinggi dan ketahanan emosional dalam menghadapi tantangan pertandingan.

Namun, proses pembentukan ketangguhan mental ini tidak terlepas dari tantangan. Pelatih dihadapkan pada beragam latar belakang atlet, baik dari segi pengalaman, tingkat kepercayaan diri, maupun kemampuan menghadapi tekanan. Selain itu, keterbatasan waktu latihan dan hambatan komunikasi, seperti perbedaan persepsi terhadap instruksi pelatih atau kurangnya pemahaman strategi, menjadi kendala dalam menyampaikan pesan motivasi secara maksimal. Meskipun demikian, pelatih terus berupaya mengatasi hambatan ini melalui pendekatan inovatif dan komitmen tinggi, sehingga mentalitas juara dapat tertanam dalam diri atlet secara konsisten dan mendalam.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang peran komunikasi pelatih dalam membentuk ketangguhan mental atlet basket di Akademi Basket Medan, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan:

1. Untuk Pelatih Basket

- a. Disarankan agar pelatih terus meningkatkan kualitas komunikasi verbal dengan memberikan motivasi yang relevan dengan tantangan yang dihadapi atlet, sehingga mereka lebih siap menghadapi tekanan pertandingan.
- b. Pelatih sebaiknya lebih mengoptimalkan komunikasi nonverbal, seperti menunjukkan disiplin yang konsisten, memberikan perhatian kepada setiap atlet, dan menunjukkan ketenangan dalam situasi sulit agar menjadi teladan bagi para atlet.

2. Untuk Atlet Basket

- a. Atlet diharapkan lebih terbuka terhadap arahan pelatih dan aktif menerapkan strategi mental yang diajarkan dalam latihan maupun pertandingan.
- b. Atlet juga disarankan untuk berkomunikasi secara aktif dengan pelatih jika mengalami kesulitan atau membutuhkan bimbingan dalam mengelola tekanan dan meningkatkan kepercayaan diri.

3. Untuk Pihak Akademi Basket Medan

- a. Akademi disarankan untuk menyediakan pelatihan tambahan bagi pelatih, khususnya yang berkaitan dengan metode komunikasi efektif dalam membentuk mental juara atlet.
- b. Mengatur jadwal latihan yang lebih fleksibel agar pelatih memiliki cukup waktu untuk memberikan pembinaan mental tanpa mengorbankan latihan teknis dan fisik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi pelatih, baik secara verbal maupun nonverbal, memiliki peran penting dalam membentuk ketangguhan mental atlet di Akademi Basket Medan. Dengan mengintegrasikan aspek psikologis ke dalam sesi latihan, pelatih berhasil menciptakan keseimbangan antara pengembangan keterampilan teknis dan mentalitas kompetitif atlet. Meskipun terdapat berbagai tantangan, seperti latar belakang atlet yang beragam dan hambatan komunikasi, pelatih mampu mengatasinya melalui pendekatan inovatif dan komitmen tinggi.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pelatih dan akademi basket dalam mengembangkan metode komunikasi yang lebih efektif untuk membangun mental juara atlet. Peneliti juga menyarankan penelitian lanjutan yang lebih mendalam dengan memperhatikan aspek lain, seperti pengaruh lingkungan sosial atau peran keluarga dalam mendukung pembentukan mental atlet. Dengan demikian, ketangguhan mental atlet dapat semakin terasah dan mendukung keberhasilan mereka dalam dunia olahraga profesional.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfalah, R. B. (2017). Pengaruh traits kepribadian, kohesivitas kelompok, dan hubungan pelatih-atlet terhadap ketangguhan mental atlet bola basket di wilayah Jabodetabek [Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta]. Repository UIN Jakarta. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/38378>
- Arum, R. S. (2021). Hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan ketangguhan mental atlet [Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta]. Lumbung Pustaka UNY. <https://eprints.uny.ac.id/77556/>
- Asamoah, Benjamin (2013). The role of Mental toughness, Pshycological skill and team cohesion in soccer performance. Thesis. Departement of Sport Science, Faculty of Education at Stelenbosch University
- Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., & Jones, G. (2008). The development and maintenance of mental toughness: Perceptions of elite performers. *Journal of Sports Sciences*, 26(1), 83–95. <https://doi.org/10.1080/02640410701310958>
- Crust, L., & Azadi, K. (2010). Mental toughness and athletes' use of psychological strategies. *European Journal of Sport Science*, 10(1), 43–51. <https://doi.org/10.1080/17461390903049972>
- Ester, E., Rini, W. A., Triyanto, Y., Widiyanto, M. A., & Fernando, A. (2022). The Influence of Christian Religious Education in Family and Parenting Styles on Adolescent Character Formation. *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat*, 6(1), 76. <https://doi.org/10.46445/ejti.v6i1.470>
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2009). Evaluation of a Mental Toughness Training Program for Youth-Aged Australian Footballers: II. A Qualitative Analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(3), 324–339. <https://doi.org/10.1080/10413200903026074>
- Kusuma, L. W. A. (2020). Pengaruh keterampilan komunikasi interpersonal pelatih terhadap ketangguhan mental atlet (Studi pada tim basket putra UMY tahun

- 2020) [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta]. Repository UMY.
<https://etd.umy.ac.id/id/eprint/1404/>
- Lyle, J. (2021). Coaching Effectiveness: A Personal Discourse on Bringing Clarity to an Overused Concept. *International Sport Coaching Journal*, 8(2), 270–274.
<https://doi.org/10.1123/iscj.2020-0025>
- Olusoga, P., Maynard, I., Hays, K., & Butt, J. (2012). Coaching under pressure: A study of olympic coaches. *Journal of Sports Sciences*, 30(3), 229–239.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2011.639384>
- Purwoto, S. A. (2018). Hubungan komunikasi interpersonal dengan ketangguhan mental atlet sepak bola [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. Academia.edu. <https://www.academia.edu/113530615/>
- Rosady, M. F. (2020). Perbedaan mental toughness pada atlet sepakbola senior dan junior (U-18).
- Rohman, U. (2017). Evaluasi Kompetensi Pelatih Sepakbola Usia Dini Di Sekolah Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 92.
<https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8186>
- Weinberg, R., Butt, J., Mellano, K., & Harmison, R. (2017). The stability of mental toughness across situations: Taking a social-cognitive approach. *International Journal of Sport Psychology*, 48(3), 280–302.
<https://doi.org/10.7352/IJSP.2017.48.280>

LAMPIRAN

DRAFT PEDOMAN WAWANCARA

Judul Penelitian : KOMUNIKASI PELATIH DALAM
MEWUJUDKAN
KETANGGUHAN MENTAL ATLET BASKET DI AKADEMI
BASKET MEDAN

A. Identitas Narasumber

1. Nama :
2. Usia :
3. Pendidikan :
4. Jabatan :
5. Alamat :

B. Pertanyaan Penelitian

- 1) Menurut Anda, bagaimana perkembangan mental atlet dalam menghadapi tekanan dan tantangan selama berlatih di Akademi Basket Medan?
- 2) Kegiatan apa saja yang dilakukan pelatih untuk membangun ketangguhan mental atlet guna menciptakan komunikasi yang efektif dalam latihan dan pertandingan?
- 3) Bagaimana cara atlet mengekspresikan perasaan mereka ketika menghadapi tekanan atau kesulitan dalam latihan dan kompetisi?
- 4) Menurut Anda, bagaimana peran penggunaan bahasa dalam komunikasi pelatih untuk membentuk mental juara bagi atlet basket?
- 5) Bagaimana bahasa tubuh (body language) atau simbol-simbol yang digunakan oleh pelatih dalam menyampaikan motivasi dan instruksi kepada atlet?
- 6) Media atau metode apa saja yang digunakan dalam komunikasi antara pelatih dan atlet untuk membangun ketangguhan mental?
- 7) Apa saja hambatan dalam komunikasi antara pelatih dan atlet yang dapat memengaruhi proses pembentukan mental juara?
- 8) Bagaimana cara mengatasi hambatan komunikasi yang terjadi antara pelatih dan atlet dalam upaya membangun ketangguhan mental?
- 9) Bagaimana pelatih menilai efektivitas komunikasi mereka dalam membentuk mental yang tangguh bagi atlet?

10) Apa saja hasil dari proses komunikasi pelatih dalam membangun ketangguhan mental atlet di Akademi Basket Medan?

DOKUMENTASI











UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bisa membawa hasil yang maksimal
jika disertai dengan ketekunan dan kegigihannya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/E-K/BAN-PT/AK.KP/PT/XXI/2022

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

Website: <https://fislj.umsu.ac.id> Email: fislj@umsu.ac.id Instagram: @umsumedan Facebook: umsumedan Twitter: umsumedan YouTube: umsumedan

SK-1

**PERMOHONAN PERSETUJUAN
JUDUL TUGAS AKHIR MAHASISWA
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)**

Kepada Yth.
Bapak/Ibu
Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi
FISIP UMSU
di
Medan.

Medan, 18 Januari 2025

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat, Saya yang bertanda tangan di bawah ini Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UMSU :

Nama Lengkap : ASHABIAL HASBIYAH
NPM : 2003220278
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Tabungan sks : (2), 0. sks, IP Kumulatif 2,31.

Mengajukan permohonan persetujuan judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah):

| No | Judul yang diusulkan | Persetujuan |
|----|---|------------------|
| 1 | Efektivitas Strategi Komunikasi Imajinasi Personal Player Dalam meningkatkan motivasi Peserta latihan basket muda di Akademi basket medan | |
| 2 | Pengaruh organisasi akademi basket klub dalam mewujudkan titik prestasi di kota medan | |
| 3 | Komunikasi Pelatih dalam mewujudkan ketahanan mental atlet basket di akademi basket medan | ✓ 17 Jan 2025 |

Bersama permohonan ini saya lampirkan :

1. Tanda bukti lunas beban SPP tahap berjalan;
2. Daftar Kemajuan Akademik/Transkrip Nilai Sementara yang disahkan oleh Dekan.

Demikianlah permohonan Saya, atas pemeriksaan dan persetujuan Bapak/Ibu, Saya ucapkan terima kasih. Wassalam.

Rekomendasi Ketua Program Studi:
Diteruskan kepada Dekan untuk
Penetapan Judul dan Pembimbing.
Medan, 18 Januari 2025

Ketua,

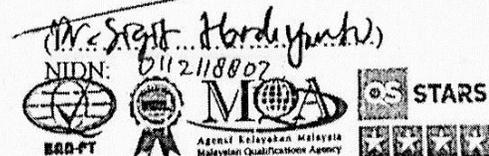
(Signature)
NIDN: 0129048401

237.21.311

Pemohon,

(Signature)

(AS) ASHABIAL HASBIYAH
Dosen Pembimbing yang ditunjuk
Program Studi:





UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ke agar disertai nomor dan tanggalnya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Pp/PT/IIU/2024

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

<https://fisip.umsu.ac.id> ✉ fisip@umsu.ac.id 📱 [umsumedan](#) 📧 [umsumedan](#) 📠 [umsumedan](#) 📧 [umsumedan](#)

Sk-2

**SURAT PENETAPAN JUDUL DAN PEMBIMBING
TUGAS AKHIR MAHASISWA
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)
Nomor : 201/SK/II.3.AU/UMSU-03/F/2025**

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berdasarkan Surat Keputusan Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Nomor: 1964/SK/II.3.AU/UMSU-03/F/2024 Tanggal 04 Djumadil Awwal 1446H/ 06 November 2024 M Tentang Panduan Penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) dan Rekomendasi Pimpinan Program Studi Ilmu Komunikasi tertanggal : 17 Januari 2025, dengan ini menetapkan judul dan pembimbing penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) untuk mahasiswa sebagai berikut:

| | |
|--|---|
| Nama mahasiswa | : AJI HAIKAL HASIBUAN |
| N P M | : 2003110278 |
| Program Studi | : Ilmu Komunikasi |
| Semester | : IX (Sembilan) Tahun Akademik 2024/2025 |
| Judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) | : KOMUNIKASI PELATIH DALAM MEWUJUDKAN KETANGGUHAN MENTAL ATLET BASKET DI AKADEMI BASKET MEDAN |
| Pembimbing | : Dr. SIGIT HARDIYANTO, S.Sos., M.I.Kom. |

Dengan demikian telah diizinkan menulis Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah), dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) harus memenuhi prosedur dan tahapan sesuai dengan buku pedoman penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) FISIP UMSU Tahun 2024.
2. Penetapan judul dan pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) sesuai dengan nomor yang terdaftar di Program Studi Ilmu Komunikasi: 237.20.311 tahun 2025.
3. Penetapan judul, pembimbing dan naskah Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) dinyatakan batal apabila tidak selesai sebelum masa kadaluarsa atau bertentangan dengan peraturan yang berlaku.

Masa Kadaluarsa tanggal: 17 Juli 2025.

Ditetapkan di Medan,
Pada Tanggal, 17 Rajab 1446 H
17 Januari 2025 M



Tembusan :

1. Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UMSU di Medan;
2. Pembimbing ybs. di Medan;
3. Peringgal.

Dekan,

Assoc. Prof. Dr. GRIFIN SALEH, MSP.
NIDN 0030017402





UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya
Kita menjahit masa depan dengan kecerdasan dan integritas

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/SK/DAN-PT/AK/KPIPT/XI/2022
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
Website: <https://fslip.umsu.ac.id> Email: fslip@umsu.ac.id Instagram: @umsumedan Facebook: umsumedan Twitter: umsumedan

Sk-3

PERMOHONAN
SEMINAR PROPOSAL TUGAS AKHIR MAHASISWA
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)

Kepada Yth.
Bapak Dekan FISIP UMSU
di
Medan.

Medan,20....

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat, saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UMSU :

Nama lengkap : ASI HARAL HASIBUNH
NPM : 2003120298
Program Studi : ILMU KOMUNIKAS

mengajukan permohonan mengikuti Seminar Proposal Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) yang ditetapkan dengan Surat Penetapan Judul dan Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) Nomor: 2-Q)../SK/II.3-AU/UMSU-03/1/2025. tanggal 18 Januari 2025 dengan judul sebagai berikut :

Komunikasi Prolitik Dalam Mewujudkan Ketangguhan Mental
Atlet Basket D. dan dan basket Medan

Bersama permohonan ini saya lampirkan :

1. Surat Permohonan Persetujuan Judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) (SK-1);
2. Surat Penetapan Judul dan Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) (SK-2);
3. DKAM/ Transkrip Nilai Sementara yang telah disahkan;
4. Kartu Hasil Studi Semester I s/d terakhir;
5. Tanda Bukti Lunas Beban SPP tahap berjalan;
6. Tanda Bukti Lunas Biaya Seminar Proposal Tugas Akhir Mahasiswa;
7. Kartu Kuning Peninjau Seminar Proposal;
8. Semua berkas difotocopy rangkap 1 dan dimasukkan ke dalam MAP berwarna BIRU;
9. Proprosals Tugas Akhir Mahasiswa yang telah disahkan oleh Pembimbing (rangkap - 3).

Demikianlah permohonan saya untuk pengurusan selanjutnya. Atas perhatian Bapak saya ucapkan terima kasih. *Wassalam.*

Diketahui oleh Ketua
Program Studi

Menyetujui
Pembimbing

Pemohon,

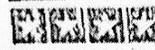
(Andri Andriani, S.Sos, M. I. Kom)
NIDN: 012.7048401

(Dr. Sugil Handiyanto, M. I. Kom)
NIDN: 0112110802

(ASI HARAL HASIBUNH)



STARS

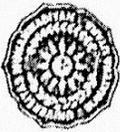




UNDANGAN/PANGGILAN SEMINAR PROPOSAL UJIAN TUGAS AKHIR
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)

Nomor : 458/UND/II.3.AU/UMSU-03/F/2025

Program Studi : Ilmu Komunikasi
Hari, Tanggal : Selasa, 18 Februari 2025
Waktu : 08.45 WIB s.d. selesai
Tempat : AULA FISIP UMSU Lt. 2
Pemimpin Seminar : AKHYAR ANSHORI, S.Sos., M.I.Kom.



UMSU
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

| No. | NAMA MAHASISWA | NOMOR POKOK MAHASISWA | PENANGGAP | PEMBIMBING | JUDUL PROPOSAL SKRIPSI |
|-----|-------------------------|-----------------------|--|--|--|
| 86 | AJI HAIKAL HASIBUAN | 2003110278 | Dr. IRWAN SYARI TUG, S.Sos., M.AP. | Dr. SIGIT HARDIYANTO, S.Sos., M.I.Kom. | KOMUNIKASI PELATIH DALAM MEWUJUDKAN KETANGGUHAN MENTAL ATLET BASKET DI AKADEMI BASKET MEDAN |
| 87 | MUHAMMAD NAUFAL MUBARAK | 2003110264 | FAIZAL HANZAH LUBIS, S.Sos., M.I.Kom. | Dr. SIGIT HARDIYANTO, S.Sos., M.I.Kom. | KOMUNIKASI INTERPERSONAL GURU TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK) DENGAN PENDEKATAN TEORI INTERAKSI SIMBOLIK DI SDAT ANPAAS MEDAN! |
| 88 | AULIA NISA FIZMA HUTAMI | 2003110174 | Dr. LUTFI BASIT, S.Sos., M.I.Kom. | Dr. MUHAMMAD THARIQ, S.Sos., M.I.Kom. | KONSTRUKSI REALITAS MAKNA DALAM LIRIK LAGU "MIMEAR" KARYA 510 |
| 89 | M.H.D. IQBAL | 1903110257 | Dr. IRWAN SYARI TUG, S.Sos., M.AP. | Asoc. Prof. Dr. RIBUT PRIADI, M.I.Kom. | ANALISIS FRAMING PEMBERITAAN "SISWA SD DIJKUM DUDUK DI LANTAI KARENA TIDAK BAYAR SPP" DI MEDIA CETAK HAJWAN HSTAR DAN TRIBUN MEDAN |
| 90 | M. FACHRUL AZMI | 1903110144 | Drs. ZULFAHMI, M.I.Kom. | Dr. SIGIT HARDIYANTO, S.Sos., M.I.Kom. | STRATEGI KOMUNIKASI PEMASARAN PT. AMAWAH BERKAH KENCANA DALAM MEMROMOSIKAN OBAT HERBAL HASEDA PADA MASYARAKAT KOTA BINJAI |

Medan, 18 Syaban 1446 H
17 Februari 2025 M



(Assoc. Prof. Dr. ARFIN SALEH, MScP)



UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Dilarang menyalin surat ini agar dihindari
honor dan langganannya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 191/MSK/BAN-PT/Ak.KP/PTX/11/2022
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
🌐 <https://fislip.umsu.ac.id> ✉ fislip@umsu.ac.id 📠 unsumedan 📠 unsumedan 📠 unsumedan 📠 unsumedan

Sk-5

BERITA ACARA BIMBINGAN TUGAS AKHIR MAHASISWA

Nama lengkap : ASI HAKHAL HAKIBUN
NPM : 2003270298
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) : Komunikasi Pemasaran dalam Media Sosial dan Keterserapan Mental Athlit Basket di akademi basket medan

| No. | Tanggal | Kegiatan Admis/Bimbingan | Urut Pembimbing |
|-----|------------|--|-----------------|
| 1. | 18/02/2025 | Diskusi judul dan menyalaskan format naskah prelatih | → |
| 2. | 21/02/25 | Diskusi dan acc judul proposal skripsi | → |
| 3. | 13/02/25 | Diskusi proposal skripsi | → |
| 4. | 20/02/25 | Diskusi hasil proposal dan acc lembar pengantar | → |
| 5. | 24/02/25 | Diskusi pedoman wawancara | → |
| 6. | 12/03/25 | Diskusi hasil wawancara | → |
| 7. | 28/04/25 | bimbingan bab IV wawancara hasil penelitian | → |
| 8. | 10/04/25 | Diskusi hasil bab IV | → |
| 9. | 11/04/25 | Diskusi bab IV dan V | → |
| 10. | 13/04/25 | Diskusi skripsi dan revisi | → |
| 11. | 16/04/25 | ACC SKRIPSI | → |

Medan, ... 16 April ... 2025

Ketua Program Studi,

Pembimbing,



Arifansari, S.Sos, M.Si
NIDN: 0127048401

Dr. Sigit Hardiyanto, M.I. Kom
NIDN: 0112118062





UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila mengirim surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Pp/PT/III/2024

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

<https://fisip.umsu.ac.id> fisip@umsu.ac.id [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

Nomor : 639/KET/II.3.AU/UMSU-03/F/2025
Lampiran : --
Hal : **Mohon Diberikan izin
Penelitian Mahasiswa**

Medan, 15 Ramadhan 1446 H
15 Maret 2025 M

Kepada Yth : **Owner Akademi Basket Medan**
di-
Tempat.

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Teriring salam semoga Bapak/Ibu dalam keadaan sehat wal'afiat serta sukses dalam menjalankan segala aktivitas yang telah direncanakan.

Untuk memperoleh data dalam penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi), kami mohon kiranya Bapak/Ibu berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami di Akademi Basket Medan, atas nama:

| | |
|-----------------------------|--|
| Nama mahasiswa | : AJI HAIKAL HASIBUAN |
| N P M | : 200311278 |
| Program Studi | : Ilmu Komunikasi |
| Semester | : X (Sepuluh) Tahun Akademik 2024/2025 |
| Judul Tugas Akhir Mahasiswa | : KOMUNIKASI PELATIH DALAM MEWUJUDKAN KETANGGUHAN MENTAL ATLIT BASKET DI AKADEMI BASKET MEDAN |

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kesediannya memberikan izin penelitian diucapkan terima kasih. Nashrun minallah, wassalamu 'alaikum wr. wb.



Cc : File.



Dr. ARIEFIN SALEH, S.Sos., MSP.
NIDN. 0030017402

Acc draft Pedoman wawancara

12/3 2025

Ryot Hardyanto

DRAFT PEDOMAN WAWANCARA

Judul Penelitian : KOMUNIKASI PELATIH DALAM MEWUJUDKAN
KETANGGUHAN MENTAL ATLET BASKET DI AKADEMI
BASKET MEDAN

A. Identitas Narasumber

1. Nama :
2. Usia :
3. Pendidikan :
4. Jabatan :
5. Alamat :

B. Pertanyaan Penelitian

- 1) Menurut Anda, bagaimana perkembangan mental atlet dalam menghadapi tekanan dan tantangan selama berlatih di Akademi Basket Medan?
- 2) Kegiatan apa saja yang dilakukan pelatih untuk membangun ketangguhan mental atlet guna menciptakan komunikasi yang efektif dalam latihan dan pertandingan?
- 3) Bagaimana cara atlet mengekspresikan perasaan mereka ketika menghadapi tekanan atau kesulitan dalam latihan dan kompetisi?
- 4) Menurut Anda, bagaimana peran penggunaan bahasa dalam komunikasi pelatih untuk membentuk mental juara bagi atlet basket?
- 5) Bagaimana bahasa tubuh (body language) atau simbol-simbol yang digunakan oleh pelatih dalam menyampaikan motivasi dan instruksi kepada atlet?
- 6) Media atau metode apa saja yang digunakan dalam komunikasi antara pelatih dan atlet untuk membangun ketangguhan mental?
- 7) Apa saja hambatan dalam komunikasi antara pelatih dan atlet yang dapat memengaruhi proses pembentukan mental juara?
- 8) Bagaimana cara mengatasi hambatan komunikasi yang terjadi antara pelatih dan atlet dalam upaya membangun ketangguhan mental?
- 9) Bagaimana pelatih menilai efektivitas komunikasi mereka dalam membentuk mental yang tangguh bagi atlet?
- 10) Apa saja hasil dari proses komunikasi pelatih dalam membangun ketangguhan mental atlet di Akademi Basket Medan?

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Data Pribadi

Nama : Aji Haikal Hasibuan
Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 28 Februari 2002
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Jl. Beringin Gg. Mangga No. 2-A
Anak ke : 4 dari 6 bersaudara

Data Orang Tua

Nama Ayah : Awaluddin Hasibuan, SE
Nama Ibu : Nurmainah Harahap S,Pd
Pekerjaan Ayah : Wiraswasta
Pekerjaan Ibu : Guru
Alamat : Jl. Beringin Gg. Mangga No. 2-A

Pendidikan Formal pekerj

TK : Al Barkah
SD : Al Barkah
SMP : Al Barkah
SMA : SMK Negeri 1 Percut Sei Tuan
S1 : Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara