

**KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DAN
ATLET KARATE DALAM MENINGKATKAN
PRESTASI**

SKRIPSI

Oleh:

M Fajar Al Isfahri
NPM: 1603110227

**Program Studi Ilmu Komunikasi
Konsentrasi Humas**



UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2021**

PERNYATAAN



Dengan ini saya **M Fajar Al Isfahri**, NPM: 1603110227, menyatakan dengan sungguh-sungguh :

1. Saya menyadari bahwa memalsukan karya ilmiah dalam segala bentuk yang dilarang oleh undang-undang, termasuk pembuatan karya ilmiah oleh orang lain dengan sesuatu imbalan, atau memplagiat atau menjiplak 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, atau karya jiplakan dari karya orang lain.
3. Bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah dijadikan untuk memperoleh keserjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga 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 saya tidak ini tidak benar, saya bersedia tanpa mengajukan banding menerima sanksi :

1. Skripsi saya ini beserta nilai-nilai hasil ujian skripsi saya dibatalkan.
2. Pencabutan kembali gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh, serta pembatalan dan penarikan ijazah sarjana dan transkrip nilai yang telah saya terima.

Medan, 13 Oktober 2021

Yang Menyatakan,



M Fajar Al Isfahri

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

Nama Mahasiswa : **M. FAJAR AL ISFAHRI**
N P M : 1603110277
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DAN ATLET KARTE DALAM MENINGKATKAN PRESTASI

Medan, 27 September 2021

PEMBIMBING



ABRAR ADHANI, S.Sos., M.I.Kom

Disetujui Oleh

KETUA PROGRAM STUDI



AKHYAR ANSHORI, S.Sos., M.I.Kom

DEKAN



Dr. ARIEN SALEH, S.Sos, M.SP

PENGESAHAN

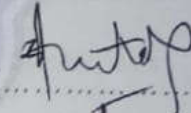
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

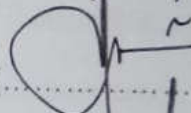
Nama Mahasiswa : **M. FAJAR AL ISFAHRI**
N P M : 1603110277
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Pada hari, tanggal : Sabtu, 16 Oktober 2021
Waktu : 08.00 s.d Selesai

TIM PENGUJI

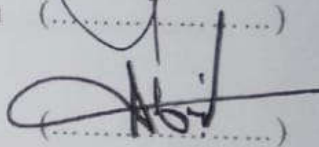
PENGUJI I : **RAHMANITA GINTING, M.A., P.hD**


(.....)

PENGUJI II : **FAIZAL HAMZAH LUBIS, S.Sos., M.I.Kom**

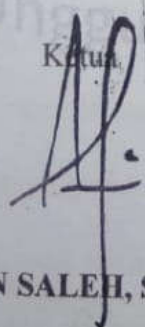

(.....)

PENGUJI III : **ABRAR ADHANI, S.Sos., M.I.Kom**


(.....)

PANITIA UJIAN

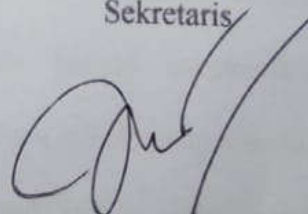
Ketua



Dr. ARIFIN SALEH, S.Sos., M.SP



Sekretaris



Drs. ZULFAHMI, M.I.Kom

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah Rabiil ‘segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta’ala yang tak henti-hentinya memberikan nikmat serta kekuatan yang tak terhingga kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi berjudul Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi. Salawat beriring salam tidak lupa penulis persembahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Semoga syafaat beliau tercurahkan kepada kita semua. Skripsi ini merupakan tugas akhir bagi mahasiswa yang harus diselesaikan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Program Studi Ilmu Komunikasi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU).

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini dapat terselesaikan dengan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Lembaran ini sekaligus menjadi media bagi penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih kepada kedua orang tua saya yaitu Ayahanda Agus Lin yang merupakan sosok ayah yang sangat disiplin dalam mendidik, dan sabar dalam membimbing anak-anaknya, serta banyak memberikan ilmu pengetahuan tentang makna dari kehidupan. Tak lupa pula kepada Ibunda tercinta saya Masriani yang telah memberikan banyak kasih sayang, cinta, perhatiannya dan sebagai sosok ibu terbaik bagi saya dan juga hidup saya, serta memberikan

dukungan moral maupun materil kepada penulis dalam menyelesaikan perkuliahan dan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Agussani M.AP selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Rudianto S.Sos, M.Si selaku Wakil Rektor III Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Arifin Shaleh, S.Sos, M.SP selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara,
4. Bapak Drs. Zulfahmi M.I.Kom selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak Abrar Adhani, S.Sos, M.I.Kom selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi saya yang selalu memberikan arahan, bimbingan, perhatian, pengertian dan waktunya untuk membantu menyelesaikan Skripsi,
6. Bapak Akhyar Anshori, S.Sos, M.I.Kom selaku Ketua Prodi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan juga Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing saya.
7. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan ilmu dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.

8. Biro Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang sudah membantu kelengkapan berkas-berkas dan juga informasi perkuliahan.
9. Bapak Andi Rahman selaku pemilik Dojo Karate Medan Marelan sekaligus pelatih yang telah memberikan izin dan informasi pada saat penelitian.
10. Atlet dan murid yang berlatih di Dojo Karate Medan Marelan yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.
11. Abang kandung saya, M. Fadlin Al Farhans yang turut memberikan semangat dan dukungan dalam penyelesaian skripsi.
12. Teman-teman terdekat saya, Kurnia Akbar dan Ervira yang selalu membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.
13. Seseorang yang telah hadir di hidup saya namun tidak dapat saya sebutkan namanya.
14. Teman – teman di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara angkatan 2016, senang rasanya dapat mengenal beberapa diantara kalian.
15. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Penulis menyadari dalam pengerjaan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, baik dari segi pembahasan maupun dari segi penulisan. Oleh sebab itu penulis sangat mengharapkan adanya saran dan kritik yang membangun guna menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik di masa yang akan datang. Akhir

kata hanya kepada Allah SWT penulis menyerahkan diri dan semoga kita tetap berada di dalam lindungannya, Amin Yaa Rabbal Alamiin.

Medan, 13 Oktober 2021

Penulis,

M Fajar Al Isfahri

Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi

**M Fajar Al Isfahri
1603110227**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate di Dojo Marelان dalam meningkatkan prestasi atlet. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah pelatih (sebagai subjek/informan kunci) dan atlet. Teknik penentuan subjek penelitian yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kualitatif. Dari penelitian yang telah dilakukan, maka hasil dari penelitian ini adalah komunikasi interpersonal yang dilakukan pelatih dan atlet dalam meningkatkan prestasi berjalan dengan baik. Hal itu diketahui dengan telah dilakukannya bentuk komunikasi pelatih terhadap atlet seperti tujuan yang diberikan pelatih kepada atlet, penguatan atau umpan balik yang diterima atlet maupun sebaliknya, pesan yang disampaikan pelatih baik verbal maupun nonverbal, saluran, gangguan, serta hambatan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif yang digunakan untuk menggambarkan suatu keadaan yang sementara berjalan pada saat penelitian dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala tertentu.

Kata Kunci: *Komunikasi Interpersonal, Atlet, Pelatih, Prestasi*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Pembatasan Masalah	6
1.3 Rumusan Masalah	7
1.4 Tujuan Penelitian	7
1.5 Manfaat Penelitian	7
1.6 Sistematika Penulisan	8
BAB II URAIAN TEORITIS	9
2.1 Komunikasi	9
2.1.1 Definisi Komunikasi	9
2.1.2 Tingkatan Proses Komunikasi	10
2.1.3 Unsur-unsur Komunikasi	12
2.1.4 Fungsi Komunikasi	13
2.2 Komunikasi Interpersonal.....	14
2.2.1 Definisi Komunikasi Interpersonal	14
2.2.2 Komponen-komponen Komunikasi Interpersonal	15
2.2.3. Proses Komunikasi Interpersonal.....	18
2.2.4 Karakteristik Komunikasi Interpersonal	19
2.2.5 Tujuan Komunikasi Interpersonal.....	20
2.2.6 Efektivitas Komunikasi Interpersonal.....	21
2.2.7 Faktor-Faktor Komunikasi Interpersonal.....	21
2.3 Psikologi Komunikasi	22
2.3.1 Definisi Psikologi Komunikasi	22
2.3.2 Proses Komunikasi.....	22
2.4 Motivasi	23
2.4.1 Definisi Motivasi	23
2.4.2 Motivasi Dalam Olahraga	23
2.4.3 Strategi Meningkatkan Motivasi Atlet.....	24
2.4.4 Tipe-Tipe Motivasi	26
2.5 Pelatih dan Atlet.....	27
2.5.1 Pengertian Pelatih	27
2.5.2 Pengertian Atlet	29
2.6 Hakikat Karate	31
2.6.1 Pengertian Hakikat.....	31

2.6.2 Sejarah Karate	31
2.6.3 Sejarah Karate di Indonesia	32
2.7 Prestasi	35
2.7.1 Pengertian Prestasi	35
2.8 Prestasi Olahraga	37
2.8.1 Hakikat Prestasi Olahraga dan Atlet	37
BAB III METODE PENELITIAN	40
3.1 Jenis Penelitian.....	40
3.2 Kerangka Konsep	40
3.3 Definisi Konsep	41
3.4 Kategorisasi.....	43
3.5 Informasi atau Narasumber.....	44
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	45
3.7 Teknik Analisis Data.....	46
3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian	46
3.9 Deskripsi Ringkas Objek Penelitian	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1 Hasil Penelitian	48
4.1.1 Observasi	49
4.1.2 Hasil Wawancara	51
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	62
4.2.1 Pelatih Karate di Dojo Marelan	63
4.2.2 Atlet Karate di Dojo Marelan.....	65
4.2.3 Sejarah dan Profil Karate Dojo Marelan.....	67
4.2.4 Profil Informan.....	69
BAB V PENUTUP.....	71
5.1 Kesimpulan	71
5.2 Saran	72
DAFTAR PUSTAKA.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kategorisasi	43
------------------------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Proses Komunikasi Interpersonal	18
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	41
Gambar 4.1 Denah Lokasi Dojo Karate	69

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Komunikasi merupakan komponen penunjang penampilan dan keberhasilan latihan. Komunikasi adalah jembatan penyatu antara pelatih dan atlet. Tujuan sebuah latihan disampaikan menggunakan komunikasi, seperti perintah, larangan, aba aba, maupun kritik dan saran dalam evaluasi. Latihan tidak akan berjalan tanpa adanya komponen komunikasi seperti bahasa, suara, gerakan tubuh, gerakan muka, simbol maupun kata. Perintah mengerjakan sesuatu tidak mungkin akan sampai kepada atletnya jika seorang atlet tidak mengerti bahasa yang akan digunakan seorang pelatih. Pesan yang disampaikan pelatih juga akan terasa datar dan kurang apabila disampaikan tidak menggunakan tambahan gerakan tubuh serta mimik wajah. Begitu berartinya sebuah komunikasi yang sering sekali dilupakan bahwa komunikasi itu begitu penting.

Dalam sebuah komunikasi kesamaan makna merupakan hal yang sangat penting. Ketika seseorang mengutarakan komunikasi yang sama makna maka akan terjadi komunikasi yang lancar, namun ketika makna yang dimaksudkan berbeda, maka akan terjadi proses komunikasi yang gagal. Contohnya, ketika pelatih mengatakan tentang bagaimana cara gerakan yang benar dan murid memahami apa yang dikatakan oleh pelatih, maka komunikasi yang berlangsung mengalami persamaan makna tersebut adalah sebuah komunikasi yang lancar (Rustan & Hasriani, 2020; Zulaikha, 2019)

Komunikasi pada dasarnya memiliki banyak bentuk, baik itu komunikasi olahraga maupun komunikasi pada umumnya. Salah satu bentuk komunikasi adalah komunikasi interpersonal yang termasuk dalam komunikasi personal. Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang satu dan orang satunya lagi maupun dengan beberapa orang. Komunikasi ini termasuk dalam komunikasi yang paling efektif, karena pihak pemberi informasi dapat berinteraksi dengan orang yang menjadi lawan bicara. Komunikasi ini tentu sangat cocok jika digunakan dalam situasi latihan maupun pada saat bertanding hanya ada pada komunikasi berupa gerakan maupun teriakan.

Komunikasi interpersonal yang dimiliki seorang pelatih tidak akan tercapai tujuannya apabila pelatih tidak dapat menyampaikannya dengan baik. Begitu juga dengan atlet, apabila komunikasi disampaikan pada saat kondisi tidak kondusif maka tujuannya akan tidak maksimal. Proses komunikasi yang terjadi di Dojo (tempat latihan) Marelان yang terletak di Jalan Kapten Rahmad Buddin No.14 Paya Pasir, Kecamatan Medan Marelان, Kota Medan antara pelatih dengan atlet-atletnya menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berjalan dalam latihan ini. Pelatih mengirimkan sebuah pesan atau perintah berupa verbal dan nonverbal kepada atlet. Perintah atau pesan yang disampaikan kemudian dilakukan oleh atlet dengan seketika apabila tidak terdapat gangguan. Gangguan dapat berasal dari pelatih dan atlet, maupun dari luar. Gangguan yang berasal dari pelatih seperti intonasi yang kurang jelas, besar kecilnya suara, maupun jelas atau tidaknya penyampaian pesan. Gangguan dari atlet bisa berasal dari kondisi masing masing atlet seperti capek, kurang memperhatikan, maupun kurang memahami isi pesan.

Komunikasi interpersonal dapat diartikan sebagai suatu proses pertukaran makna antara orang-orang yang saling berkomunikasi. Dimana proses komunikasi yang terjadi antara individu-individu dan biasanya terjadi antara dua orang yang secara langsung. Seperti yang dikatakan Drs. Mohammad Shoelhi dalam bukunya *Komunikasi Internasional* bahwa “Komunikasi interpersonal disebut komunikasi antarpribadi. Komunikasi yang berlangsung antara dua orang yang satu sebagai komunikator dan yang satu sebagai komunikan” (Shoelhi, 2009).

Komunikasi Interpersonal antara pelatih dan atlet sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Oleh sebab itu, yang menjadi komunikator di Dojo Marelان merupakan pelatih dan yang menjadi komunikan atlet. Menurut Suranto AW dalam bukunya *Komunikasi Interpersonal* bahwa “komunikasi interpersonal pada hakekatnya adalah suatu proses, sebuah transaksi dan interaksi. Transaksi mengenai ide, pesan simbol, informasi dan message, sedangkan dalam istilah interaksi mengesankan adanya suatu tindakan yang berbalas” (Suranto, 2011).

Pelatih merupakan seseorang yang memiliki keterampilan sesuai dengan cabang olahraga yang dilatihnya. Seorang pelatih adalah salah satu sumber daya manusia dalam keolahragaan yang berperan sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet yang dilatihnya. (Budiwanto, 2004:6).

Seorang pelatih tentunya membutuhkan adanya seorang atlet. Seorang atlet merupakan individu yang memiliki keunikan tersendiri, ia memiliki bakat tersendiri, pola perilaku dan kepribadian tersendiri serta latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya. Misalnya di dalam olahraga

beregu, kemampuan adaptif individu untuk melakukan kerjasama kelompok sangat menentukan perannya kelak di dalam kelompoknya (Rusdianto, 2009: 26).

Karate merupakan salah satu dari berbagai macam cabang olahraga prestasi, dimana seorang *karateka* dapat mencapai titik puncak prestasinya dengan mengikuti berbagai macam ajang perlombaan atau *event* yang diselenggarakan oleh FORKI (Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia) maupun *event* terbuka lainnya di tingkat daerah, nasional, maupun internasional. Menurut Pangondian Hotliber Purba (2006: 57) Karate adalah suatu olahraga bela diri yang sangat menuntut suatu keterampilan serta teknik-teknik dan rasa percaya diri yang tinggi, agar mampu menampilkan permainan yang baik dan konsisten dalam melakukan suatu pertandingan.

Menurut Online dalam : <https://www.slideshare.net/SGunawan1/prestasi-olahraga-dan-olahraga-prestasi>

Prestasi merupakan hasil yang dicapai dan apa yang dikerjakan atau yang sudah diusahakan. Seseorang dianggap berprestasi jika dia telah meraih sesuatu dan apa yang sudah diusahakannya, baik melalui belajar, bekerja, berolahraga dan sebagainya. Prestasi tersebut merupakan wujud nyata optimalisasi pengembangan potensi diri. Sudah tentu prestasi dapat diraih setelah seseorang mengerahkan daya dan upaya baik mencakup kemampuan intelektual, emosional, spiritual, dan ketahanan diri dalam berbagai bidang kehidupan.

Menurut UU RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga. Perbedaan prestasi olahraga dan

olahraga prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai seseorang olahragawan (atlet) atau sekelompok orang (tim/regu) dalam bentuk kemampuan dan keterampilan menyelesaikan tugas tugas gerakan, baik dalam kegiatan latihan maupun dalam kompetisi dengan menggunakan parameter parameter evaluasi yang jelas dan rasional. Olahraga prestasi menurut UU No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Menurut Syafrudin, prestasi olahraga merupakan gambaran kemampuan seseorang atau sekelompok orang (olahraga beregu) yang diperoleh setelah melakukan suatu proses latihan.

Hasil pengamatan yang dilakukan sebelumnya yaitu pada bulan Agustus 2020, menunjukkan bahwa proses latihan atlet karate di Dojo Marelan sudah tampak terjalin komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet. Pencapaian interaksi latihan yang maksimal atlet karate Dojo Marelan tersebut tentu saja perlu komunikasi yang efektif antara atlet dan pelatih, sehingga terpadunya dua kegiatan, yaitu melatih dan berlatih yang tujuannya untuk mewujudkan keberhasilan dalam mencapai latihan dan mencapai prestasi maupun meningkatkan prestasi. Dapat dilihat dari cara pelatih memberikan perintah berupa verbal dan nonverbal sudah dilakukan dengan baik. Akan tetapi kondisi tersebut belum tentu sama dengan penilaian atlet.

Dengan demikian, berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui dan menemukan aspek-aspek

yang baru terkait dengan bagaimana komunikasi interpersonal pelatih terhadap atlet karate maupun sebaliknya dengan judul “Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi”.

1.2 Pembatasan Masalah

Untuk mempermudah dan mempersempit ruang lingkup sehingga tidak mengaburkan penelitian maka batasan permasalahan pada penelitian ini ditujukan pada “Atlet Karate Dojo Marelan yang bertempat di Jalan Marelan Raya Pasar V Kota Medan”.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate dalam meningkatkan prestasi?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate dalam meningkatkan prestasi.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk membandingkan teori-teori yang ada selama di bangku kuliah dengan kondisi yang sebenarnya di lapangan.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan memiliki manfaat untuk menambah, memperdalam dan mengembangkan kemampuan peneliti untuk mengetahui Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi

c. Manfaat Akademis

Secara akademis penelitian ini sebagai tugas akhir bagi penulis guna memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.6 Sistematika Penulisan

BAB I : Pendahuluan

Pada bab ini penulis menguraikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Uraian Teoritis

Bab ini menjelaskan tentang komunikasi, komunikasi interpersonal, Psikologi Komunikasi, Motivasi, pelatih dan atlet, hakikat karate, prestasi, dan prestasi olahraga.

BAB III : Metode Penelitian

Pada bab ini berisikan tentang persiapan dan pelaksanaan penelitian yang menguraikan jenis penelitian, kerangka konsep, definisi konsep, kategorisasi, informan dan narasumber, teknik pengumpulan data, teknis analisis data, lokasi dan waktu penelitian, deskripsi ringkas objek penelitian

BAB IV : Hasil Penelitian

Pada bab ini, penulis menjelaskan hasil penelitian yang telah di dapat dan pembahasan hasil penelitian.

BAB V : Penutup

Setelah hasil penelitian didapat, maka penulis mengambil kesimpulan dan saran.

BAB II

URAIAN TEORITIS

2.1 Komunikasi

2.1.1 Definisi Komunikasi

Komunikasi atau *communication* dalam bahasa Inggris berasal dari bahasa Latin yaitu *communis* yang berarti “sama”, *communico*, *communication*, atau *communicare* yang berarti “membuat sama” (*to make common*). Kata “*communis*” paling sering disebut sebagai asal kata komunikasi, yang merupakan akar dari kata-kata Latin lainnya yang mirip (Mulyana, 2000: 5).

Menurut Budi dalam bukunya yang berjudul Pengantar Ilmu Komunikasi (2010:9-10), menjelaskan komunikasi sebagai berikut:

- 1) Komunikasi merupakan serangkaian tindakan atau peristiwa yang terjadi secara berurutan (ada tahapannya) serta berkaitan satu sama lainnya dalam kurun waktu tertentu.
- 2) Komunikasi adalah suatu upaya yang disengaja serta mempunyai tujuan. Komunikasi adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar, disengaja serta sesuai dengan tujuan atau keinginan pelakunya.
- 3) Komunikasi menuntut adanya partisipasi dan kerjasama dari para pelaku yang terlibat. Kegiatan komunikasi akan berlangsung baik apabila pihak-pihak yang berkomunikasi (dua orang atau lebih) sama-sama ikut terlibat dan sama-sama mempunyai perhatian yang sama terhadap topik pesan yang disampaikan.

- 4) Komunikasi bersifat simbolis. Komunikasi pada dasarnya merupakan lambang-lambang. Lambang yang paling umum digunakan dalam komunikasi antar manusia adalah bahasa verbal dalam bentuk kata-kata, kalimat, angka-angka atau tanda lainnya.
- 5) Komunikasi bersifat transaksional. Komunikasi pada dasarnya merupakan menuntut dua tindakan yaitu memberi dan menerima, dua tindakan tersebut tentunya perlu dilakukan secara seimbang dan parsional.
- 6) Komunikasi menembus faktor ruang dan waktu, maksudnya ialah bahwa para peserta atau pelaku yang terlibat dalam komunikasi tidak harus hadir pada waktu serta tempat yang sama. Dengan adanya berbagai produk teknologi komunikasi seperti telepon, internet dan lainnya, faktor ruang dan waktu tidak lagi menjadi masalah dalam berkomunikasi.

2.1.2 Tingkatan Proses Komunikasi

Menurut Denis McQuail (dalam Budi, 2010:10-11) proses komunikasi dalam masyarakat berlangsung dalam 6 tingkatan yaitu sebagai berikut:

- 1) Komunikasi intrapribadi (*interpersonal communication*) yaitu proses pengolahan informasi melalui panca indrera dan sistem syaraf. Contoh: berfikir, merenung, menggambar, menulis dan lainnya.
- 2) Komunikasi antarpribadi (*interpersonal communication*) ialah kegiatan komunikasi yang dilakukan secara langsung antara seseorang dengan

orang lainnya misalnya percakapan tatap muka, korespondensi, percakapan melalui telepon, dan sebagainya.

- 3) Komunikasi dalam kelompok (*group communication*) yakni kegiatan komunikasi yang berlangsung diantara suatu kelompok. Pada tingkatan ini, setiap individu yang terlibat masing-masing berkomunikasi sesuai dengan peran dan kedudukannya dalam kelompok. Pesan atau informasi yang disampaikan juga menyangkut kepentingan seluruh anggota kelompok, bukan bersifat pribadi misalnya perbincangan antara ayah, ibu dan anak dalam keluarga, diskusi guru dan murid di kelas, dan sebagainya.
- 4) Komunikasi antar kelompok/asosiasi. Yakni kegiatan komunikasi yang berlangsung antara suatu kelompok dengan kelompok lainnya. Jumlah pelaku yang terlibat boleh jadi hanya dua atau beberapa orang, tetapi masing-masing membawa peran dan kedudukan sebagai wakil dari kelompok/asosiasinya masing-masing.
- 5) Komunikasi organisasi. Hal ini mencakup kegiatan komunikasi dalam suatu organisasi dan komunikasi antar organisasi. Bedanya dengan komunikasi kelompok adalah sifat organisasi lebih formal dan lebih mengutamakan prinsip-prinsip efisiensi dalam melakukan kegiatan komunikasinya.
- 6) Komunikasi dengan masyarakat secara luas. Pada tingkatan ini kegiatan komunikasi ditujukan kepada masyarakat luas. Bentuk kegiatan komunikasinya dapat dilakukan melalui dua cara yaitu

komunikasi melalui media massa seperti radio, surat kabar, dan televisi serta komunikasi langsung tanpa melalui media massa misalnya ceramah atau pidato di lapangan terbuka.

2.1.3 Unsur-unsur Komunikasi

Unsur-unsur dalam proses komunikasi ialah sebagai berikut:

- 1) *Sender*, merupakan komunikator yang menyampaikan pesan kepada seseorang atau sejumlah orang.
- 2) *Encoding*, merupakan penyandian, yakni proses pengalihan pikiran ke dalam bentuk lambang.
- 3) *Mesenge*, pesan yang merupakan seperangkat lambang bermakna yang disampaikan oleh komunikator.
- 4) *Media*, ialah saluran komunikasi tempat berlalunya pesan dari komunikator kepada komunikan.
- 5) *Decoding*, Pengawasandian yaitu proses dimana komunikasi menetapkan makna pada lambang yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan.
- 6) *Receiver*, komunikan yang menerima pesan dari komunikator.
- 7) *Response*, tanggapan ialah seperangkat reaksi kepada komunikan setelah diterpa pesan.
- 8) *Feedback*, umpan balik yaitu tanggapan komunikan apabila tersampaikan atau disampaikan kepada komunikator.
- 9) *Noise*, gangguan yang tak terencana yang terjadi dalam proses komunikasi sebagai akibat diterimanya pesan lain oleh komunikan

yang berbeda dengan pesan yang disampaikan oleh komunikator kepadanya (Effendy, 2011:18).

2.1.4 Fungsi Komunikasi

Apabila komunikasi dipandang dari yang luas tidak hanya diartikan sebagai pertukaran berita dan pesan, tetapi sebagai kegiatan individu dan kelompok mengenai tukar menukar data, fakta dan ide, maka fungsinya dalam setiap sistem social adalah sebagai berikut:

- 1) Informasi, pengumpulan, penyimpanan, pemrosesan, penyebaran berita, data, gambar, fakta, pesan, opini dan komentar yang dibutuhkan agar dapat dimengerti dan beraksi secara jelas terhadap kondisi lingkungan dan orang lain agar dapat mengambil keputusan yang tepat.
- 2) Sosialisasi (pemasyarakatan), penyediaan sumber ilmu pengetahuan yang memungkinkan orang bersikap dan bertindak sebagai anggota masyarakat yang efektif sehingga ia sadar akan fungsi sosialnya dan dapat aktif di dalam masyarakat.
- 3) Motivasi, menjelaskan tujuan setiap masyarakat jangka pendek maupun jangka panjang, mendorong orang menentukan pilihan dan keinginannya, mendorong kegiatan individu dan kelompok berdasarkan tujuan bersama yang akan dikejar.
- 4) Perdebatan dan diskusi, menyediakan dan saling menukar fakta yang diperlukan untuk memungkinkan persetujuan atau penyelesaian perbedaan pendapat mengenai masalah publik, menyediakan bukti-bukti relevan yang diperlukan untuk kepentingan umum agar

masyarakat lebih melibatkan diri dengan masalah yang menyangkut kepentingan bersama.

- 5) Pendidikan, pengalihan ilmu pengetahuan dapat mendorong perkembangan intelektual, pembentuk watak serta membentuk keterampilan dan kemahiran yang diperlukan pada semua bidang kehidupan.
- 6) Memajukan kehidupan, menyebabkan hasil kebudayaan dan seni dengan maksud melestarikan masa lalu, mengembangkan kebudayaan dengan memperluas horizon seseorang serta membangun imajinasi dan mendorong kreativitas dan kebutuhan estetikanya.
- 7) Integarasi, menyediakan bagi bangsa, kelompok dan individu kesempatan untuk memperoleh berbagai pesan yang mereka perlukan agar mereka dapat saling kenal dan mengerti serta menghargai kondisi pandangan dan keinginan orang lain. (Widjaja, 2000:64).

2.2 Komunikasi Interpersonal

2.2.1 Definisi Komunikasi Interpersonal

Agus M. Hardjana dalam (AW, 2011: 3) memberikan definisi bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antar dua atau beberapa orang, dimana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung dan pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung pula. Sementara Deddy Mulyana (2009:81) mendefinisikan komunikasi interpersonal atau komunikasi interpersonal atau komunikasi antarpribadi adalah komunikasi antar orang-orang

secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal.

Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi di antara seseorang dengan paling kurang seorang lainnya atau biasanya diantara dua orang yang dapat berlangsung diketahuhi balikkannya (Muhammad, 2009: 159).

2.2.2 Komponen-komponen Komunikasi Interpersonal

- 1) Sumber/komunikator, merupakan orang yang mempunyai kebutuhan untuk berkomunikasi, yakni keinginan untuk membagi keadaan internal sendiri, baik bersifat emosional maupun informasional. Komunikator adalah individu yang menciptakan, memformulasikan dan menyampaikan pesan.
- 2) Encoding, adalah suatu aktifitas internal pada komunikator dalam menciptakan pesan melalui pemilihan simbol-simbol verbal dan nonverbal yang disusun berdasarkan aturan-aturan tata bahasa, serta disesuaikan dengan karakteristik komunikan. Encoding merupakan tindakan memformulasikan isi pikiran kedalam simbol-simbol, kata-kata, dan sebagainya sehingga komunikator merasa yakin dengan pesan yang disusun dan cara penyampaiannya.
- 3) Pesan, merupakan hasil encoding, pesan adalah seperangkap simbol-simbol baik verbal maupun non verbal, atau gabungan keduanya yang mewakili keadaan khusus komunikator untuk disampaikan kepada pihak lain. Dalam aktivitas komunikasi, pesan merupakan unsur yang sangat penting.

- 4) Saluran, merupakan sarana fisik penyampaian pesan dari sumber ke penerima atau yang menghubungkan orang ke orang lain secara umum. Dalam konteks komunikasi interpersonal, penggunaan saluran atau media semata-mata karena situasi dan kondisi tidak memungkinkan dilakukan komunikasi secara tatap muka. Prinsipnya, sepanjang masih dimungkinkan untuk dilaksanakan komunikasi secara tatap muka, maka komunikasi interpersonal tatap muka akan lebih efektif.
- 5) Komunikan, adalah seseorang yang menerima, memahami, dan menginterpretasikan pesan. Dalam proses komunikasi interpersonal, penerima bersifat aktif, selain menerima pesan melakukan pula proses interpretasi dan memberikan umpan balik.
- 6) Decoding, merupakan kegiatan internal dalam diri penerima. Melalui indera, penerima mendapatkan macam-macam data dalam bentuk mentah, berupa kata-kata dan simbol-simbol yang harus diubah ke dalam pengalaman-pengalaman yang mengandung makna. Secara bertahap dimulai dari proses sensasi, yaitu proses dimana indera menangkap stimuli. Proses sensasi dilanjutkan dengan persepsi, yaitu memberi makna atau decoding.
- 7) Respon, yakni apa yang telah diputuskan oleh penerima untuk dijadikan sebagai sebuah tanggapan terhadap pesan. Respon dapat bersifat positif, netral, maupun negative. Respon positif apabila sesuai dengan yang dikehendaki komunikator. Netral berarti respon itu tidak menerima ataupun menolak keinginan komunikator. Dikatakan respon

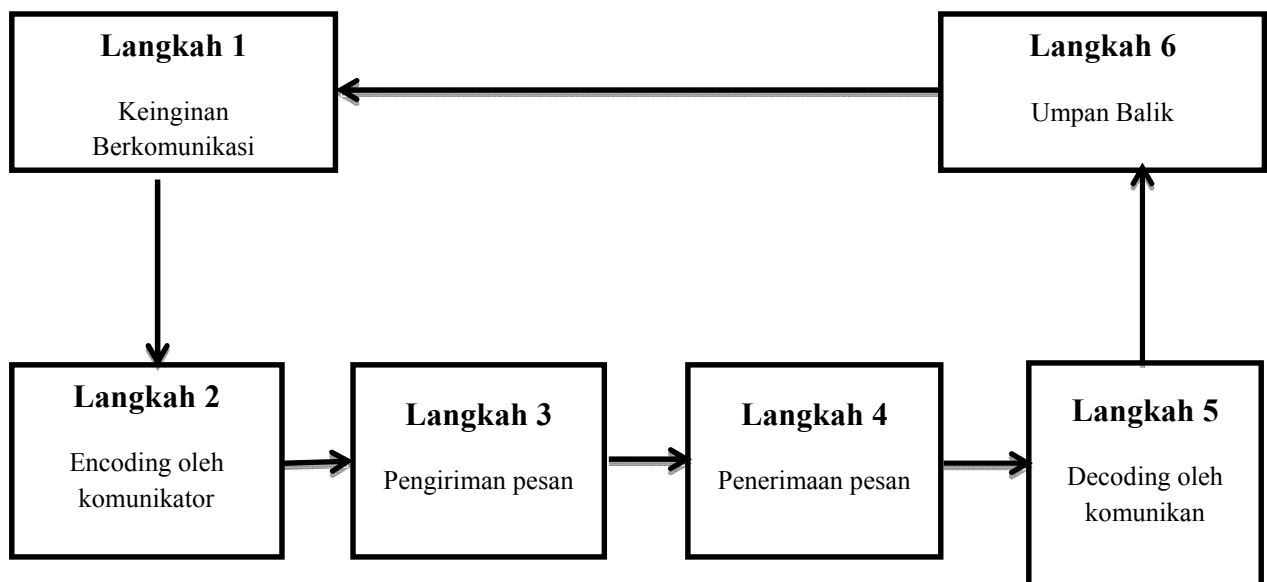
negatif apabila ada tanggapan yang diberikan bertentangan dengan yang diinginkan oleh komunikator. Pada hakikatnya respon merupakan informasi bagi sumber sehingga ia dapat menilai efektifitas komunikasi untuk selanjutnya menyesuaikan diri dengan situasi yang ada.

- 8) Gangguan (*Noise*), gangguan atau *noise* atau barrier beraneka ragam, untuk itu harus didefinisikan dan dianalisis. *Noise* dapat terjadi di dalam komponen-komponen manapun dari sistem komunikasi. *Noise* merupakan apa saja yang mengganggu atau membuat kacau penyampaian dan penerimaan pesan, termasuk yang bersifat fisik dan psikis.
- 9) Konteks komunikasi, selalu terjadi dalam suatu konteks tertentu, paling tidak ada tiga dimensi yaitu ruang, waktu dan nilai. Konteks ruang menunjuk pada lingkungan konkrit dan nyata tempat terjadinya komunikasi, seperti ruangan, halaman, dan jalanan. Konteks waktu menunjuk pada waktu kapan komunikasi tersebut dilaksanakan misalnya: pagi, siang, sore, ataupun malam. Konteks nilai, meliputi nilai social dan budaya yang mempengaruhi suasana komunikasi, seperti : adat istiadat, situasi rumah, norma sosial, norma pergaulan, etika, tata karma, dan sebagainya. Agar respon komunikasi interpersonal dapat berjalan secara efektif, maka masalah konteks komunikasi ini kiranya perlu menjadi perhatian. Artinya, pihak

komunikator dan komunikan perlu mempertimbangkan konteks komunikasi ini. (AW, 2011: 4).

2.2.3 Proses Komunikasi Interpersonal

Effendi menjelaskan proses komunikasi adalah berlangsungnya penyampaian ide, informasi, opini, kepercayaan, perasaan, dan sebagainya oleh komunikator kepada komunikan (dikutip oleh Rosmawati, 2010: 20). Secara sederhana proses komunikasi digambarkan sebagai proses yang menghubungkan pengirim dengan penerima pesan. Proses komunikasi berlangsung ketika pengirim mengirimkan pesan dan diterima oleh penerima (AW, 2011: 5). Lebih lanjut (AW, 2011) menjabarkan proses komunikasi interpersonal terdiri dari enam langkah sebagaimana tertuang dalam bagan berikut:



Gambar 2.1.
Proses Komunikasi Interpersonal

- 1) Keinginan berkomunikasi. Seorang komunikator mempunyai keinginan untuk berbagi gagasan dengan orang lain.
- 2) *Encoding* oleh komunikator. *Encoding* merupakan tindakan memformulasikan isi pikiran atau gagasan ke dalam simbol-simbol, kata-kata, dan sebagainya sehingga komunikator merasa yakin dengan pesan yang disusun dan cara penyampaiannya.
- 3) Pengiriman pesan. Untuk mengirim pesan kepada orang yang dikehendaki, komunikator memilih saluran komunikasi.
- 4) Penerimaan pesan. Pesan yang dikirim oleh komunikator telah diterima oleh komunikan.
- 5) *Decoding* oleh komunikan. *Decoding* merupakan kegiatan internal dalam diri penerima. *Decoding* merupakan kegiatan internal dalam diri penerima. *Decoding* adalah proses memahami pesan yang diterima dari komunikator dengan benar, memberi arti yang sama pada simbol-simbol sebagaimana yang diharapkan oleh komunikator.
- 6) Umpan balik. Setelah menerima pesan dan memahaminya, komunikan memberikan respon atau umpan balik.

2.2.4 Karakteristik Komunikasi Interpersonal

Judy C. Pearson dalam (AW, 2011: 16) menyebutkan enam karakteristik komunikasi interpersonal, yaitu:

1. Komunikasi interpersonal dimulai dengan diri pribadi (*self*). Artinya bahwa segala bentuk proses penafsiran pesan maupun penilaian mengenai orang lain, berangkat dari diri sendiri.

2. Komunikasi interpersonal bersifat transaksional. Ciri komunikasi seperti ini terlihat dari kenyataan bahwa komunikasi interpersonal bersifat dinamis, merupakan pertukaran pesan secara timbal balik dan berkelanjutan.
3. Komunikasi interpersonal menyangkut aspek isi pesan dan hubungan antarpribadi. Maksudnya bahwa efektivitas komunikasi interpersonal
4. tidak hanya ditentukan oleh kualitas pesan, melainkan juga ditentukan kadar hubungan antar individu.
5. Komunikasi interpersonal mensyaratkan ada kedekatan fisik antara pihak-pihak yang berkomunikasi. Dengan kata lain komunikasi interpersonal akan lebih efektif manakala antara pihak-pihak yang berkomunikasi itu saling tatap bertatap muka.
6. Komunikasi interpersonal menempatkan kedua belah pihak yang berkomunikasi saling tergantung satu dengan yang lainnya.
7. Komunikasi interpersonal tidak dapat diubah maupun diulang. Artinya, ketika seseorang sudah terlanjur mengucapkan sesuatu kepada orang lain, maka ucapan itu sudah tidak dapat diubah atau diulang, karena sudah terlanjur diterima oleh komunikan.

2.2.5 Tujuan Komunikasi Interpersonal

AW. Widjaja (2000:122) mengemukakan enam tujuan komunikasi interpersonal, yaitu :

1. Mengetahui diri sendiri.
2. Mengetahui dunia luar.

3. Menciptakan dan memelihara hubungan.
4. Mengubah sikap dan perilaku.
5. Bermain dan mencari hiburan.
6. Membantu orang lain.

2.2.6 Efektivitas Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal sebagai suatu bentuk perilaku dapat berubah dari sangat efektif menjadi tidak efektif. Kumar yang dikutip oleh Wiryanto (2005: 36) berpendapat bahwa hubungan interpersonal akan terjadi secara efektif apabila kedua belah pihak memenuhi kondisi berikut:

1. Keterbukaan.
2. Empati.
3. Dukungan.
4. Rasa positif.
5. Kesetaraan.

2.2.7 Faktor-faktor Komunikasi Interpersonal

Scot M. Cultip Allen H. Center (Ig Wursanto, 2003: 68-70) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal sebagai berikut :

- 1) Kepercayaan.
- 2) Hubungan/pertalian.
- 3) Kepuasan.
- 4) Kejelasan.
- 5) Kesenambungan.

- 6) Kemampuan pihak penerima pesan/berita.

2.3 Psikologi Komunikasi

2.3.1 Pengertian Psikologi Komunikasi

Menurut George A Miller, *psychology is the science that attempts to describe, predict, and control mental and behavioral events*. Psikologi adalah ilmu yang berusaha mendeskripsikan, memprediksi, dan mengontrol mental dan behavioral dalam komunikasi.

Adapun menurut Miller psikologi komunikasi adalah ilmu yang berusaha menguraikan, meramalkan, dan mengendalikan peristiwa mental dan perilaku dalam komunikasi. Psikologi komunikasi adalah ilmu yang mempelajari komunikasi dari aspek psikologi. Selain itu, psikologi ilmu yang juga meneliti kesadaran dan pengalaman manusia (Laksana, 2015).

2.3.2 Proses Psikologi Komunikasi

Komunikasi pada hakekatnya adalah proses penyampaian pesan oleh komunikator kepada komunikan. Effendy dalam buku Laksana (2015) membagi komunikasi dalam dua proses melalui peninjauan dari dua proses berikut:

- a. Proses komunikasi dalam perspektif psikologi.

Proses komunikasi perspektif ini terjadi pada diri komunikator dan komunikan. Ketika seorang komunikator berniat untuk menyampaikan suatu pesan kepada komunikan, maka dalam dirinya terjadi suatu proses.

- b. Proses komunikasi dalam perspektif mekanistik.

Komunikasi ini berlangsung ketika komunikator mengucapkan secara lisan atau menuliskan perasaannya dalam bentuk tulisan sehingga pesan tersebut dapat ditangkap oleh komunikan.

2.4 Motivasi

2.4.1 Definisi Motivasi

Motivasi menurut Sumadi Suryabarata (Suryabarata, 1984: 70) adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan. Sementara itu Arthur J. Gates dan kawan-kawan (Gates, 1965: 301) mengemukakan bahwa motivasi adalah suatu kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mengatur tindakannya dengan cara tertentu.

Adapun Jerald Greenberg (Greenberg, 1996) menyebutkan bahwa motivasi adalah proses membangkitkan, mengarahkan dan menetapkan perilaku arah suatu tujuan.

Dari tiga definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan atau kebutuhan (Djaali, 2008: 101).

2.4.2 Motivasi Dalam Olahraga

Dalam konteks olahraga Sage (1977) dalam (Komarudin, 2011: 23) menyebutkan bahwa "*Motivation can defined simply as the direction and intensity of one's effort*" yang artinya adalah motivasi dapat didefinisikan sebagai arah dan intensitas usaha seseorang. Maksud *direction* pada pendapat tersebut mengacu

kepada arah, kegiatan, atau sasaran khusus yang dipilih. Sedangkan *intensity* atau *effort* mengacu kepada seberapa besar usaha atlet untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu.

Loehr (1986: 110) juga menjelaskan bahwa “*motivation is the energy that makes everything work*” yang artinya motivasi adalah energi yang membuat semuanya bekerja. Terkait dengan proses pelatihan, atlet harus memiliki motivasi diri yang merupakan sumber yang sangat kuat untuk membentuk energi positif. Prestasi atlet selalu berkaitan dengan motivasi, karena motivasi merupakan sumber penggerak dan pendorong bagi atlet untuk bertindak dan berbuat sesuatu dengan penuh ketekunan dan kerja keras, sehingga dapat menentukan nasib dirinya sendiri.

2.4.3 Strategi Meningkatkan Motivasi Atlet

Prinsip dan teori motivasi dapat meningkatkan penampilan atlet. Penerapan motivasi merupakan pekerjaan pelatih dan atlet dalam situasi yang spesifik. Banyak pelatih yang mengatakan bahwa motivasi atlet itu harus nampak dalam tanggungjawab atlet setelah atlet tersebut mempelajari berbagai keterampilan dalam olahraga.

Oleh sebab itu, pelatih harus memiliki kemampuan untuk memotivasi atlet agar atlet tertarik untuk berlatih keterampilan dan teknik selanjutnya mampu menerapkannya dalam situasi kompetisi yang sangat kritis. Kemampuan yang dimaksud terkait dengan beragam strategi yang digunakan oleh pelatih untuk meningkatkan motivasi atlet untuk mencapai prestasi.

Dengan demikian, Brewer (2009: 8) dalam (Komarudin, 2013: 33) menyebutkan tiga strategi yang dapat diterapkan oleh pelatih dalam meningkatkan motivasi atlet:

1) Menetapkan *goal-setting*

Istilah *goal-setting* terdiri dari dua kata, yaitu *goal* yang berarti tujuan *setting* yang berarti penetapan atau merancang. Dengan demikian *goal-setting* merupakan prosedur untuk menetapkan tujuan, baik tujuan jangka pendek, mencegah, sampai pada tujuan jangka panjang. *Goal-setting* bertujuan untuk memotivasi atlet supaya lebih produktif dan efektif dalam menampilkan performa.

Karakteristik *goal* terdiri dari isi (*content*) dan intensitas (*intensity*). *Content* mengacu kepada tujuan yang bersifat alami yang menggambarkan tujuan apa yang harus dicapai. *Intensity* merupakan tujuan yang merefleksikan sumber-sumber yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan.

2) Memberikan penguatan atau umpan balik

Penguatan atau umpan balik bisa bersifat umum apabila merujuk pada gerakan umum. Pemberian penguatan atau umpan balik sering digunakan pelatih untuk mendorong atlet terus berlatih. Kata kata yang terungkap seperti ungkapan wow, hebat, bagus. Kata-kata tersebut tidak memberi informasi spesifik untuk meningkatkan keterampilan atlet namun dapat memelihara dan meningkatkan lingkungan latihan yang positif bagi atlet.

Selanjutnya, penguatan atau umpan balik bisa bersifat spesifik, apabila berisikan informasi spesifik yang menyebabkan atlet mengetahui apa yang harus mereka lakukan dan mengetahui bagaimana seharusnya mereka berlatih.

Penguatan atau umpan balik memberikan keuntungan dalam proses pelatihan, atlet akan lebih bersemangat dan bergairah untuk berlatih apabila mengetahui dan mendapatkan perhatian dan hasil latihan yang baik. Begitupun dalam bertanding penguatan dan informasi yang diberikan pelatih akan membangkitkan semangat atlet untuk menunjukkan penampilan terbaiknya dan mencapai prestasi.

3) Menciptakan situasi yang menyenangkan

Segala kegiatan yang dilakukan oleh atlet harus didasari oleh kesenangan, atlet harus senang melakukan aktivitas rutin yang menjadi tanggungjawabnya. Aktivitas yang dilakukannya tidak didorong oleh paksaan orang lain. Aktivitas rutin yang menjadi tanggungjawab atlet adalah aktivitas atau kegiatan latihan. Oleh karena itu pelatih harus mampu menciptakan situasi latihan yang menyenangkan, agar atlet senang dalam melakukan aktivitas rutin yang menjadi tanggungjawabnya tersebut.

2.4.4 Tipe-Tipe Motivasi

1) Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah keinginan bertindak yang disebabkan faktor pendorong dari dalam diri (internal) individu. Individu yang digerakan oleh motivasi intrinsik, baru akan puas kalau kegiatan yang dilakukan telah mencapai hasil yang terlibat dalam kegiatan itu. Sedangkan menurut Singgih D. Gunarsa, (2008:50) motivasi intrinsik merupakan dorongan atau kehendak yang kuat yang berasal dari dalam diri seseorang. Semakin kuat motivasi intrinsik yang dimiliki oleh seseorang, semakin besar kemungkinan ia memperlihatkan tingkah laku yang kuat untuk mencapai tujuan.

2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik dinamakan demikian karena tujuan utama individu melakukan kegiatan adalah untuk mencapai tujuan yang terletak di luar aktivitas belajar itu sendiri, atau tujuan itu tidak terlibat di dalam aktivitas belajar. Menurut Singgih D. Gunarsa, (2008:51) yang dimaksud dengan motivasi ekstrinsik adalah segala sesuatu yang diperoleh melalui pengamatan sendiri, ataupun melalui saran, anjuran atau dorongan dari orang lain.

2.5 Pelatih dan Atlet

2.5.1 Pengertian Pelatih

Pelatih dalam dunia olahraga merupakan pemimpin dalam kepelatihan olahraga. Monty (2002: 120) mengemukakan bahwa, kepemimpinan merupakan proses perilaku memengaruhi sejumlah orang untuk mencapai suatu sasaran tertentu. Menjadi seorang pemimpin dalam dunia olahraga harus menguasai aspek pengambilan keputusan, teknik memotivasi, memberikan umpan balik, menetapkan hubungan interpersonal dan mengarahkan suatu kelompok dengan rasa percaya diri.

Pelatih merupakan seseorang yang mempunyai peranan penting dalam pembinaan olahraga. Pelatih yang berkualitas akan sangat membantu dalam pencapaian prestasi yang maksimal. Disamping memiliki pengalaman yang luas, seorang pelatih harus menguasai berbagai disiplin ilmu yang mendukung dalam pembinaan olahraga. Menurut Sukadiyanto (2005: 4), tugas seorang pelatih antara lain :

1. Merencanakan, menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses berlatih melatih.
2. Mencari dan memilih olahragawan yang berbakat.
3. Memimpin dalam pertandingan (perlombaan).
4. Mengorganisir dan mengelola proses latihan.
5. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan.

Tugas pelatih yang utama adalah membimbing dan mengungkapkan potensi yang dimiliki olahragawan, sehingga olahragawan dapat mandiri sebagai peran utama yang mengaktualisasikan akumulasi hasil latihan ke dalam kancah pertandingan.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2005: 17-18), untuk memperoleh kewibawaan tersebut seorang pelatih perlu memiliki ciri-ciri sebagai pelatih yang disegani meliputi :

1. Intelegensi, muncul ide-ide untuk membuat variasi latihan.
2. Giat atau rajin, konsisten dalam bertugas.
3. Tekun, tidak mudah putus asa.
4. Sabar, tabah menghadapi heterogonitas atlet dalam berbagai macam permasalahan.
5. Semangat, mendorong atlet agar secara pribadi mampu mencapai sasaran latihan.
6. Berpengetahuan, mengembangkan metode dan proses berlatih melatih .
7. Percaya diri, memiliki keyakinan secara proporsional terhadap apa yang dimiliki.

Monty (2002: 120) mengemukakan bahwa, kepemimpinan merupakan proses perilaku memengaruhi sejumlah orang untuk mencapai suatu sasaran tertentu. Menjadi seorang pemimpin dalam dunia olahraga harus menguasai aspek pengambilan keputusan, teknik memotivasi, memberikan umpan balik, menetapkan hubungan interpersonal dan mengarahkan suatu kelompok dengan rasa percaya diri. Menurut Djoko, pekik (2002: 18-19) pelatih yang mempunyai kemampuan fisik yang baik akan dapat membantu atletnya mencapai prestasi yang maksimal karena pelatih itu adalah sebagai model bagi atletnya.

Selain itu, seorang pelatih juga mempunyai peluang dan tanggung jawab yang besar untuk mengoptimalkan motivasi atlet agar berprestasi dalam suatu kejuaraan. Pelatih yang antusias dalam melatih cenderung meningkatkan prestasi atlet tersebut. Pelatih merupakan sosok yang paling dekat dan berperan penting dalam memotivasi atletnya. Masukan dan kritikan yang diberikan oleh pelatih akan meningkatkan motivasi atletnya untuk berprestasi lebih baik lagi. Keberadaan pelatih dapat menimbulkan motivasi tersendiri bagi atlet yang sedang menghadapi pertandingan (Adisasmito, 2007: 47).

2.5.2 Pengertian Atlet

Definis atlet menurut Kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan). Seorang atlet adalah individu yang memiliki keunikan tersendiri. Ia memiliki bakat tersendiri, pola perilaku dan kepribadian tersendiri serta latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya. Misalnya di dalam olahraga beregu, kemampuan adaptif individu untuk

melakukan kerjasama kelompok sangat menentukan perannya dalam kelompoknya (Rusdianto, 2009: 26).

Faktor utama yang dominan untuk mencapai prestasi olahraga adalah atlet. Atlet adalah objek yang menjadi sasaran untuk meraih suatu prestasi yang setinggi-tingginya. Oleh karena itu, seorang atlet harus memiliki potensi yang optimal terhadap cabang olahraga yang dipelajarinya, sehingga prestasi yang tinggi dapat diciptakan. Menurut Sukadiyanto (2010: 6), atlet atau olahragawan adalah seseorang yang menggeluti (menekuni) dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang olahraga yang dipilihnya. Sedangkan menurut Kamiso (2005: 131), mengatakan “seseorang atlet harus mempunyai psikis yang baik yang meliputi komponen intelegensia, mental, emosi, dan kepribadian”. Hal ini dapat diuraikan sebagai berikut :

- 1) Intelegensi ialah berhubungan dengan kecerdasan, kemampuan, kecakapan, dan kepandaian.
- 2) Mental ialah menyangkut kemauan, daya juang, tahan menderita, dan semangat.
- 3) Emosi ialah keadaan tergeraknya seseorang oleh rangsangan dari dalam atau dari luar, yang dirasakan sebagai marah, senang, benci, sedih, bahagia, dan sebagainya.
- 4) Kepribadian ialah moral (tingkah laku baik dan buruk), tata susila, tata kerama, sopan santun, kejujuran, sosial, dan kedisiplinan.

2.6 Hakikat Karate

2.6.1 Pengertian Karate

Karate adalah salah satu cabang olahraga dari bela diri yang hanya menggunakan tangan kosong tanpa bantuan senjata. Bela diri merupakan salah satu olahraga yang melibatkan kontak fisik. Menurut Hatfield (2001), kontak fisik dalam adalah inti dari olahraga bela diri. Hal ini sesuai dengan tujuan bela diri yaitu untuk melindungi diri dari ancaman bahaya. Kondisi saat berlatih dibuat seperti kondisi saat menghadapi lawan yang sesungguhnya. Tujuan agar olahragawan bela diri terkoneksi dalam menghadapi lawan. Olahraga ini memiliki tujuan utama yaitu untuk mempertahankan serta melindungi diri dari berbagai ancaman serta untuk menjaga kesehatan.

Karate adalah olahraga bela diri yang menggunakan tangan dan kaki sebagai alat untuk melepaskan kekuatan pukulan, serangan, tendangan dan tangkisan. Karate selain sebagai olahraga bela diri yang menyehatkan juga dan dapat melatih mental agar berani dan kuat. Kata “karate” berarti tangan kosong dan orang yang mempraktekan karate disebut karateka.

2.6.2 Sejarah Karate

Seperti yang telah kita ketahui, bahwa sebagian besar masyarakat di dunia ini yakin bahwa karate merupakan olahraga seni bela diri yang berasal dari Jepang. Namun, perlu diketahui bahwa sebenarnya Jepang ini hanya mengembangkan sebuah bela diri tinju dari Cina ciptaan Darma, guru Budha yang Agung. Pada mulanya, sekitar abad ke 16 Masehi, karate masuk ke Negara Jepang melalui pulau Okinawa yang pada saat itu sedang dijajah. Jepang kemudian

membuat sebuah peraturan bahwa semua penduduk Okinawa tidak ada yang boleh mempunyai jenis senjata apapun.

Kemudian, seorang pedagang yang berasal dari Cina mengajarkan suatu beladiri secara diam-diam yang bernama tangan Cina atau tote kepada penduduk Okinawa. Seiring berjalannya waktu, ketika abad ke 19 Masehi, Okinawa pun menjadi salah satu bagian dari Negara Jepang. Tote pun juga semakin berkembang di Negara Jepang dan sedikit mengalami perubahan pada pola gerakannya yang kemudian diberi nama Okinawa-te. Gichin Funakoshi merupakan salah satu guru besar dari Okinawa-te yang mengubah nama tote menjadi Karate dan dibentuknya WKF (World Karate Federation) pada tanggal 10 Oktober 1970 untuk mengatur semua masalah karate di dunia.

2.6.3 Sejarah Karate di Indonesia

Beladiri karate masuk ke Indonesia pertama kali dipelopori oleh mahasiswa-mahasiswa Indonesia yang telah menyelesaikan studinya di Jepang. Mereka adalah Baud Adikusumo, Muchtar dan Karyanto yang kemudian mendirikan Dojo (tempat latihan) dan memperkenalkan salah satu aliran karate yaitu Shotokan. Dojo ini didirikan pada tahun 1963 di Jakarta. Di tahun selanjutnya, mereka juga membuat suatu wadah untuk perkumpulan karate yang dikenal dengan PORKI (Persatuan Olahraga Karate Indonesia). Namun, karena adanya ketidakcocokan para tokoh karate, pada akhirnya PORKI pun mengalami perpecahan. Sehingga pada tahun 1972 dengan adanya itikad baik guna menyatukan karate, dibentuklah wadah organisasi baru bernama FORKI (Federasi Olahraga Karate Di Indonesia).

Karate adalah seni beladiri yang berasal dari Jepang. Karate terdiri dari atas dua *kanji*, yaitu “Kara” yang berarti kosong, dan “te” yang berarti tangan. Kedua *kanji* tersebut bermakna “tangan kosong” (*pinyin: kongshou*). Karate berarti sebuah beladiri yang memungkinkan seseorang mempertahankan diri tanpa senjata. Selain itu, makna Karate adalah suatu cara menjalankan hidup yang tujuannya adalah memberikan kemungkinan bagi seseorang agar mampu menyadari daya potensinya, baik secara fisik maupun spiritual. Kalau segi spiritual karate diabaikan segi fisik tidak ada artinya (Sujoto J B, 1996: 1).

Karate memiliki tujuan dalam kehidupan, yakni melatih fisik dan mental spiritual (Sujoto J B , 2006). Selain itu karate juga dapat memberikan prestasi kepada karateka, karena karate dipertandingkan dikejuaraan bertaraf nasional maupun internasional. Selain prestasi, beladiri karate juga dapat memberikan dampak kesehatan yang baik bagi karateka.

Teknik karate terbagi menjadi tiga bagian utama : *Kihon* (teknik dasar), *Kata* (jurus), dan *Kumite* (pertarungan).

1. Kihon

Menurut Sujoto J B (1996) *Kihon* berarti pondasi / awal / akar dalam bahasa Jepang. Dari sudut pandang diartikan sebagai unsur terkecil yang menjadi dasar pembentuk sebuah teknik yang biasanya berupa rangkaian dari beberapa buah teknik besar. Dalam Pencak Silat mungkin *Kihon* bisa dianggap sama dengan jurus tunggal, sedangkan dalam Karate sendiri *Kihon* lebih berarti sebagai bentuk-bentuk baku yang menjadi acuan dasar

gerakan dari semua teknik atau gerakan yang mungkin dilakukan dalam jurus (*Kata*) maupun pertarungan (*Kumite*).

Kihon dalam karate haruslah bermula dari pinggul pada saat akan memulai sebuah *kihon* apapun seluruh anggota tubuh haruslah dalam posisi dan kondisi *Shizentai* tanpa ketegangan sedikit pun juga. Bersamaan dengan memulai gerakan harus dilakukan pengambilan nafas lewat hidung yang kemudian dimampatkan secara terfokus ke arah dengan jalan pengerasan daerah perut bagian bawah secara cepat dan pada saat gerakan sudah sempurna bentuk dan arahnya nafas dikeluarkan lewat mulut sambil mengeraskan anggota tubuh yang berkaitan dengan bentuk *Kihon* yang dilakukan.

2. Kata

Kata adalah gabungan atau perpaduan dari rangkaian gerak dasar pukulan, tangkisan, dan tendangan menjadi satu kesatuan bentuk yang nyata (Sujoto J B 1996: 137). Dalam Kata tersimpan bentuk-bentuk sikap dalam Karate yang wajib dimiliki, seperti control (diri), tenaga (power), kecepatan (speed) dan penghayatan.

Kata memainkan peranan yang penting dalam latihan karate. Setiap kata memiliki embusen (pola dan arah) dan bunkai (praktik) yang berbeda-beda tergantung dari kata yang sedang dikerjakan. Kata dalam karate memiliki makna dan arti yang berbeda.

3. Kumite

Kumite secara harfiah berarti “pertemuan tangan”. *Kumite* dilakukan oleh murid-murid tingkat lanjut (sabuk hijau atau lebih). Sebelum melakukan *kumite* bebas (*jiyu Kumite*) praktisi mempelajari *kumite* yang diatur (*gihon kumite*). Untuk *kumite* aliran olahraga, lebih dikenal dengan *Kumite Pertandingan* atau *Kumite Shiai*.

Kumite adalah suatu metode latihan yang menggunakan teknik serangan dan teknik bertahan di dalam *kata* diaplikasikan melalui teknik menyerang dan teknik bertahan yang dilakukan secara berpasangan. Olahraga beladiri karate ini memang banyak mengandalkan kekuatan fisik untuk melakukan gerakan gerakannya. Beladiri karate identik dengan laki-laki, namun seiring berkembangnya zaman karateka perempuan juga banyak yang telah mengikuti olahraga beladiri karate entah itu untuk kesehatan, prestasi ataupun untuk melindungi diri.

2.7 Prestasi

2.7.1 Pengertian Prestasi

Jika berdasarkan istilah atau tata bahasa yang benar (EYD) atau Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Tahun (1996: 186) “Pengertian Prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dilakukan, dikerjakan, dan sebagainya)”.

Adapun pendapat mengenai pengertian prestasi menurut para ahli yakni sebagai berikut:

1. Menurut Nasrun Harahap berpendapat bahwa prestasi adalah penilaian pendidikan tentang perkembangan dan kemajuan siswa yang berkenaan dengan penguasaan bahan ajaran pelajaran yang disajikan kepada siswa.

2. Menurut Mas'ud Khasan Abdul Qohar prestasi adalah apa yang telah diciptakan hasil pekerjaan. Hasil yang menyenangkan hati yang diperoleh dengan cara keuletan kerja. Prestasi dapat bersifat tetap dalam sejarah kehidupan manusia karena sepasang kehidupannya selalu mengejar prestasi menurut bidang dan kemampuan masing-masing.
3. Menurut Sadirman A.M (2001: 46) "Prestasi adalah kemampuan nyata yang merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhi baik dari dalam maupun dari luar individu belajar".
4. Menurut A. Tabrani (1991: 22) pengertian "Prestasi adalah kemampuan nyata (actual ability) yang dicapai individu dari satu kegiatan atau usaha".
5. Menurut W.S Winkel (1996: 165) "Prestasi adalah bukti usaha yang telah dicapai".

Dari beberapa pengertian prestasi menurut para ahli diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa prestasi adalah suatu bentuk usaha dan penilaian mengenai kemampuan individu yang diperoleh melalui serangkaian usaha yang telah dilakukan.

Menurut Soemanto (2006: 17) menyatakan faktor yang mempengaruhi prestasi dan tingkah laku individu adalah:

1. Konsep diri. Pikiran atau persepsi individu tentang dirinya sendiri merupakan faktor yang penting mempengaruhi prestasi dan tingkah laku.
2. *Locus of control*. Dimana individu merasa melihat hubungan antara tingkah laku dan akibatnya, apakah dapat menerima tanggung jawab atau tidak atas tindakannya. *Locus of control* mempunyai dimensi , yakni

dimensi eksternal dan dimensi internal. Dimensi eksternal akan menganggap bahwa tanggung jawab segala perbuatan diluar diri pelaku. Sedangkan dimensi internal melihat bahwa segala tanggung jawab perbuatan berada pada diri pelaku. Individu yang memiliki locus of control eksternal memiliki kegelisahan kecurigaan dan rasa permusuhan. Sedangkan individu yang memiliki *locus of control* internal suka bekerja sendiri dan efektif.

3. Kecemasan yang dialami. Kecemasan merupakan gambaran emosional yang dikaitkan dengan ketakutan. Dimana dalam proses belajar, individu memiliki derajat dan jenis kegelisahan yang berbeda.
4. Motivasi Hasil Belajar. Jika motivasi individu untuk berhasil lebih kuat daripada motivasi untuk gagal, maka individu akan segera merinci kesulitan-kesulitan yang dihadapinya. Sebaliknya jika motivasi individu untuk gagal lebih kuat, individu akan mencari soal yang lebih mudah atau lebih sukar.

2.8 Prestasi Olahraga

2.8.1 Hakikat Prestasi Olahraga dan Atlet

Sedangkan menurut undang-undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Bab X Pasal 53 dikatakan bahwa olahragawan meliputi olahrawan amatir dan professional. Olahragawan amatir adalah olahragawan yang melaksanakan kegiatan olahraga yang menjadi kegemaran dan keahliannya. Olahragawan amatir memiliki beberapa hak, antara lain:

1. Meningkatkan prestasi melalui klub dan perkumpulan olahraga. Mendapatkan pembinaan dan pengembangan sesuai dengan cabang olahraga yang diminati.
2. Mengikuti kejuaraan olahraga pada semua tingkatan setelah melalui seleksi dan kompetisi.
3. Memperoleh kemudahan izin dari instansi untuk mengikuti kegiatan keolahragaan daerah , nasional dan internasional.
4. Beralih status menjadi olahragawan profesional. Olahragawan profesional adalah olahragawan yang melaksanakan kegiatan olahraga sebagai profesi sesuai dengan keahliannya. Sama seperti olahragawan amatir, olahragawan profesional memiliki beberapa hak, antara lain:
 - a) Didampingi oleh antara lain manajer, pelatih, tenaga medis, psikologi dan ahli hukum.
 - b) Mengikuti kejuaraan pada semua tingkatan sesuai dengan keahlian.
 - c) Mendapatkan pembinaan dan pengembangan dari induk organisasi cabang olahraga, organisasi olahraga profesional, atau olahraga fungsional.
 - d) Mendapatkan pendapatan yang layak. Dalam kehidupan sehari-hari sering terdengar kata atlet sebagai sebutan seseorang, sebutan ini biasanya dikaitkan dengan bidang olahraga.

Menurut KBBI definisi atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan). Prestasi seorang atlet dapat diukur melalui seberapa ia bertanding dan memperoleh kemenangan dalam setiap pertandingan.

Adisasmito (2007) menyatakan bahwa prestasi atlet merupakan kumpulan dari hasil-hasil yang dicapai oleh atlet dalam melaksanakan tugas yang diberikannya. Prestasi olahraga menurut Sukadiyanto (setyobroto, 2020) adalah aktualisasi dari akumulasi hasil proses latihan yang ditampilkan atlet sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.

BAB III

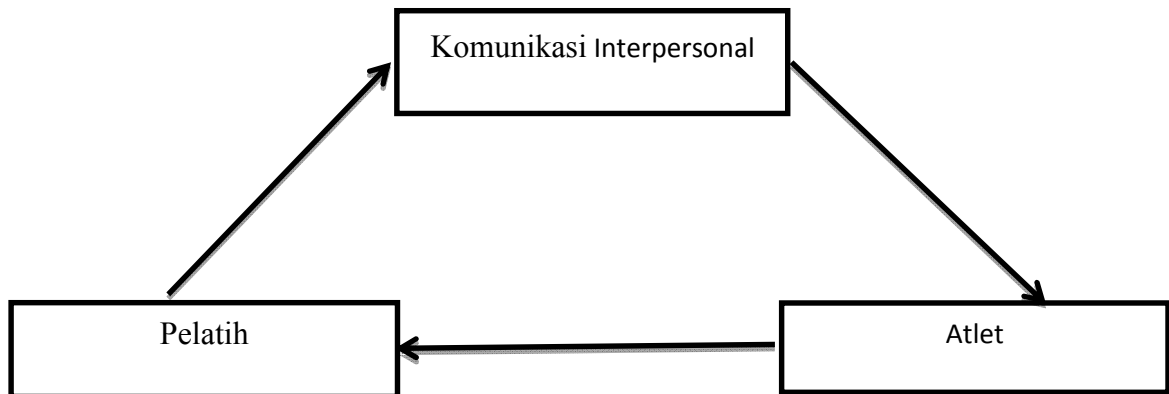
METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penilaian yang menggunakan latar belakang alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada (Moleong, 2017: 48). Penggunaan penelitian deskriptif kualitatif merupakan metode yang tepat untuk mencari tahu hasil dari penelitian yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh pelatih terhadap atlet dengan cara menjelaskan menggunakan suatu realita sehingga penelitian tersebut menjadi sesuatu yang pasti.

3.2 Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan hasil pemikiran yang bersifat kritis dalam memperkirakan kemungkinan hasil penelitian yang akan dicapai (Nawawi, 2012: 42). Adapun kerangka konsep yang akan dijelaskan dalam penelitian ini yaitu Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi, sebagai berikut:



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

3.3 Definisi Konsep

Definisi konsep merupakan abstraksi atau ide yang diperoleh dari hasil rangkuman dan pengorganisasian pengetahuan (pengamatan) atas suatu fakta atau realitas yang dinyatakan dalam kata yang berlaku umum dan bersifat khas (Mustafa, 2009: 3).

Komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran makna dan informasi antara individu-individu yang saling berkomunikasi. Komunikasi interpersonal dapat terjadi secara tatap muka yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain, baik secara verbal maupun nonverbal. Komunikasi interpersonal menjadi sangat penting untuk dilakukan dalam proses pembelajaran. Komunikasi interpersonal juga menjadi penentu dalam keberhasilan pelatih dalam menggiring atlet meraih prestasi-prestasi.

Pelatih dapat diartikan sebagai seorang pemimpin, seseorang yang profesional yang memiliki tugas untuk melatih dan meningkatkan penampilan atlet dalam sebuah cabang olahraga. Pemimpin memiliki andil besar dalam

keberhasilan seorang atlet. Sedangkan atlet merupakan olahragawan yang mengikuti perlombaan atau pertandingan yang dilatih oleh seorang pelatih. Pelatih dan atlet memiliki hubungan yang sangat erat satu sama lain.

Dalam hubungan antara pelatih dan atlet, komunikasi interpersonal menjadi komponen yang sangat penting dan sangat dibutuhkan untuk menunjang keberhasilan keberlangsungan proses pelatihan maupun pertandingan. Komunikasi interpersonal yang dibangun antara pelatih dan atlet dapat berpengaruh terhadap prestasi yang diraih oleh atlet. Prestasi atlet bergantung pada andil pelatih dalam menjalani tugasnya untuk melatih para atlet dengan seksama.

Dalam penelitian ini, akan ditinjau mengenai komunikasi interpersonal pelatih dan atlet Dojo Marelan selama proses latihan maupun pada saat pertandingan. Peneliti akan meninjau cara pelatih membangun komunikasi interpersonal kepada atletnya dan mengkaji cara atau respon atlet dalam menerima komunikasi interpersonal yang telah dibangun oleh pelatih, serta seberapa besar pengaruh antara komunikasi interpersonal pelatih dan atlet terhadap prestasi atlet dengan menggunakan metode wawancara dan observasi.

3.4 Kategorisasi

Tabel 3.1

No.	Konsep	Indikator
1.	Komunikasi interpersonal	<ul style="list-style-type: none">- Keterbukaan- Empati- Dukungan- Rasa Positif- Kesetaraan
2.	Meningkatkan Prestasi	<ul style="list-style-type: none">- Latihan- Disiplin- Motivasi- Intruksi/arahan- Penguatan/umpan balik- Gangguan/Hambatan- Koreksi/teguran

3.5 Informan

Informan merupakan orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian, jadi ia harus memiliki banyak pengalaman mengenai latar pengalaman (Moloeng, 2007: 132).

Pemanfaatan informan bagi peneliti ialah untuk memperoleh informasi dengan waktu yang relative singkat namun hasil informasi yang diperoleh lebih mendalam. Teknik penentuan subjek penelitian sebagai informan pada penelitian deskriptif kualitatif ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* memilih informan yang dianggap tahu dan dapat dipercaya untuk menjadi sumber data yang mantap dan mengetahui penelitian secara mendalam.

Subjek penelitian yang dimaksud disini ialah informan. Tahap pertama ditarik sebagai informan kunci yaitu seseorang yang dipandang lebih tau tentang situasi dan kondisi penelitian, pada penelitian ini peneliti mengambil informan kunci yaitu Pelatih Karate di Dojo Marelan. Sanafiah Faisal (Sugiyono, 2013: 17) menjelaskan bahwa sumber data atau informan sebaiknya memenuhi kriteria sebagai berikut:

- a. Mereka yang menguasai atau memahami sesuatu melalui proses enkulturasi, sehingga sesuatu itu bukan sekedar diketahui tetapi dihayatinya juga.
- b. Mereka yang tergolong masih sedang berkembang atau terlibat dengan hal yang tengah diteliti.
- c. Mereka yang memiliki waktu luang untuk dimintai informasi.

- d. Mereka yang mulanya tergolong “cukup asing” dengan peneliti sehingga lebih menggairahkan untuk dijadikan semacam guru atau narasumber.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

- a. Wawancara

Wawancara merupakan suatu percakapan yang diarahkan pada suatu masalah tertentu dan merupakan proses tanya jawab lisan, dimana dua orang atau lebih berhadapan secara fisik atau tatap muka (Gunawan, 2013: 160). Penelitian ini menggunakan wawancara bentuk terbuka dan langsung, artinya atlet dapat menjawab pertanyaan secara bebas dengan kalimatnya sendiri.

- b. Observasi

Observasi merupakan kemampuan seseorang untuk menggunakan pengamatannya melalui hasil kerja panca indera mata serta dibantu dengan panca indera lainnya (Bungin, 2005: 115). Dalam hal ini peneliti menggunakan observasi berperan serta peneliti terlibat sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data (Sugiyono, 2012: 145). Dalam observasi ini penulis gunakan untuk mendapatkan data dengan mengamati langsung bagaimana komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate dalam meningkatkan prestasi.

- c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau berupa catatan transkrip buku, notulen rapat, agenda dan sebagainya (Arikunto, 2006: 158)

3.7 Teknik Analisis Data

Tahap analisis data dilakukan setelah semua data dan informasi yang berupa deskriptif kualitatif telah terkumpul yang bertujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik bidang-bidang tertentu secara factual dan cermat dengan menggambarkan keadaan atau struktur fenomena (Arikunto, 2006: 229). Teknik analisis data ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang digunakan untuk menggambarkan suatu keadaan yang sementara berjalan pada saat penelitian dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala tertentu, kemudian dianalisis dengan melakukan pemeriksaan secara konseptual atas suatu pernyataan sehingga dapat diperoleh kejelasan arti yang terkandung dalam pernyataan tersebut.

3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian merupakan hal yang penting dan syarat utama dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian ini, lokasi penelitian dilakukan di salah satu Dojo (tempat latihan) karate yang ada di Kota Medan. Adapun lokasi penelitian bertempat Jalan Kapten Rahmad Buddin No. 14 Paya Pasir, Kecamatan Medan Marelan, Kota Medan, Sumatera Utara. Penelitian dilakukan pada 17 dan 19 Maret 2021, Alasan pemilihan Dojo tersebut dikarenakan terdapat beberapa karateka yang berprestasi yang berpendidikan SMA/Sederajat dan Mahasiswa, sesuai dengan kriteria yang akan diteliti.

3.9 Deskripsi Ringkas Objek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal yang dilakukan pelatih dan atlet karate dalam

meningkatkan prestasi di Dojo Marelan. Informan yang dipilih adalah pelatih dan dua orang atlet karate di dojo marelan, karena sesuai dengan masalah sehingga peneliti dapat mengetahui dan menyimpulkan hasil dari penelitian tersebut.

BAB IV

Hasil Penelitian Dan Pembahasan

4.1 Hasil Penelitian

Bab ini membahas dan menyajikan deskripsi dari data yang telah diperoleh melalui hasil penelitian dilapangan melalui metode-metode pengumpulan data yang telah disebutkan pada bab sebelumnya. Disini peneliti menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif.

Peneliti melakukan wawancara dengan informan atau narasumber secara langsung tentang bagaimana Komunikasi Interpersonal Pelatih Dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi. Oleh sebab itu, peneliti dituntut untuk meneliti dapat menggali data berdasarkan apa yang diucapkan dan dilakukan oleh sumber data. Penelitian deskriptif kualitatif bukan sebagaimana apa yang dipikirkan oleh penulis, tetapi berdasarkan suatu realita yang terjadi di lapangan, yang dialami, dan dipikirkan informan. Sehingga penelitian tersebut menjadi sesuatu yang pasti.

Dengan demikian, permasalahan yang hendak dijawab pada bab ini yaitu untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate di Dojo Marelan dalam meningkatkan prestasi. Berdasarkan penjelasan diatas maka penelitian ini dilakukan pada 17 dan 19 Maret 2021 yang dilakukan di Dojo Marelan.

4.1.1 Observasi

Sebelum wawancara dilakukan, peneliti mengamati terlebih dahulu proses latihan yang sedang berlangsung. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti, terdapat beberapa bentuk penerapan Komunikasi Interpersonal yang dilakukan pelatih terhadap atlet. Seperti yang dilakukan pelatih karate di Dojo Marelان yaitu Bapak Andi Rahman. Sebelum latihan di mulai, terlihat pelatih sedang mengajak atlet berinteraksi. Interaksi yang dilakukan pelatih pada atlet begitu ringan dan santai. Waktu menunjukan pukul 20.00 pertanda latihan akan segera dimulai.

Proses latihan yang dilakukan di Dojo Marelان berdurasi 2 jam. Latihan dimulai diawali dengan proses doa bersama, dan dilanjutkan dengan pemanasan agar tidak terjadi cedera yang dipimpin langsung oleh pelatih. Pemanasan yang dilakukan berupa gerakan ringan seperti peregangan otot, dan jogging atau lari-lari kecil mengelilingi lapangan sebanyak 4-5 kali putaran. Setelah jogging selesai kembali dilakukannya peregangan otot agar tidak sakit dan cedera pada saat menjalankan program latihan.

Setelah pemanasan selesai, pelatih langsung melanjutkan sesi latihan inti yaitu menjalankan program latihan yang telah pelatih tentukan. Sebelum atlet melakukan gerakan, pelatih memberikan contoh terlebih dahulu. Peneliti melihat atlet melakukan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih, Seperti cara memukul yang benar, menendang lawan dengan tepat sasaran, cara menangkis ketika dipukul atau ditendang oleh lawan, dan lainnya. Kemudian jika ada atlet yang

mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan, pelatih langsung menjelaskan kepada atlet dan memberikan contoh yang benar. Jika atlet tetap salah dalam melakukan gerakan, maka pelatih memberikan teguran dengan intonasi sedikit lebih tinggi. Hal itu dilakukan pelatih agar atlet dapat mengingat kesalahan yang diperbuat dan tidak mengulangnya kembali.

Selanjutnya, peneliti mengamati pelatih yang sedang mengadakan *Sparring Partner*/latih tanding satu lawan satu dalam waktu 2 menit. Sebelum mulai, pelatih menjelaskan terlebih dahulu peraturan-peraturan yang sesuai dengan kondisi pertandingan yang sebenarnya. Setelah latihan tanding selesai, atlet melakukan peregangan otot kembali agar nantinya otot tidak tegang dan normal kembali.

Saat proses peregangan otot usai dilakukan, pelatihan ditutup dengan evaluasi hasil latihan yang telah dilaksanakan. Semua proses yang sudah diterapkan dalam pelaksanaan latihan dibahas dalam evaluasi dan saling bertukar saran dan masukan antara pelatih dan atlet. Seperti pelatih menjelaskan kesalahan-kesalahan yang dilakukan atlet untuk dibenarkan dan menanyakan apa saja yang kurang dalam proses latihan yang telah dijalankan. Dalam hal ini, pelatih lebih banyak memberikan nasehat dan motivasi agar atlet tidak jenuh dalam menjalankan latihan di hari-hari yang akan datang.

Observasi yang dilakukan pada tanggal 17 dan 19 Maret 2021 diketahui bahwa Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate di Dojo Marelان Dalam Meningkatkan Prestasi berjalan dengan lancar, interaksi antara pelatih dan atlet

aktif dalam proses pembinaan saat latihan serta adanya hubungan erat antara pelatih dengan atlet juga. Dalam pelaksanaan strategi pembinaan yang berkarakter, bermental kuat, disiplin dan berjiwa sportif yang pelatih lakukan dalam pelatihannya.

4.1.2 Hasil Wawancara

Observasi dan wawancara yang akan peneliti kemukakan tentang permasalahan yang telah dijelaskan pada bab I, yaitu untuk mengetahui bagaimana Komunikasi Interpersonal pelatih dan atlet Karate di Dojo Marelan dalam meningkatkan Prestasi. Selain itu, pertanyaan yang peneliti ajukan pada informan diambil dari Uraian Teoritis yang terdapat di bab II. Peneliti mewawancarai narasumber yang telah terpilih secara *purposive sampling*, adapun hasil dari wawancara yang telah dilakukan peneliti adalah sebagai berikut :

Data Informan

Informan I

Nama : Andi Rahman

Usia : 49 tahun

Posisi : Pelatih

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan kepada informan I (pelatih karate Dojo Marelan), maka hasil yang diperoleh akan dijabarkan sebagai berikut.

1. Berkomunikasi dengan atlet merupakan sebuah kebutuhan bagi pelatih

Pada saat berlangsungnya kegiatan latihan yang dijalankan antara pelatih dan atlet binaan dibutuhkan adanya komunikasi. Komunikasi menjadi hal yang sangat penting untuk dilakukan, sebab komunikasi merupakan suatu jembatan yang menghubungkan pelatih dengan atlet binaannya. Selain itu, dengan berkomunikasi, pelatih dapat mengetahui sifat dan karakter atlet binaan serta dapat mengetahui apa-apa saja yang diinginkan oleh atlet binaan.

2. Tujuan yang diinginkan pelatih ketika berkomunikasi kepada atlet binaan

Secara umum, tujuan pelatih ketika berkomunikasi kepada atlet binaannya adalah untuk mencari tahu seberapa jauh ilmu yang sudah diajarkan dan disampaikan pelatih dan secara spesifik, tujuan pelatih adalah untuk mengetahui kendala-kendala yang terjadi serta kesulitan-kesulitan yang dialami oleh atlet binaan selama latihan berlangsung.

3. Cara menyampaikan tujuan yang telah ditetapkan pelatih kepada atlet binaan

Penyampaian tujuan yang telah ditetapkan pelatih dilakukan pada saat latihan sedang berlangsung maupun saat latihan telah usai. Tujuan yang ditetapkan pelatih kepada atlet binaan disampaikan secara langsung melalui ucapan dengan kata-kata yang memotivasi diri atlet binaan agar atlet binaan lebih bersemangat dalam menjalani latihan serta dapat meningkatkan prestasi demi prestasi yang sebelumnya telah mereka raih.

4. Penyampaian tujuan disesuaikan dengan karakteristik atlet binaan

Saat menyampaikan tujuan, penggunaan tata bahasa dan cara penyampaian yang digunakan pelatih disesuaikan dengan karakteristik atlet binaan. Hal ini

dikarenakan bahwa setiap atlet memiliki psikologi, sifat dan karakter yang berbeda-beda. Tidak semua atlet secara langsung dapat memahami dengan mudah apa yang telah disampaikan oleh pelatih.

5. Cara menciptakan situasi yang menyenangkan pada saat latihan berlangsung

Pelatih berusaha untuk menciptakan situasi yang menyenangkan pada saat latihan berlangsung agar atlet binaan tidak merasa bosan dan monoton dengan latihan yang rutin dilakukan. Pelatih menciptakan situasi yang menyenangkan dengan cara membuat beberapa permainan yang membuat atlet binaan merasa gembira namun dengan tetap tidak melupakan keseriusan dalam melakukan gerakan. Dalam menciptakan situasi yang menyenangkan ini pun, pelatih juga tetap menyesuaikan tata bahasa dan penyampaiannya kepada atlet binaan sesuai dengan sifat dan karakternya.

6. Pelatih menggunakan pesan verbal dan nonverbal

Dalam menciptakan situasi yang menyenangkan pada saat latihan berlangsung, pelatih menggunakan pesan verbal maupun nonverbal. Pelatih harus menggunakan keduanya dikarenakan pesan verbal saja tidak akan cukup untuk menciptakan situasi yang menyenangkan, sehingga harus dibarengi dengan pesan nonverbal juga.

7. Pesan yang disampaikan pelatih ketika menyampaikan tujuan

Pelatih menyampaikan tujuan yang telah ditetapkan kepada atlet binaan dengan cara pendekatan melalui komunikasi, seperti sikap terbuka dan sifat positif

yang harus ditunjukkan pelatih kepada atlet binaannya. Artinya, kelemahan dan kelebihan atlet harus disampaikan oleh pelatih secara langsung.

8. Tujuan yang dirancang pelatih untuk atlet binaan

Tujuan yang telah dirancang oleh pelatih untuk atlet binaannya yaitu dengan cara berjenjang, melatih dasar-dasar karate kepada atlet binaan, menyampaikan apa tujuan dari karate, memberikan motivasi kepada atlet binaan agar atlet binaan merasa lebih semangat dalam melakukan latihan yang diberikan serta dapat meningkatkan prestasi-prestasi mereka.

9. Pesan yang diberikan kepada atlet binaan sebagai penguatan atau umpan balik

Pesan yang diberikan pelatih kepada atlet binaan dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan yang memacu dan merangsang rasa ingin tahu dan rasa antusias mereka. Selain itu, pelatih juga memberikan kata-kata pujian kepada atlet binaan, seperti: bagus, hebat dan juga memberikan tepuk tangan ketika atlet binaan benar-benar melakukan gerakan yang diperintahkan pelatih dengan baik dan sempurna.

10. Pesan yang diberikan oleh pelatih kepada atlet binaan

Pesan yang diberikan pelatih kepada atlet binaan agar dapat menciptakan situasi latihan yang menyenangkan dan tidak bersifat monoton adalah dengan memberikan stimulus ataupun dengan metode latihan *hit and run* (pukul dan lari).

11. Atlet dapat menerima pesan yang disampaikan pelatih

Selama ini, atlet binaan dapat dengan baik menerima pesan yang disampaikan oleh pelatih dengan perbandingan sekitar 80% yang bisa menerima

dan 20% yang belum sepenuhnya dapat menerima. Hal ini terjadi dikarenakan kondisi fisik atau tubuh atlet binaan ketika menerima porsi latihan tidak seratus persen dalam keadaan fit.

12. Menyampaikan tujuan yang telah ditetapkan oleh pelatih

Saat pelatih menyampaikan tujuan yang telah ditetapkan kepada atlet binaan, pelatih melakukan hal tersebut dengan cara langsung (tatap muka) dan dengan menggunakan media lain. Dengan cara langsung pelatih melakukannya saat sedang berlangsungnya latihan. Untuk media, pelatih memberikan atlet binaan referensi terkait teknik-teknik yang telah pelatih latih dengan melihat *youtube* atau video-video lain yang terkait.

13. Saluran komunikasi efektif

Menurut pelatih, saluran komunikasi yang digunakan oleh pelatih terbilang efektif karena pelatih mengombinasikan kedua metode diatas.

14. Mengalami *miss* komunikasi dengan atlet binaan

Pelatih tidak terlalu sering mengalami masalah *miss* komunikasi dengan atlet didikannya, tetapi masih kerap terjadi saat berlangsungnya proses latihan.

15. Gangguan atau hambatan yang dialami saat memberikan umpan balik

Gangguan atau hambatan yang kerap dialami oleh pelatih saat memberikan umpan balik adalah kurangnya konsentrasi atlet binaan, kurang fokusnya atlet binaan dan rasa jenuh atlet binaan.

Informan II

Nama : Rangga Satrio Prayoga

Usia : 19 Tahun

Posisi : Atlet

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan kepada informan II (atlet karate Dojo Marelan) yang bernama Rangga Satrio Prayoga, maka hasil yang diperoleh akan dijabarkan sebagai berikut.

1. Penerimaan pesan oleh atlet binaan yang disampaikan oleh pelatih

Saat berlangsungnya latihan, atlet binaan menerima pesan yang berisi tujuan, penguatan atau umpan yang disampaikan dan diberikan secara langsung oleh pelatih. Pelatih menyampaikan tujuan, penguatan atau umpan balik yang telah direncanakan dengan tata bahasa yang baik dan mudah untuk dimengerti.

2. Pemahaman dan penginterpretasian/pelaksanaan atlet binaan terhadap pesan yang disampaikan pelatih

Atlet binaan dapat memahami pesan yang disampaikan oleh pelatih dengan baik. Atlet binaan juga melaksanakan pesan-pesan yang disampaikan oleh pelatih kepadanya. Namun, ada beberapa hal yang terkadang sedikit sulit untuk dipahami, seperti gerakan baru yang sama sekali belum pernah diberikan/diajarkan pelatih kepada atlet binaan.

3. Bentuk respon atlet binaan terhadap pesan yang disampaikan oleh pelatih

Atlet binaan selalu merespon pesan yang diberikan pelatih kepadanya. Apabila pelatih menanyakan beberapa hal kepada atlet binaan, atlet binaan tersebut selalu menjawab pertanyaan yang diberikan. Pada saat pelatih

memberikan perintah kepada atlet binaan pun, ia selalu cekatan dalam melakukan perintah dan gerakan yang diberikan oleh pelatih.

4. Bentuk respon atlet binaan terhadap tujuan yang telah ditetapkan oleh pelatih

Tujuan yang telah ditetapkan oleh pelatih sangat baik untuk kelangsungan atlet selama latihan berlangsung. Hal ini dikarenakan bahwa tujuan yang telah disampaikan pelatih kepada atlet binaan dapat membangkitkan semangat, mendorong diri atlet untuk lebih meningkatkan prestasi serta memotivasi diri atlet baik pada saat latihan berlangsung maupun pada saat pertandingan.

5. Bentuk respon atlet binaan terhadap umpan balik yang telah diberikan oleh pelatih

Umpan balik yang diberikan oleh pelatih kepada atlet binaan secara langsung dapat meningkatkan percaya diri atlet pada saat latihan maupun saat pertandingan berlangsung. Atlet binaan dapat menerima dan memahami umpan balik yang diberikan pelatih kepadanya dengan melaksanakan isi pesan tersebut.

6. Bentuk respon atlet binaan ketika pelatih menyampaikan pesan untuk menciptakan situasi yang menyenangkan

Dengan situasi menyenangkan yang diciptakan pelatih, atlet merasa bahwa latihan yang sedang berlangsung tidak terasa begitu monoton dan membosankan. Sehingga, atlet dapat melakukan latihan dengan lebih bersemangat.

Informan III

Nama : M Fadlan Syanarkhi Dalimunthe

Usia : 19 Tahun

Posisi : Atlet

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan kepada informan III (atlet karate Dojo Marelan) yang bernama M. Fadlan Syanarkhi Dalimunthe, maka hasil yang diperoleh akan dijabarkan sebagai berikut.

1. Penerimaan pesan oleh atlet binaan yang disampaikan oleh pelatih

Pelatih memberikan dan menyampaikan pesan yang berisi tujuan dan penguatan yang telah ditetapkan kepada atlet binaan. Atlet binaan pun merasa dapat menerima pesan tersebut dengan baik pada saat proses latihan sedang dilakukan. Lalu, atlet binaan tersebut melakukan dan melaksanakan apa yang telah disampaikan oleh pelatih kepadanya berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan.

2. Pemahaman dan penginterpretasian/pelaksanaan atlet binaan terhadap pesan yang disampaikan pelatih

Pemahaman atlet binaan terhadap setiap pesan yang disampaikan oleh pelatih sangat baik, mulai dari ucapan yang disampaikan pelatih serta gerakan yang dicontohkan pelatih kepada atlet binaan tersebut. Tidak hanya memahami, atlet binaan juga melaksanakan setiap pesan yang disampaikan pelatih kepadanya (penginterpretasian atlet binaan). Meskipun terkadang ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet binaan, pelatih selalu dengan sigap mengoreksi kesalahan yang telah dilakukan oleh atlet binaan.

3. Bentuk respon atlet binaan terhadap pesan yang disampaikan oleh pelatih

Bentuk respon atlet binaan terhadap pesan yang disampaikan oleh pelatih adalah dengan cara memperhatikan dan mendengarkan isi pesan tersebut, kemudian memahaminya dengan seksama, lalu melakukan atau melaksanakan isi pesan tersebut dengan baik dan benar.

4. Bentuk respon atlet binaan terhadap tujuan yang telah ditetapkan oleh pelatih

Atlet binaan merespon tujuan yang telah ditetapkan oleh pelatih dengan cara melihat dan mendengarkan masukan yang telah disampaikan oleh pelatih. Kemudian, atlet binaan melakukan sesuai dengan apa yang diinginkan oleh pelatih tersebut.

5. Bentuk respon atlet binaan terhadap umpan balik yang telah diberikan oleh pelatih

Sama halnya dengan pesan dan tujuan yang telah disampaikan pelatih, atlet binaan dapat menerima umpan balik yang diberikan oleh pelatih. Atlet binaan merasa ada kepuasan tersendiri pada saat pelatih memberikan umpan balik kepadanya. Atlet binaan merasa lebih percaya diri dan terdorong untuk melakukan yang lebih baik lagi.

6. Bentuk respon atlet binaan ketika pelatih menyampaikan pesan untuk menciptakan situasi yang menyenangkan

Atlet binaan merasa lebih rileks dan tenang ketika pelatih menciptakan situasi yang menyenangkan. Sebab, atlet binaan merasa lebih terdorong semangatnya dan menjadi lebih termotivasi dalam melangsungkan latihan karena diawali dengan permainan yang diberikan oleh pelatih.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada informan I (Pelatih Karate Dojo Marelan), informan II (Atlet Karate Dojo Marelan), dan informan III (Atlet Karate Dojo Marelan), dapat diperoleh bahwa adanya kesinambungan antara apa yang telah diberikan oleh pelatih dan apa sudah diterima oleh atlet binaan. Pelatih telah menyusun dan menetapkan tujuan dengan baik dengan menyesuaikan karakteristik atlet karate yang dibina. Pelatih juga telah menyampaikan pesan-pesan yang berisikan tujuan tersebut, memberikan umpan balik atau penguatan kepada atlet binaan, menyampaikan tujuan dan umpan balik secara verbal dan nonverbal dan disampaikan secara langsung maupun melalui referensi yang telah ditentukan serta berusaha menciptakan situasi yang menyenangkan saat berlangsungnya latihan.

Hal-hal yang disebutkan diatas merupakan suatu bentuk komunikasi interpersonal yang telah dibangun oleh pelatih kepada atlet binaannya dengan baik. Begitu pula dengan penerimaan atlet binaan pelatih tersebut, atlet-atlet dapat menerima dan memahami dengan baik pesan-pesan yang disampaikan oleh pelatih kepada mereka. Tidak hanya menerima dan memahami, atlet-atlet binaan juga dapat merespon secara langsung isi pesan tersebut dengan cara melakukan dan melaksanakan isi pesan tersebut. Selain itu, atlet-atlet binaan juga merasa terdorong dan termotivasi serta percaya diri untuk melakukan isi pesan maupun gerakan-gerakan yang diajarkan oleh pelatih baik saat latihan berlangsung maupun saat pertandingan.

Bentuk-bentuk respon yang baik tersebut merupakan tanda adanya komunikasi interpersonal yang telah terbangun antara atlet binaan dan pelatihnya.

Hal ini membuktikan bahwa komunikasi interpersonal sangat penting untuk dilakukan demi keberlangsungan latihan maupun kesuksesan dalam pertandingan.

Wujud dari meningkatnya rasa percaya diri, dorongan diri untuk melakukan yang lebih baik lagi setiap harinya, rasa motivasi yang terus meningkat serta rasa nyaman dan menyenangkan yang tercipta saat proses latihan dilangsungkan, merupakan penerimaan komunikasi interpersonal yang baik oleh atlet binaan terhadap pelatih.

Hal-hal tersebut tentu sangat berpengaruh kepada prestasi-prestasi atlet binaan. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate sangat berpengaruh dalam meningkatkan prestasi.

4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

Pada umumnya dalam pembinaan olahraga karate tidak dapat dipungkiri bahwa prestasi atlet menjadi tolak ukur keberhasilan dalam proses pembinaan yang dilakukan. Namun dalam perjalanan untuk meraih prestasi tersebut, atlet selalu berhadapan dengan berbagai hal yang membuat motivasinya menjadi menurun. Mulai dari rasa bosan menjalani latihan, tanggung jawab terhadap diri sendiri, hasil yang tidak sesuai harapan, tekanan dari berbagai pihak mulai dari orang tua, perguruan, target yang telah ditetapkan pelatih, dan juga nama daerah atlet. Atlet akan selalu berhadapan dengan situasi-situasi tersebut.

Dalam proses perjalanan yang atlet lakukan, tidak semua atlet dapat berhasil mencapai target yang telah ditetapkan. Meskipun mereka telah berlatih dengan ekstra dan telah memperlihatkan penampilan yang maksimal dalam suatu pertandingan. Dalam keadaan seperti itu, dapat muncul berbagai reaksi dari atlet tersebut. Salah satunya adalah rasa frustrasi atau perasaan kecewa mendalam yang dirasakan oleh atlet tersebut yang berdampak pada motivasi mereka untuk kembali berlatih dan berjuang untuk meraih dan meningkatkan prestasi. Frustrasi dapat menurunkan tingkat motivasi yang dimiliki atlet tersebut.

Oleh sebab itu, pelatih memiliki peran yang sangat penting pada kegiatan pembinaan atlet. Pelatih harus memiliki kemampuan untuk memotivasi atlet agar atlet tidak bosan dan tertarik untuk berlatih keterampilan dan memperdalam teknik selanjutnya. Serta mampu menerapkannya dalam situasi kompetisi yang sangat kritis demi tercapainya tujuan, yaitu meraih prestasi kemudian

meningkatkan prestasi. Akan dijelaskan lebih lanjut pembahasan hasil penelitian dibawah ini.

4.2.1 Pelatih Karate di Dojo Marelan

1. Keterbukaan (*Openess*)

Penerapan komunikasi interpersonal yang baik oleh komunikator harus melibatkan adanya keterbukaan. Bukan berarti komunikator harus membuka seluruh pengalamannya, namun sebatas pengungkapan yang dirasa diperlukan oleh kedua belah pihak pelaku komunikasi.

Hasil wawancara yang telah diperoleh oleh peneliti mengungkapkan bahwa komunikasi yang dilakukan pelatih kepada atlet berlangsung baik. Keadaan pada saat pelatih berkomunikasi dengan atlet sesuai dengan hasil yang peneliti liat langsung di Dojo Marelan.

2. Empati (*Empathy*)

Seperti yang dikemukakan oleh pelatih, kondisi dan suasana atlet terkadang tidak selalu baik, setiap atlet memiliki psikologi, sifat, dan karakter yang berbeda-beda. Sehingga akan berpengaruh terhadap motivasi latihan para atlet. pelatih mengatakan peran orang tua sangat diperlukan dalam memberikan dukungan lebih terhadap atlet.

Hal tersebut diharapkan pelatih agar lebih muda melakukan pendekatan dari sisi psikologis, serta ikut memahami apa yang sedang dirasakan oleh atlet. Kemudian nantinya akan berpengaruh terhadap keberlangsungan komunikasi

interpersonal, atlet akan lebih memahami pesan yang disampaikan oleh pelatih, pelatih juga akan memahami apa yang diinginkan atlet.

3. Sikap Mendukung (*Supportiveness*)

Dalam memberikan dukungan kepada atlet, pelatih mewujudkannya dengan cara memberi pujian, memberikan kata-kata penyemangat pada atlet seperti, bagus, hebat, dan juga tepuk tangan ketika atlet benar melakukan gerakan yang pelatih perintahkan. Pelatih menilai dengan memberikan pujian dan kata-kata penyemangat dapat memotivasi atlet agar lebih giat dalam berlatih dan semangat pada saat bertanding, sehingga dapat meraih prestasi dan meningkatkan prestasi.

4. Sikap Positif (*Positiveness*)

Upaya yang dilakukan pelatih dengan menghargai dan pelan-pelan memberi nasihat jika terdapat atlet yang melakukan kesalahan seperti salah melakukan gerakan, pukulan yang tidak terkontrol, tidak konsentrasi pada saat pelatih menjelaskan berbagai macam teknik gerakan, dan lainnya. Pelatih mengungkapkan hal itu sudah sering terjadi pada saat latihan, sehingga tugas pelatih adalah memberikan arahan agar hal itu tidak terulang kembali pada saat proses latihan berlangsung.

5. Kesetaraan (*Equality*)

Pada saat kegiatan latihan berlangsung, peneliti melihat pelatih sudah menerapkan kesetaraan. Kesetaraan yang dimaksud lebih kepada sikap adil yang

dilakukan pelatih terhadap atlet. Pelatih mengatakan sikap dan karakter atlet berbeda-beda, mulai dari psikologis, dan masalah pribadi atlet yang tidak diketahui oleh pelatih. Perlakuan yang pelatih jalankan terhadap atlet disamaratakan dan tidak memprioritaskan satu pemain saja. Kecuali tata bahasa dan cara penyampaian yang berbeda, mengingat setiap atlet memiliki sikap dan karakter yang berbeda-beda.

4.2.2 Atlet Karate di Dojo Marelán (Informan 2 dan 3)

1. Keterbukaan (*Openess*)

Menurut informan 2 dan 3, keterbukaan yang dilakukan oleh pelatih sudah diterapkan, hal itu terbukti dengan cara pelatih melakukan komunikasi sebelum latihan berlangsung dan sesudah latihan selesai. Informan 2 dan 3 mengungkapkan bahwa pelatih menanyakan hal-hal yang berkaitan dalam proses latihan, seperti menanyakan tentang kesulitan dalam melakukan gerakan yang pelatih perintahkan, masalah yang sedang atlet hadapi, dan lainnya. Kemudian atlet menjawabnya dengan jujur dan pesan yang disampaikan atlet dapat diterima dengan baik oleh pelatih, walaupun cara penyampaian atlet kepada pelatih tidak sesuai yang diharapkan pelatih. Namun disini terlihat pelatih dapat memakluminya demi keberlangsungan komunikasi yang tetap terjaga.

2. Empati (*Empathy*)

Berkaitan dengan sikap empati, dalam hal ini kedua atlet sebagai penerima pesan sama sama mengatakan bahwa penerapan yang mereka lakukan sudah

sesuai dengan yang diharapkan pelatih. Hal itu terlihat dari hasil wawancara yang peneliti lakukan. Informan 2 dan 3 mengikuti perintah dan arahan yang pelatih sampaikan lalu melaksakannya dengan baik dan benar.

3. Sikap Mendukung (*Supportiveness*)

Dalam latihan maupun pertandingan, atlet kerap kali mendapatkan dukungan dari pelatih. Kembali, informan 2 dan 3 sama-sama merasakan dan berpendapat bahwa pelatih memberikan sikap dukungan dengan kata-kata penyemangat seperti, bagus, wow hebat, dan disertai tepuk tangan ketika atlet benar dalam melakukan gerakan maupun pada saat menang dalam situasi pertandingan. Kedua atlet juga mengungkapkan sangat senang jika diberi pujian oleh pelatih karena prestasi yang telah dicapai, sehingga membuat motivasi mereka meningkat.

4. Sikap Positif (*Positiveness*)

Pada saat proses latihan berlangsung perlu adanya sikap positif yang diberikan pelatih kepada atlet. Sikap positif itu tampak dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap informan 2 dan 3. Pada saat pelatih memberikan pesan, informan 2 langsung melaksanakan setiap pesan yang pelatih berikan. Namun, ada beberapa yang tidak dapat dipahami seperti gerakan baru yang sama sekali belum pernah pelatih berikan. Sama seperti yang dialami oleh informan 2, informan 3 juga mengalami hal tersebut, dalam situasi itu pelatih langsung mengoreksi kesalahan yang dilakukan oleh kedua atlet. Dalam hal ini, peneliti menilai tindakan yang dilakukan oleh pelatih sudah menunjukkan sikap positif.

5. Kesetaraan (*Equality*)

Kesetaraan atau sikap adil yang dilakukan pelatih terhadap informan 2 dan perlakuan pada saat proses latihan yang mereka alami menjadi jawaban dalam membuktikan kesetaraan atau sikap adil yang pelatih jalankan. Menurut informan 2 yang membedakan hanya saja cara penyampaian dan tata bahasa yang membedakan. Kemudian informan 3 mengiyakan apa yang telah disampaikan oleh informan 2. Informan 3 menambahkan dengan sikap dan karakter ia dan teman-teman miliki berbeda-beda, sehingga hal itu lah yang menjadi alasan mengapa pelatih membedakan cara penyampaian saja.

4.2.3 Sejarah dan profil Karate Dojo Marelان

Karate Dojo Marelان didirikan oleh Bapak Andi Rahman sekaligus pelatih yang ada di Dojo tersebut. Beliau mengatakan pada awalnya INKANAS (Institut Karate-Do Nasional) Marelان berdiri pada tanggal 24 Desember 2007. Akan tetapi pada saat itu masih bernama LEMKARI (Lembaga Karate-do Indonesia) Dojo Masjid Nurul Huda yang lokasi latihannya bertempat dilapangan Masjid Nurul Huda, Tanah 600 Kecamatan Medan Marelان, dengan waktu latihan 3 kali dalam seminggu, yaitu : Selasa malam, Jumat malam, dan minggu pagi.

Lebih lanjut Andi menjelaskan, Lemkari Dojo Masjid Nurul Huda T.600 ini berdiri atas kerjasamanya dengan Badan Kenaziran Masjid Nurul Huda yang pada saat itu dipimpin oleh Bapak H.Iskandar Harahap. Pada awalnya Andi membentuk kegiatan Karate dengan tujuan untuk membina generasi muda yang ada dilingkungan.

Dengan berjalannya waktu, Pak Andi mengundurkan diri dari perguruan Lemkari dan selanjutnya pada tanggal 24 Desember 2007 mengajukan permohonan ke PENGDA (Pengurus Daerah) Inkanas Sumatera Utara. Setelah melalui keputusan sidang MSH (Majelis Sabuk Hitam) Inkanas Sumatera Utara pada tanggal 13 Januari 2008, maka akhirnya Lemkari Dojo Masjid Nurul Huda resmi dibubarkan dan berdirilah Inkanas Dojo Marelan.

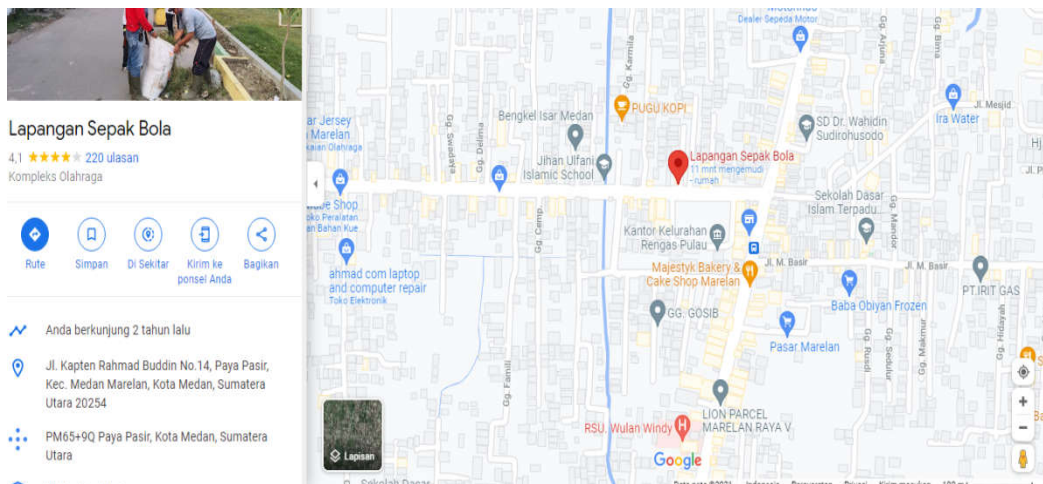
Dengan demikian pada tanggal 1 Februari 2008, pak Andi memindahkan Dojo ke lapangan bola kaki Pasar V Jalan Kapten Rahmad Buddin No.14 Paya Pasir Kecamatan Medan Marelan, Kota Medan, Sumatera Utara.

Pak Andi mengatakan, dengan olahraga beladiri Karate dapat membentuk seseorang bermental baja, mempunyai disiplin yang baik, berdedikasi tinggi, dan dapat memiliki kemampuan mengatur waktu secara optimal. “pada saat latihan saya selalu mengajarkan dan memberi nasehat kepada atlet yang saya bina. mulai dari apa itu disiplin, sopan santun, dan karakter seseorang. Jadi secara tidak langsung mereka dapat menerapkannya dikehidupan mereka sehari-hari”, katanya.

Hingga sampai saat ini, Dojo ini memiliki murid mulai dari SD, SMP, SMA, bahkan ada juga mahasiswa untuk menyalurkan minat dan bakatnya. Nantinya, Karateka akan bisa mengikuti berbagai ajang kejuaraan demi meraih prestasi dan juga meningkatkan prestasi. Kejuaraan itu mulai dari Open Tournament, Kejurda, Kejurnas, hingga kejuaraan yang diadakan oleh pihak pemerintah melalui kementerian terkait seperti O2SN (Olimpiade Olahraga Siswa Nasional, POPNAS (Pekan Olahraga Pelajar Nasional), POMNAS (Pekan

Olahraga Mahasiswa Nasional) melalui seleksi di tingkat daerah terlebih dahulu.

Berikut denah lokasi Dojo Karate Marelان :



4.1. Gambar denah Lokasi Dojo Karate Marelان

4.2.4 Profil Informan

1. Andi Rahman

Andi merupakan seorang pelatih yang ada di Dojo Karate Medan Marelان. Ia menjadi seorang pelatih pada tahun 2007 hingga sampai saat ini. Terdapat beberapa atlet di dojo tersebut, mulai dari tingkat SD, SMP, SMA, dan Mahasiswa. Sudah banyak karateka yang Andi latih dan mendapatkan berbagai macam prestasi mulai dari tingkat daerah maupun nasional.

2. Rangga Satrio Prayoga

Rangga merupakan karateka yang saat ini berusia 19 tahun. Ia memulai latihan karate sejak SMP kelas 7. Rangga mengakui bahwa mengikuti

latihan karate atas dasar kemauannya sendiri dengan alasan agar memiliki tubuh yang sehat serta iman yang kuat. Kemudian ia mendalami olahraga tersebut lalu mengikuti kejuaraan dan berprestasi menjadi juara.

3. M Fadlan Syanarkhi Dalimunthe

Fadlan merupakan mahasiswa Universitas Pembangunan Panca Budi Medan. Ia memulai latihan olahraga beladiri karate pada tahun 2008. Sama seperti rangka, Fadlan berlatih karate karena kemauannya sendiri serta mendapatkan dukungan dari orang tua. Ia menjadikan karate sebagai hobinya dan ingin berprestasi di olahraga tersebut. Hingga saat ini Fadlan masih aktif berlatih di Dojo Karate Marelan.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dengan judul skripsi “Komunikasi Interpersonal Pelatih Dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi” dilaksanakan di Dojo Marelان, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Selama proses latihan berlangsung pelatih sudah menunjukkan keterbukaan kepada atlet, memahami dan peduli satu sama lain terhadap atlet atau empati, sikap mendukung kepada atlet seperti memberikan motivasi agar atlet lebih giat berlatih, rasa positif dengan menjalin kerjasama pada atlet, dan kesetaraan atau sikap adil. Selain itu, pelatih juga menciptakan suasana nyaman supaya tercipta hubungan yang baik, kondusif dalam berinteraksi satu sama lain sehingga kedepannya dapat meraih dan meningkatkan prestasi.
2. Komunikasi interpersonal yang dilakukan pelatih dan atlet dalam meningkatkan prestasi berjalan dengan baik. Hal itu diketahui dengan telah dilakukannya bentuk komunikasi pelatih terhadap atlet berupa tujuan yang diberikan pelatih kepada atlet seperti latihan rutin, disiplin, motivasi, intruksi/arahan, penguatan atau umpan balik yang diterima atlet maupun sebaliknya, pesan yang disampaikan pelatih baik verbal maupun nonverbal, gangguan yang dialami atlet, dan koreksi/teguran ketika atlet melakukan kesalahan.

3. Adapun hambatan terkait komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate dalam meningkatkan prestasi yaitu hambatan manusiawi dan hambatan psikologis. Hambatan manusiawi menyangkut intelegensi atau kecerdasan para atlet dalam hal memahami dan menerapkan pesan yang diberikan oleh pelatih. Hambatan psikologis berhubungan dengan karakter atlet dimana karakter yang dimiliki setiap atlet berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya. Lebih lanjut hambatan fisik juga ada seperti sarana dan prasarana yaitu belum memadai seperti lapangan tempat latihan dan beberapa atlet belum memiliki peralatan bertanding yang lengkap.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian diatas maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Komunikasi interpersonal yang selama ini telah terjalin selama ini terus ditingkatkan, karena prestasi atlet dapat diraih jika adanya komunikasi yang terjalin dengan baik antara pelatih dan atlet.
2. Pelatih sebaiknya terus-menerus memberikan dan meningkatkan motivasi kepada atlet khususnya bagi atlet yang malas agar semangat para atlet yang malas meningkat dan atlet yang rajin motivasinya tidak menurun karena mereka juga membutuhkan pemberian motivasi dari pelatihnya.
3. Untuk para atlet sebaiknya lebih banyak bertanya kepada pelatih jika kurang mengerti terhadap apa yang disampaikan oleh pelatih. Atlet diharapkan mencari

solusi latihan pada saat dirumah melalui media sosial seperti Instagram dan video yang ada di Youtube. Mengulang program latihan yang telah disampaikan pelatih dan menerapkan solusi latihan yang telah ditonton dari Instagram dan Youtube pada saat dirumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito, L. S. 2007. *Mental Juara: Modal atlet berprestasi (1st ed.)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Aw, Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Budi, Rayusdawati. 2010. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Makassar: KRETAKUPA Print.
- Budiwanto, Setyo. 2004. *Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga*. Malang: UM Press.
- Bungin, B. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Prenada Media Group. CIPD Publishing.
- Djaali. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djoko Pekik Irianto. 2006. *Dasar Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: UNY.
- Effendy, Onong Uchjana. 2011. *Ilmu Komunikasi: Teori dan Prakteknya*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Gunawan, I. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif Teori Dan Praktik*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Kamiso, A. 2005. *Ilmu Kepelatihan Dasar*: Semarang: FPOK IKIP Semarang.
- Komarudin. 2011. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Laksana, Muhibudin Wijaya. 2015. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Pustaka Setia
- Moleong, J. L. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosdakarya.
- Monty, P. S. 2002. *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Muhammad, Arni. 2009. *Komunikasi Organisasi*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Mulyana, Deddy. 2000. *Ilmu Komunikasi (Suatu Pengantar)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, Deddy. 2009. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: RemajaRosdakarya.
- Mustafa, Zainal EQ. 2009. *Mengurai Variabel Hingga Instrumentasi*, Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Nawawi, Hadari. 2012. *Metode Penelitian Bidang Sosial*.: Gadjah Mada University Press.
- Pangondian Hotliber Purba. “Meningkatkan Keterampilan Dasar Siswa Dalam Melakukan Tendangan Mae Geri Beladiri Karate Melalui Teknik Fading Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sidikalang”. *FIK UNIMED*. 0111/Th.XV/Juni, 2016:56-66.
PT. Grasindo.
- Rustan, E., & Hasriani, H. 2020. Communication pattern between nurses and elderly patients through a neuro-linguistic programming approach. *Jurnal Studi Komunikasi*, 4(1).
- Sardiman, A. M. 2001. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. PT. Rajawali Pers.
- Setyobroto, S. 2002. *Psikologi Olah Raga*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Singgih, D. Gunarsa. 2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Shoelhi, M. 2009. *Komunikasi internasional perspektif jurnalistik*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Soemanto, Wasty. 2006. *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pimpinan Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujoto, J.B. 1996. *Teknik Oyama Karate*. Jakarta: PT Elex Media Computindo
- Sujoto, J.B. 2006. *Plyometrics Progressions Mini Book*, Lee taft.
- Sukadiyanto. 2005. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik* Yogyakarta: FIK UNY.

Suranto, A. 2011. *Komunikasi interpersonal*. Jakarta: Graha Ilmu.

Widjaja, A. W. 2000. *Ilmu Komunikasi Pengantar Studi, Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Widjaja, A. W. 2000. *Komunikasi dan Hubungan Masyarakat*. Jakarta. PT. Rineka Cipta.

Wiryanto. 2005. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta. Grasindo.

Wursanto, Ig. 2003. *Etika Komunikasi Kantor*. Yogyakarta. Kanisius.

Internet:

<http://definisipengertian.com/2012/pengertian-definisi-prestasi-menurut-para-ahli>.

<https://www.slideshare.net/SGunawan1/prestasi-olahraga-dan-olahraga-prestasi>.

<https://www.materiolahraga.com/2018/05/karate-lengkap.html>

<https://www.yuksinau.id/karate/>



102.16-34

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Unggul, Cerdas & Terpercaya
menjawab surat ini agar disebutkan
nomor dan tanggalnya

Jalan Kapten Mochtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6624567 - (061) 6610450 Ext. 200-201 Fax. (061) 6625474
Website: http://www.umsu.ac.id E-mail: rektor@umsu.ac.id

PERMOHONAN-PERSETUJUAN
JUDUL SKRIPSI

Slc-1

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

Medan, 13 - 03 2020.

Assalamu'alaikum wr. wb.

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

Nama lengkap : M. Fajar Al Istahri
NPM : 1603110227
Jurusan : Ilmu Komunikasi
Tabungan sks : 134,0 sks, IP Kumulatif 3,02

Mengajukan permohonan persetujuan judul skripsi :

No	Judul yang diusulkan	
1	Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet karate dalam meningkatkan prestasi	✓
2	Peran Humas Dalam membangun citra baik Pemerintah kota Medan setelah kasus korupsi Walikota Medan	
3	Strategi Humas Pemkot Medan dalam mencegah Tersebaranya Virus Corona di Medan	

Bersama permohonan ini saya lampirkan :

1. Tanda bukti lunas beban SPP tahap berjalan;
2. Daftar Kemajuan Akademik Mahasiswa (DKAM) yang dikeluarkan oleh Dekan.
3. Tanda bukti Lunas Uang/Biaya Seminar Proposal;*)

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

Rekomendasi Ketua Jurusan :
Diteruskan kepada Dekan untuk
Penetapan Judul dan Pembimbing.

Pemohon,

Medan, tgl. 13 - 03 2020

Ketua,

(M. Fajar Al Istahri)

PB: ABRAR ADHAU



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

Jalan Kapten Muchtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6624567 - (061) 6610450 Ext. 200-201 Fax. (061) 6625474
Website : <http://www.umsu.ac.id> E-mail : rektor@umsu.ac.id

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

Sk-3

PERMOHONAN
SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Kepada Yth.

Medan, 13 Maret 2020

Bapak Dekan FISIP UMSU

di

Medan.

Assalamu'alaikum wr. wb.

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

Nama lengkap : M. Fajar Al Isfahri
N P M : 103110227
Jurusan : Ilmu Komunikasi

mengajukan permohonan mengikuti Seminar Proposal Skripsi yang ditetapkan dengan Surat Penetapan Judul Skripsi dan Pembimbing Nomor 102.16.31/SK/II.3/UMSU-03/F/2020.. tanggal 13 Maret 2020 dengan judul sebagai berikut :

Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam meningkatkan Prestasi

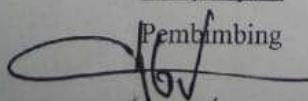
Bersama permohonan ini saya lampirkan :

1. Surat Penetapan Judul Skripsi (SK - 1);
2. Surat Penetapan Pembimbing (SK-2);
3. DKAM yang telah disahkan;
4. Kartu Hasil Studi Semester 1 s/d terakhir ASLI;
5. Tanda Bukti Lunas Beban SPP tahap berjalan;
6. Tanda Bukti Lunas Biaya Seminar Proposal Skripsi;
7. Proposal Skripsi yang telah disahkan oleh Pembimbing (rangkap - 3)
8. Semua berkas dimasukkan ke dalam MAP warna BIRU.

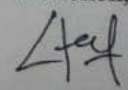
Demikianlah permohonan saya untuk pengurusan selanjutnya. Atas perhatian Bapak saya ucapkan terima kasih. *Wassalam.*

Menyetujui :

Pembimbing


(Abrar Adhani, S.Sos., M.I. Kom)

Pemohon,


(M. Fajar Al Isfahri)

UNDANGAN/PANGGILAN SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Nomor : 786/UND/II.3-AU/UMSU-03/F/2020

Program Studi : Ilmu Komunikasi
 Hari, Tanggal : Sabtu, 05 Desember 2020
 Waktu : 09.00 WIB s.d. selesai
 Tempat : Ruang 207-CFISIP UMSU
 Pemimpin Seminar : Nurhasanah Nasution, S.Sos., M.I.Kom.

No.	NAMA MAHASISWA	NOMOR POKOK MAHASISWA	PENGUJI	PEMBIMBING	JUDUL PROPOSAL SKRIPSI
1	MUKHLISUDDIN LUBIS	1603110212	NURHASANAH NASUTION, S.Sos., M.I.Kom.	PUJI SANTOSO, S.S, M.SP	ANALISIS TEKNIK PENGAMBILAN GAMBAR DAN PROSES EDITING PAC RUMAH CREATIVE PRODUCTION
2	M. FAJAR AL ISFAHRI	1603110227	NURHASANAH NASUTION, S.Sos., M.I.Kom.	ABRAR ADHANI, S.Sos., M.I.Kom.	KOMUNIKASI INTERERSONAL PELATIH DAN ATLET KARATE DALAM MENINGKATKAN PRESTASI
3					
4					
5					

Medan, 17 Rabul Akhir 1442 H

03 Desember 2020 M




De Anitih Saleh, S.Sos.,MSP.

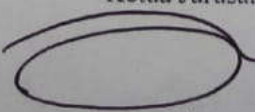
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

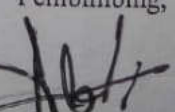
Nama lengkap : M. Fajar Al Hafri
 N P M : 603110227
 Jurusan : Ilmu komunikasi
 Judul Skripsi : Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi

No.	Tanggal	Kegiatan Advis/Bimbingan	Paraf Pembimbing
1.	13-03-2020	Pengesahan Judul Skripsi	J
2.	15-03-2020	Revisi I Proposal	J
3.	20-03-2020	Revisi II Proposal	J
4.	19-06-2020	Revisi I Skripsi	J
5.	20-08-2020	Revisi II Skripsi	J
6.	16-03-2021	Revisi III Skripsi	J
7.	05-09-2021	Revisi IV Skripsi	J
8.	27-09-2021	Acc skripsi	J

Medan, 13 Oktober 2021..

Dekan,

 (Dr. Arifin Saleh, S.Sos, M.Ps)

Ketua Jurusan,

 (Akhyar Anshari S.Sos, M.Psik)

Pembimbing,

 (Abrar Adhuni S.Sos, M.Psik)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNDANGAN/PANGGILAN UJIAN SKRIPSI
Nomor : 1208/UND/II.3-A/U/UMSU-03/F/2021

Program Studi : Ilmu Komunikasi
Hari, Tanggal : Sabtu, 16 Oktober 2021
Waktu : 08.00 WIB s.d. Selesai
Tempat : Ruang 208-209 FISIP UMSU



No.	Nama Mahasiswa	Nomor Pokok Mahasiswa	TIM PENGUJI			Judul Skripsi
			PENGUJI I	PENGUJI II	PENGUJI III	
1	AZRI YUNUS	1503110192	ABRAR ADHANI, S.Sos, M.I.Kom.	FAIZAL HAMZAH LUBIS, S.Sos, M.I.Kom.	RAHMANITA GINTING, M.A., Ph.D.	PENGARUH TERPAAN MEDIA SOSIAL SEBAGAI MEDIA PROMOSI UNTUK MENINGKATKAN MINAT BELI KONSUMEN DI KOPITREE DI MEDAN
2	MUHAMMAD RIZA PAHLEVI	1403110237	ABRAR ADHANI, S.Sos, M.I.Kom.	AKHYAR ANSHORI, S.Sos, M.I.Kom	FAIZAL HAMZAH LUBIS, S.Sos, M.I.Kom.	KOMUNIKASI KESEHATAN DOKTER GIGI TERHADAP PASIEN DALAM MENINGKATKAN KESADARAN KESEHATAN GIGI DI POLI GIGI KLINIK SYIFA
3	M. FAJAR AL ISFAHRI	1603110227	RAHMANITA GINTING, M.A., Ph.D.	FAIZAL HAMZAH LUBIS, S.Sos, M.I.Kom.	ABRAR ADHANI, S.Sos, M.I.Kom.	KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DAN ATLET KARATE DALAM MENINGKATKAN PRESTASI
4	FERI SETIAWAN	1403110082	ABRAR ADHANI, S.Sos, M.I.Kom.	AKHYAR ANSHORI, S.Sos, M.I.Kom	NURHASANAH NASUTION, S.Sos, M.I.Kom	POLA KOMUNIKASI TOKOH DI ORGANISASI PEMUDA MUHAMMADIYAH DALAM MENJAGA KERUKUNYAN ANTAR UMAT BERAGAMA
5						

Notulis Sidang :

Pitetapkan oleh :

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
Rektor
Prof. Dr. MUHAMMAD ARIFIN, SH, M.Hum

Wakil Rektor I
Wakil Rektor II
Wakil Dekan I
Wakil Dekan II
Wakil Dekan III
Wakil Dekan IV
Wakil Dekan V
Wakil Dekan VI
Wakil Dekan VII
Wakil Dekan VIII
Wakil Dekan IX
Wakil Dekan X
Wakil Dekan XI
Wakil Dekan XII
Wakil Dekan XIII
Wakil Dekan XIV
Wakil Dekan XV
Wakil Dekan XVI
Wakil Dekan XVII
Wakil Dekan XVIII
Wakil Dekan XIX
Wakil Dekan XX
Wakil Dekan XXI
Wakil Dekan XXII
Wakil Dekan XXIII
Wakil Dekan XXIV
Wakil Dekan XXV
Wakil Dekan XXVI
Wakil Dekan XXVII
Wakil Dekan XXVIII
Wakil Dekan XXIX
Wakil Dekan XXX
Wakil Dekan XXXI
Wakil Dekan XXXII
Wakil Dekan XXXIII
Wakil Dekan XXXIV
Wakil Dekan XXXV
Wakil Dekan XXXVI
Wakil Dekan XXXVII
Wakil Dekan XXXVIII
Wakil Dekan XXXIX
Wakil Dekan XL
Wakil Dekan XLI
Wakil Dekan XLII
Wakil Dekan XLIII
Wakil Dekan XLIV
Wakil Dekan XLV
Wakil Dekan XLVI
Wakil Dekan XLVII
Wakil Dekan XLVIII
Wakil Dekan XLIX
Wakil Dekan L
Wakil Dekan LI
Wakil Dekan LII
Wakil Dekan LIII
Wakil Dekan LIV
Wakil Dekan LV
Wakil Dekan LVI
Wakil Dekan LVII
Wakil Dekan LVIII
Wakil Dekan LIX
Wakil Dekan LX
Wakil Dekan LXI
Wakil Dekan LXII
Wakil Dekan LXIII
Wakil Dekan LXIV
Wakil Dekan LXV
Wakil Dekan LXVI
Wakil Dekan LXVII
Wakil Dekan LXVIII
Wakil Dekan LXIX
Wakil Dekan LXX
Wakil Dekan LXXI
Wakil Dekan LXXII
Wakil Dekan LXXIII
Wakil Dekan LXXIV
Wakil Dekan LXXV
Wakil Dekan LXXVI
Wakil Dekan LXXVII
Wakil Dekan LXXVIII
Wakil Dekan LXXIX
Wakil Dekan LXXX
Wakil Dekan LXXXI
Wakil Dekan LXXXII
Wakil Dekan LXXXIII
Wakil Dekan LXXXIV
Wakil Dekan LXXXV
Wakil Dekan LXXXVI
Wakil Dekan LXXXVII
Wakil Dekan LXXXVIII
Wakil Dekan LXXXIX
Wakil Dekan XL

Dr. ARIFIN SALEH, S.Sos, MSP.

Medan, 07 Rabul Awwal 1443 H
14 Oktober 2021 M

Panitia Ujian

Sekretaris
Drs. ZULFAHMI, M.I.Kom

LAMPIRAN

Draft wawancara:

Pertanyaan untuk Pelatih :

1. Pada saat berlangsungnya kegiatan latihan yang anda jalankan kepada atlet binaan/didik anda, apakah berkomunikasi dengan atlet merupakan suatu kebutuhan bagi anda?
2. Apa tujuan yang anda inginkan ketika berkomunikasi kepada atlet?
3. Bagaimana cara anda menyampaikan tujuan yang telah anda tetapkan kepada atlet yang anda bina?
4. Ketika anda akan menyampaikan tujuan yang telah anda tetapkan kepada atlet binaan anda, apakah tata bahasa dan cara penyampaian yang anda gunakan disesuaikan dengan karakteristik atlet anda? Jika iya/tidak beritahu alasannya!
5. Bagaimana cara anda dalam menciptakan situasi yang menyenangkan pada saat latihan? Apakah tata bahasa dan cara penyampaian yang anda gunakan disesuaikan dengan karakteristik atlet anda?
6. Apakah anda menggunakan pesan verbal saja atau menggunakan pesan non verbal juga dalam menciptakan situasi yang menyenangkan pada saat latihan?
7. Bagaimana pesan yang anda sampaikan ketika menyampaikan tujuan yang telah anda tetapkan kepada atlet yang anda didik?
8. Seperti apa tujuan yang anda rancang untuk atlet didikan anda?

9. Bagaimana pesan yang anda berikan ketika memberikan penguatan atau umpan balik kepada atlet anda?
10. Bagaimana pesan yang anda kasih kepada atlet agar dapat menciptakan situasi latihan yang menyenangkan?
11. Apakah selama ini atlet anda dapat menerima dengan baik pesan yang anda sampaikan?
12. Saat anda menyampaikan tujuan yang telah anda tetapkan kepada atlet yang anda didik, secara langsung (tatap muka) atau dengan menggunakan media lain?
13. Menurut anda saluran komunikasi yang anda gunakan tersebut efektif?
14. Seberapa sering anda mengalami masalah *miss* komunikasi dengan atlet didikan anda?
15. Gangguan apa saja yang anda alami pada saat memberikan umpan balik kepada atlet yang anda bina?

Pertanyaan untuk Atlet

1. Apakah anda menerima pesan yang berisi tujuan yang telah ditetapkan pelatih kepada anda?
2. Apakah anda menerima pesan yang berisi penguatan atau umpan balik yang pelatih berikan?

3. Apakah anda memahami dan menginterpretasikan/melaksanakan setiap pesan yang diberikan pelatih oleh anda?
4. Apakah anda selalu merespon pesan yang disampaikan pelatih kepada anda?
5. Bagaimana respon anda terhadap tujuan yang telah ditetapkan oleh pelatih anda?
6. Bagaimana respon anda terhadap umpan balik yang diberikan kepada anda?
7. Bagaimana respon anda ketika pelatih menyampaikan pesan untuk menciptakan situasi yang menyenangkan?

Dokumentasi dengan informan.



Bapak Andi Rahman, Pelatih Karate Dojo Marelan



Peneliti Bersama Pelatih dan beberapa murid

Pelatih sedang memberikan intruksi dan arahan.



Pemanasan sebelum memulai latihan.



Wawancara bersama M Fadlan Syanarkhi



Wawancara bersama Rangga Satrio Prayoga



Wawancara bersama bapak Andi Rahman



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

M Fajar Al Isfahri lahir di Medan, 06 Desember 1997. Terlahir dari pasangan Ayah bernama Agus Lin dan Ibu Masriani sebagai anak kedua dari dua bersaudara. Penulis menempuh jenjang pendidikan sekolah dasar di SD Negeri 066435 Tanah Enam Ratus Medan Marelan dan lulus pada tahun 2010. Kemudian melanjutkan sekolah menengah pertama di SMP Negeri 20 Medan dan lulus pada tahun 2013. Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan sekolah menengah atas SMA pada tahun 2013 di SMA Negeri 16 Medan dan lulus pada tahun 2016. Pada tahun yang sama, penulis melanjutkan pendidikan keperguruan tinggi swasta dan menimba ilmu di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan mengambil jurusan Ilmu Komunikasi jenjang S1.