

## KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DAN ATLET PENCAK SILAT KABUPATEN BOGOR DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI PADA PORDA JAWA BARAT

Gilang Mahardianto<sup>1</sup> Sardi Duryatmo<sup>2</sup> Qoute Nuraini Cahyaningrum<sup>3</sup>

Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Pakuan Bogor

JL. Pakuan, Tegallega, Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor, Jawa Barat 16129 Surel Surel Surel

korespondensi: [Gilangmahardianto6@gmail.com](mailto:Gilangmahardianto6@gmail.com)

Kronologi naskah: diterima 10 September 2024; direvisi 12 November 2024;  
diputuskan 10 Desember 2024

### Abstract

*Interpersonal communication able to penetrate a person's personality, bring up various meanings to the contents of the message received, and has several roles in achieving a goal. This study aims to find out how is the interpersonal communication of coaches and pencak silat athletes in Bogor regency in maintaining achievement at the West Java Porda and how to find out the interpersonal communication barriers of coaches and pencak silat athletes by using an interpersonal communication approach, namely openness, empathy, positive feelings, support, similarity, the problem can become a complex thing to discuss. This study aims to determine the interpersonal communication of Pencak Silat trainers and Athletes for the Porda 2022 competition. This study uses descriptive qualitative research methods. This research was conducted at the Center for Student Education and Training in Bogor Regency, Jl. Karadenan No.4, Karadenan, Cibinong District, Bogor Regency, West Java. Data collection techniques used interviews, observation, documentation. The results of this study indicate that the impact of interpersonal communication of pencak silat trainers and athletes can maintain their achievements. In conclusion, the trainer for the Bogor Regency pencak silat athletes still has obstacles or distractions so that they cannot maintain their achievements in the next event. The results of the research are: communication applied by coaches and pencak silat athletes in Bogor Regency greatly influences achievement. The coaches have to know how to communicate well with athletes so that good relationships are formed. Barriers to interpersonal communication between coaches and athletes that must be carried out are openness, empathy, positive feeling, support, equality. To achieve good and smooth communication so that it can maintain achievements at the West Java Porda.*

**Keywords:** Athlete; barriers communication; coach; interpersonal communication

### Abstrak

Komunikasi interpersonal berperan penting dalam setiap proses komunikasi, karena kemampuannya menembus pribadi seseorang dan memunculkan berbagai makna terhadap isi pesan yang diterima. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal pelatih dan atlet pencak silat Kabupaten Bogor dalam mempertahankan prestasi pada Porda Jawa Barat dan mengetahui hambatan komunikasi interpersonal pelatih dan atlet pencak silat Kabupaten Bogor. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan mengelaborasi indikator keterbukaan, empati, rasa positif, dukungan. Lokasi penelitian di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Kabupaten Bogor. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dokumentasi. Penelitian ini menghasilkan temuan, masih terdapatnya hambatan komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet. Indikator komunikasi interpersonal berperan besar dalam meningkatkan prestasi atlet, sehingga penting bagi pelatih untuk mengetahui bagaimana cara berkomunikasi yang benar dengan atlet agar terbentuk hubungan yang harmonis antara pelatih dan atlet. Hambatan yang dihadapi adalah masih minimnya keterbukaan, empati, rasa positif, dukungan, kesamaan.

**Kata kunci:** Atlet; komunikasi interpersonal; pelatih, prestasi

## PENDAHULUAN

Hubungan atlet dengan pelatih dan sesama atlet berperan penting dalam meraih prestasi, mempertahankan prestasi dan mampu menerima kekalahan secara suportif. Kemampuan atlet mengelola suasana hati dan berdamai dengan keadaan, merupakan penentu pencapaian penentu pencapaian penting (Cordonhato R, et al 2018).

Hubungan atlet dengan pelatih sangat penting dalam proses pelatihan di sebuah cabang olahraga. Atlet harus belajar dan mendapatkan pengalaman dari pelatih, yang perannya termasuk mengkomunikasikan pengetahuan dan pengalaman kepada atlet (Jowett, 2017). Komunikasi dalam olahraga memerlukan motivasi, pengajaran, memberikan solusi, dan memberikan harapan kepada penerima (atlet) merupakan efek yang diharapkan dari komunikasi olahraga. Cherubini (2019) menjelaskan, komunikasi sangat penting untuk meningkatkan pengalaman olahraga antara pelatih dan atlet, serta antara pelatih, atlet, personel kedokteran olahraga, orang tua, dan orang penting.

Jowet (2017) mendefinisikan hubungan pelatih dengan atlet sebagai suatu situasi sosial yang melibatkan perasaan dan kedekatan antara pelatih dan atlet (kepercayaan, rasa nyaman, dan rasa hormat), berkomitmen (yaitu, motivasi untuk mempertahankan hubungan dekat dari waktu ke waktu), dan perilaku saling melengkapi (yaitu, perilaku yang tercermin dalam interaksi yang responsif, santai, dan bersahabat) saling berhubungan satu sama lain dan kausal. (Kim & Park, 2020).

Turman (2017), menjelaskan, olahraga sebagai suatu kegiatan dapat dianggap sebagai hubungan interpersonal karena memungkinkan mediasi hubungan antara atlet, pelatih, keluarga (diperlukan untuk atlet di usia anak). Dalam olahraga, pelatih dan atlet adalah dua pemain kunci dalam komunikasi olahraga. Atlet harus belajar dan mendapatkan pengalaman dari pelatih, yang mengkomunikasikan pengetahuan dan pengalaman kepada atlet (Jowett, 2017).

Hubungan pelatih dengan atlet merupakan hubungan interpersonal di mana emosi, pikiran, dan perilaku pelatih dan atlet saling berhubungan secara kausal dan saling berhubungan (Guillet-Descas, 2016). Dalam hal penyampaian pesan, para pelatih menyampaikan beberapa masukan kepada atlet dalam bentuk komando, meminta yang berhubungan dengan program pelatihan, koreksi teknis & taktis, motivasi atletik, kemajuan atletik, penguatan, ketangguhan mental, dan pembentukan karakter. Untuk menjaga hubungan pelatih-atlet, mereka memilih saluran komunikasi seperti komunikasi tatap muka dan komunikasi virtual. Komunikasi virtual dipraktikkan dengan menggunakan platform WhatsApp, email, dan telepon. West (2016) menyatakan bahwa komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet meningkatkan kemungkinan atlet mengembangkan perasaan kedekatan dan meningkatkan persepsi atlet terhadap pelatih.

Pencak silat merupakan salah satu cabang olahraga yang menjanjikan prestasi dalam cabang olahraga beladiri. Kabupaten Bogor merupakan salah satu wilayah dengan potensi atlet yang menjanjikan. Pencak silat merupakan salah satu kegiatan olahraga yang banyak diminati remaja di Kabupaten Bogor yang memiliki beberapa kelompok pembinaan olahraga pencak silat yang telah memiliki beragam prestasi penting. Namun, sejak tahun 1999-2022 pencak silat di Kabupaten Bogor mengalami kemunduran prestasi, khususnya pada perhelatan Pekan Olahraga seprovinsi Jawa Barat.

Ada banyak faktor pemicu kondisi kemunduran prestasi ini. Selain itu, minimnya perhatian pemerintah untuk menyediakan fasilitas pendukung olahraga yang memadai menyebabkan cabang olahraga ini makin tidak atraktif. Penyebab lainnya berkaitan dengan komunikasi pelatih dan atlet yang belum berjalan dua arah.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam fenomena komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet pencak silat di Kabupaten Bogor. Proses pengumpulan data dilakukan melalui berbagai teknik, yaitu wawancara mendalam, observasi langsung di lapangan, serta dokumentasi terhadap berbagai sumber relevan yang mendukung penelitian. Analisis data juga dilakukan dengan pendekatan deskriptif kualitatif, yang melibatkan beberapa tahapan, seperti pengumpulan data, reduksi data untuk menyaring informasi yang relevan, penyajian data dalam bentuk narasi terstruktur, dan penarikan simpulan untuk mendapatkan temuan yang signifikan. Lokasi penelitian di Pusat Pendidikan dan Pelatihan Pelajar Kabupaten Bogor,

beralamat di Jalan. Karadenan No.4, Kecamatan Cibinong, Kabupaten Bogor, Jawa Barat 16913. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada peran strategis organisasi Pencak Silat di kabupaten Bogor. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada Januari hingga Maret 2023, dengan fokus pada kegiatan pelatihan yang berlangsung selama periode tersebut. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai pentingnya komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet, serta mengidentifikasi hambatan-hambatan yang muncul dalam proses tersebut untuk meningkatkan prestasi pencak silat di Kabupaten Bogor.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) merupakan program dari Kementerian Pemuda dan Olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi atlet di tingkat nasional (Pekan Olah raga Nasional (PON), Kejurnas) dan di tingkat internasional (Sea Games, Asian Games, Olimpiade). PPLP Kabupaten Bogor berdiri pada tahun 2015. Lembaga ini hadir untuk menemukan bibit baru dan menampung pelajar-pelajar yang ingin mendulang prestasi.

Keterbukaan dalam komunikasi interpersonal pelatih dan atlet pencak silat Kabupaten Bogor dalam pertahankan prestasi pada Porda Jawa Barat. Komunikasi interpersonal yang baik ditandai dengan adanya keterbukaan dalam sebuah tim. Kualitas keterbukaan mengacu pada aspek komunikasi interpersonal, kesediaan untuk membuka diri dan mengungkapkan informasi yang biasanya disembunyikan dengan penyampaian yang menyesuaikan situasi dan kondisi yang nyaman.

Hal lainnya adalah tanggung jawab yang menyangkut kepemilikan perasaan yang memperlihatkan keterbukaan dengan cara bereaksi secara spontan terhadap orang lain. Terbuka dalam pengertian ini adalah mengacu bahwa perasaan dan pikiran yang pelatih atau atlet lontarkan adalah memang milik mereka dan mereka bertanggung jawab atasnya. Cara yang dapat dilakukan pelatih adalah selalu berkomunikasi dengan sikap terbuka di dalam latihan dan luar latihan, tidak membedakan perlakuan antara senior dan junior sehingga tidak ada kesenjangan dalam berkomunikasi. Cara untuk mendapatkan keterbukaan dalam berkomunikasi salah satunya seperti yang dijelaskan salah satu pelatih adalah dengan menciptakan suasana yang nyaman, dengan cara menganggap atlet sebagai adik atau menganggap mereka sebagai teman sebaya. Sehingga dengan cara tersebut mereka berkomunikasi dengan terbuka dan menimbulkan keakraban antara pelatih dan atlet.

Empati diartikan sebagai merasakan sesuatu seperti orang yang mengalaminya, berada di kapal yang sama dan merasakan perasaan yang sama dengan cara yang sama. Secara nonverbal misalnya, pelatih melihat dari gestur tubuh dan mimik wajah, dan merasakan perasaan yang sama dengan cara yang sama. Secara verbal bisa dilakukan dengan mengajak berbagi perasaan (*sharing*) atau mengobrol secara personal, pelatih dan atlet saling mempunyai rasa toleransi dan simpati dalam latihan dan di luar latihan untuk mewujudkan tim yang nyaman dan tentram. Salah satu atlet ME, menceritakan, pada suatu hari melihat pelatihnya duduk diam termenung, dengan mimik wajah yang menggambarkan sedang memiliki banyak hal yang dipikirkan. Sebagai atlet yang dibimbing, ada rasa empati untuk mengajak berbincang sebagai bentuk kepedulian. Namun, atlet tersebut tidak berani menanyakannya pada pelatih karena berpikir itu adalah privasi pelatihnya. apa yang terjadi sama dia, soalnya itu privasi dia. MJ, salah satu pelatih menjelaskan, dukungan sangat diperlukan bagi atlet, baik di saat latihan ataupun pertandingan. Dukungan yang diberikan bisa dalam bentuk memberi semangat dengan cara merangkul atau menepuk bahu yang merupakan bentuk komunikasi nonverbal. Meski tak banyak bicara, komunikasi nonverbal yang disampaikan pelatih ke atlet ataupun diantara sesama atlet. MJ, salah satu pelatih menjelaskan,

Komunikasi interpersonal terbina ketika individu yang terlibat di dalamnya memiliki sikap positif terhadap diri mereka sendiri. Hal tersebut berguna untuk bisa lebih baik ke depannya dan bisa memotivasi diri sendiri supaya bisa terus berprestasi. Hal ini terbukti dengan cara pelatih memotivasi atletnya agar lebih bersemangat dalam latihan dan menerapkan disiplin agar atlet melakukan hal yang terbaik saat dalam pertandingan huna menghasilkan sebuah prestasi. Dengan cara pelatih dan atlet saling berkomunikasi yang positif, memotivasi sesama atlet yang positif sehingga akan menimbulkan sebuah tim yang baik dan positif di dalam latihan dan diluar latihan untuk mewujudkan prestasi.

Rasa positif dalam komunikasi interpersonal dapat terwujud melalui sikap yang saling memotivasi. Individu

dapat saling memotivasi ketika kedekatan sudah terjalin. Kedekatan antarindividu terjalin melalui saling berinteraksi. Motivasi pelatih pada atlet diberikan dalam setiap situasi. Dimulai dari sesi pelatihan. Pada dasarnya, manusia sebagai makhluk sosial memiliki banyak hal yang menjadi bagian dari kehidupannya. Perihal yang tidak sesuai terkadang menjadi salah satu akibat kurangnya konsentrasi atlet pada saat berlatih. Ketika atlet memiliki masalah kehidupan, motivasi dari pelatih sangat diperlukan. “Sebagai atlet, harus tetap disiplin berlatih, khususnya ketika akan menghadapi pertandingan. Disiplin berlatih menjadi bagian penting yang harus selalu diingatkan pada atlet. Motivasi yang diberikan pelatih berperan besar dalam meningkatkan semangat berlatih atlet. Motivasi juga diperlukan dalam diskusi, khususnya yang berkaitan dengan persiapan menuju pertandingan. Sikap adil pelatih dalam memberi perhatian, memompa semangat dan memotivasi para atlet menjadi hal yang berkontribusi dalam prestasi atlet. Tentang hal ini, MJ menjelaskan pentingnya pelatih bersikap adil pada para atlet. Sikap adil ini sangat perlu diperlihatkan dengan tujuan memberikan pemahaman pada sesama atlet bahwa pelatih merupakan sosok yang adil. MJ dalam proses pelatihan atlet, akan memberi peringatan pada setiap atlet yang tidak disiplin. Sebaliknya, pujian juga akan diberikan pada para atlet yang konsisten dan disiplin berlatih.

Pelatih dapat membantu atlet mereka dalam mengelola tantangan dan kemunduran yang terkait dengan olahraga elit secara efektif dengan menumbuhkan lingkungan yang ditandai dengan komunikasi yang mendukung dan praktik pengasuhan. Studi tentang perilaku pelatih telah mencakup berbagai pendekatan, mulai dari memeriksa teori kepemimpinan hingga mengeksplorasi kerangka konseptual hubungan. Perspektif yang beragam ini telah berperan penting dalam menyoroti sifat kepelatihan yang beragam dan dampaknya pada atlet. Pelatih didorong untuk melakukan profil dan penilaian menyeluruh terhadap atribut tangguh yang melekat dalam anggota tim mereka. Proses ini juga harus melibatkan identifikasi strategi yang bertujuan untuk memobilisasi sumber daya psikososial tertentu, semuanya dengan tujuan menyeluruh untuk meningkatkan ketahanan tim secara keseluruhan. Studi juga menunjukkan bahwa perilaku kepemimpinan transformasional secara positif dikaitkan dengan kualitas hubungan pelatih-atlet.

Salah satu atlet menjelaskan, sikap adil pelatih bisa dirasakan atlet. Pujian yang disampaikan secara langsung (verbal), seperti, “nah, begitu dong, bagus” berarti besar buat atlet. Atau, dalam bentuk lain seperti menolong atlet ketika cedera saat berlatih. Ini dilakukan dengan pernyataan salah satu atlet yang mengapresiasi cara pelatih bersikap adil.

### **Hambatan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Atlet**

Proses komunikasi antara pelatih dan atlet pencak silat di Kabupaten Bogor, idealnya berlangsung secara dua arah. Mengacu pada elemen Devito(2011) tentang kesetaraan, komunikasi yang setara antara pelatih dan atlet ketika dilakukan secara berkesinambungan akan mengarah pada kesetaraan. Keberhasilan atlet merupakan hasil kerja bersama pelatih dan atlet. Penerapan program latihan sangat penting untuk memperhatikan karakteristik atlet dan lingkungan keluarga dan lingkungan sosial atlet. Kemampuan pelatih menempa prestasi atlet juga bergantung pada kemampuan pelatih berkomunikasi secara terbuka dengan memperhatikan karakteristik atlet. Keterbukaan komunikasi dapat terbangun ketika pelatih dan atlet secara konsisten meluangkan waktu untuk mendiskusikan dan menemukan solusi yang berkaitan dengan progres berlatih atlet. Di lain sisi, atlet hendaknya juga dapat terbuka menerima saran dari pelatih yang bertujuan pada pengembangan diri dan prestasi atlet. Kemampuan berpikir terbuka dan dapat memahami penjelasan pelatih berkaitan dengan kemampuan kognitif (pengetahuan) dan intelektualitas atlet.

MJ juga menjelaskan, sebagai pelatih, dirinya kerap kali memotivasi para atlet dengan menceritakan kisah hidup dan perjuangan atlet ataupun tokoh penting yang berhasil meraih prestasi dengan usaha, keyakinan dan disiplin. MJ berharap, melalui cerita inspiratif ini dapat memompa semangat dan motivasi para atlet. Hasil wawancara dengan beberapa atlet diperoleh temuan, sikap keterbukaan yang masih minim dari atlet disebabkan beberapa hal. Pertama, atlet belum percaya diri berkomunikasi dengan pelatih. Kondisi ini terutama dialami oleh para atlet yang belum meraih prestasi. Kedua, diperlukannya waktu lebih lama untuk menjadi terbuka dengan pelatih.

## SIMPULAN

Komunikasi pelatih dan atlet masih perlu diperbaiki dengan meningkatkan rasa empati, rasa menghormati dan sikap mendukung yang positif yang lebih intensif. Selain itu, kemampuan intelektual atlet perlu untuk lebih dikembangkan. Pelatih dalam menjelaskan hal-hal yang berkaitan dengan program pelatihan perlu menyesuaikan dengan kemampuan kognitif para atlet, agar penjelasan yang disampaikan dapat sesuai dengan yang dimaksudkan pelatih.

## REFERENSI

- Alo Liliweri, (2017). Komunikasi Antarpersonal. Jakarta. Grasindo
- Azhari, H. T., Nuraeni, Y., & Astriani, R. (2023). Komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet disabilitas dalam menumbuhkan motivasi dan prestasi (studi deskriptif atlet tenis meja disabilitas NPCI DKI Jakarta). *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 63-69.
- Carapeboka, R. M., Amanda, A., & Sanjaya, B. (2022). Komunikasi Interpersonal antara Pelatih dan Atlet Dalam Meningkatkan Prestasi di Badminton Plajoe Selection. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(7), 1217-1222.
- Cherubini, J. (2019). Strategies and communication skills in sports coaching.
- Codnhato R, Vissoci JRN, Nascimento Junior JRAD, Mizoguchi MV, Fiorese L. Impact of resilience on stress and recovery in athletes. *Revista Brasileira De Med do Esporte*. 2018;24(5):352–6. <https://doi.org/10.1590/1517-869220182405170328>.
- DeVito, J. A. (2016). Interpersonal communication book, The, 13/E. *New York, NY: United*.
- Isoard-Gauthier, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2016). Associations between the perceived quality of the coach-athlete relationship and athlete burnout: An examination of the mediating role of achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 210-217
- Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: The coach-athlete relationship at its heart. *Current opinion in psychology*, 16, 154-158
- Kim, Y., & Park, I. (2020). “Coach Really Knew What I Needed and Understood Me Well as a Person”: Effective Communication Acts in Coach-Athlete Interactions among Korean Olympic Archers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3101.
- Morgan P, Fletcher D, Sarkar M. Developing team resilience: a season-long study of psychosocial enablers and strategies in a high-level sports team. *Psychol Sport Exerc*. 2019;45:1–11. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHSPORT.2019.101543>
- Nurrachmad, L., Suraya, F., & Irawan, F. A. (2022). Interpersonal Communication Between Athletes and Coaches of Student Activity Units in Unnes. *Jurnal Profesi Keguruan*, 6(2), 233-242.
- Rosca, V. (2017). The coach-athlete communication process. Towards a better human resource management in sport. *Management Research and Practice*, 2(3), 275-284.
- Sarkar M, Page AE. Developing individual and team resilience in elite sport: research to practice. *J Sport Psychol Action*. 2022;13(1):40–53. <https://doi.org/10.1080/21520704.2020.1861144>.
- Sharma S, Sharma SK. Team Resilience: Scale development and validation. *Vision: J Bus Perspective*. 2016;20:37–53. <https://doi.org/10.1177/0972262916628952>.
- Triana, J., Irawan, S., & Windrawanto, Y. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan bertanding atlet pencak silat dalam menghadapi Salatiga cup 2018. *Psikologi Konseling*, 10(2)
- West, L. (2016). Coach-athlete communication: Coaching style, leadership characteristics, and psychological outcomes.