

## Komunikasi Interpersonal Pelatih Di Club Bola Volley

### Taruna Merah Putih Semarang

Syahrul Gunawan

email: [Syahrulyai1998@gmail.com](mailto:Syahrulyai1998@gmail.com)

Universitas PGRI Semarang

#### Abstract

*The backgrounds of this research is that communication between coaches and athletes is considered very important in improving athlete performance. One of the methods used by the coach is to communicate in a two-way manner and build good relationships or can be called interpersonal communications. This study aims to determine the interpersonal communication of coached at the Semarang Red and White Cadets Volleyball Club. This research is a qualitative descriptive research. The instruments used are observation instruments, surveys, interview and documentation. The subject of this research is the management at the Red and White Cadets Volleyball Club Semarang, which includes the head coaches and athletes. The analysis technique performed is to use data triangulation techniques. The research results show that interpersonal communications is a process of exchanging informations between a person and at least one other person or usually between two peoples who can immediately know the feedback or it is called direct communication. According to the coach should also be able to help with the problems encountered. On the other hand, for the athlete himself, communication with the coach is very important. Athletes need openness from coaches in measuring athlete abilities where the coaches provide input to their athletes such as the result of the exercises that have just been carried out, what deficiencies should be avoided by athletes so they do not repeat, or discuss problems that exist outside the field that can interfere with the performance of athletes on the fields. The conclusions from this study is that interpersonal communications can help coached in training and mental development of athlete at the Taruna Merah Putih Semarang club.*

**Keywords:** *Boomerang Run Method, Lateral Run Method, Agility*

#### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi Komunikasi antara pelatih dan atlet di nilai begitu penting guna meningkatkan prestasi atlet. Salah satu cara yang digunakan pelatih yakni melakukan komunikasi 2 arah dan membentuk hubungan yang baik yang disebut komunikasi interpersonal. Tujuan penelitian untuk mengetahui komunikasi interpersonal pelatih di Club Bola Volley Taruna Merah Putih Semarang. Menggunakan penelitian deskriptif kualitatif didalam penelitian ini. Dengan memakai instrument observasi, survei, wawancara dan dokumentasi. Subyek di penelitian ini ialah pengurus di Club Bola Volley Taruna Merah Putih Semarang, yang meliputi ketua pelatih dan atlet. Teknik analisa data menggunakan teknik triangulasi data.. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal ialah proses saling tukar informasi diantara 2 orang yang saling berinteraksi dan saling belajar yang ada manfaatnya. Menurut pelatih juga harus bisa menolong dengan masalah yang dihadapi. Di sisi lain, bagi atlet, komunikasi pada pelatih begitu penting. Atlet membutuhkan keterbukaan dari pelatih untuk mengukur kemampuannya. Menciptakan kerja sama yang begitu erat diantara pelatih dan atlet sehingga bisa bekerja sama dengan baik guna mencapai hasil. Pendekatan pelatih terhadap aktifitas komunikasi dengan atlet juga membantu mereka berkomunikasi dan berlatih selama latihan. Bagi seorang pelatih, bagaimana melakukan kegiatan komunikasi sebenarnya tak sulit. Bisa menggunakan forum diskusi atau sharing diakhir latihan. Yang mana para pelatih memberi masukan pada para atletnya contohnya hasil latihan yang baru selesai, kekurangan yang harus diperbaiki agar tak terulang lagi, atau berdiskusi permasalahan di luar lapangan yang bisa mengganggu perform atlet dilapangan. Maka dapat disimpulkan dari penelitian ini yaitu komunikasi interpersonal bisa membantu pelatih didalam melatih dan pembinaan mental atlet club Taruna Merah Putih Semarang.

**Kata Kunci :** *Metode Boomerang Run, Metode Lateral Run, Kelincahan*

## **PENDAHULUAN**

Olahraga adalah kegiatan yang menggerakkan tubuh, dimulai dari ekstremitas bawah dan atas. Disebut suatu kegiatan karena punya tujuan akhir yaitu kualitas hidup yang lebih baik, hingga membuat tubuh sehat dan bugar. Selain digunakan sebagai kegiatan rekreasi yang menyehatkan, kegiatan yang menyehatkan ini juga cara alternatif guna mengasah kemampuan atletik atau sebagai wadah untuk menjadi atlet profesional atau prestasi atletik Raharjo, J. (2015:19)

Olahraga ialah kegiatan melatih jasmani, khususnya kegiatan jasmani yang bertujuan untuk memperkaya dan meningkatkan kemampuan, ketrampilan motorik dasar, serta ketrampilan motorik (industri olahraga). Kegiatan ini ialah bentuk pendekatan terhadap aspek kesehatan jasmani atau *physical health*, yaitu kesehatan aktif, yaitu kesehatan yang menyertai mobilitas untuk memenuhi segala kebutuhan mobilitas didalam kehidupan harian. Dari penjelasan diatas bisa disimpulkan olahraga ialah gerak tubuh yang dilakukan oleh manusia dalam rangka mewujudkan keseimbangan tubuh. Untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani, latihan kekuatan biasanya dilakukan seminggu tiga kali, sedangkan untuk keberhasilan atlet itu biasanya dilakukan enam kali seminggu. Olahraga juga penting untuk mengisi waktu luang agar tidak tertekan oleh pekerjaan yang terlalu banyak, sehingga olahraga digunakan untuk menyegarkan diri agar tidak merasa bosan. Banyak sekali manfaat olahraga secara teratur, jadi mari luangkan waktu untuk berolahraga supaya tubuh tetap sehat.

Bola voli ialah olahraga beregu yang di mainkan 2 tim dipisahkan oleh jaring/net. Setiap tim memiliki 6 pemain menggunakan lapangan persegi panjang dan pembagi yang didistribusikan di tengah lapangan, yaitu net. Permainan ini dapat di mainkan didalam dan diluar ruangan. Dalam pertandingan bola voli, setiap regu dapat mencegah agar bola tidak mengenai lapangan di lapangannya sendiri dan melompati bola melewati net hingga mendarat di lapangan lawan dengan menggunakan teknik dasar bola voli. guna memperoleh beberapa poin.

Teknik dasar bola voli udara ialah permainan yang rumit dan tak gampang dipraktikkan oleh setiap orang sebab didalam permainan bola voli membutuhkan koordinasi yang baik agar bisa melakukan semua gerakan dalamnya. Teknik dasar bola voli sangat penting karena mempengaruhi kelancaran permainan, bukan passing.

## **METODE PENELITIAN**

Menggunakan pendekatan deskriptif pada penelitian ini. Jenis penelitian digunakan ialah suatu penelitian lapangan (field research), yakni dengan memahami suatu fenomena didalam konteks sosial secara ilmiah dan mengedepankan proses interaksi/komunikasi yang mendalam diantara peneliti dan fenomena yang diteliti (Herdiansyah, 2014:18).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian, komunikasi interpersonal yang baik, berdampak baik pada komunikasi. Hal itu dikarenakan individu yang melakukan komunikasi akan memperoleh manfaat dari komunikasi tersebut. Sehingga diperlukan kesadaran untuk memelihara komunikasi itu. Didalam suatu organisasi/kelompok, penerapan komunikasi yang baik begitu di perlukan untuk berlangsungnya kegiatan organisasi atau kelompok itu.

Dalam komunikasi tersebut, berhasilnya komunikasi dilihat dari adanya keterbukaan antara individu pelaku komunikasi, saling mendukung, adanya sikap positif, adanya pemahaman antar individu yang melangsungkan komunikasi, serta kesetaraan antara pihak pelaku komunikasi. Komunikasi dijadikan alat guna mendekati pelatih dan atlet, baik dengan membahas kendala, menghadapi masalah, maupun bertukar informasi. Peran komunikasi interpersonal, keterbukaan antara pelatih dan atlet, terlihat jelas dari penuturan beberapa informan pelatih dan atlet. Seorang pelatih harus dapat memahami karakter setiap atletnya. Dan penting juga untuk mengetahui masalah yang dihadapinya, sebab ini menunjukkan bagian dari aktivitas komunikasi. Hal ini memungkinkan komunikasi antar pelatih dan atletnya untuk bisa memahami progress atlet.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **A. SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini, ditarik kesimpulan yakni komunikasi interpersonal bisa membantu pelatih didalam melatih dan pembinaan mental pada atlet club Taruna Merah Putih Semarang.

## **B. SARAN**

Saran peneliti

Pelatih hendaknya bisa meningkatkan teknik dan kemampuannya berkomunikasi pada atlet. Sehingga atlet jadi lebih terbuka pada pelatih dan pelatih bisa tahu apa keinginan atletnya. Disisi lain, atlet bisa mengetahui apa kekurangan dan kelebihanannya. Supaya bisa menciptakan suasana yang bersahabat sehingga bisa meraih tujuan yang diinginkan dicapai bersama.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Charolin, K., Pujiyanto, D., Illahi, B. R., & Sihombing, S. (2021). Komunikasi Interpersonal antara Pelatih dengan Atlet Klub Futsal Putri se-Kabupaten Kepahiang. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2 (2), 114.
- Damayanti, S., & Kusumaningtyas, R. (2020). Pengurangan Ketidakpastian Melalui Komunikasi Interpersonal Pelatih Dalam Menghadapi Pemain Baru Pada UKM Olahraga Beregu UMS (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Isfahri, M. (2021). Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Karate Dalam Meningkatkan Prestasi (*Doctoral dissertation*, UMSU).
- Karisman, V. A., Meirizal, Y., & Affandi, A. F. M. (2018). Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2 (1), 5 - 9.
- Purwoto, S. A. (2019). Hubungan Komunikasi Interpersonal Dengan Ketangguhan Mental Atlet Sepak Bola (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta)