

## PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DENGAN ATLET MENEMBAK CLUB BRAWIJAYA SC DALAM MENINGKATKAN PRESTASI PADA KEJUARAAN NASIONAL “ANTAR CLUB 2022” DI TENGAH PANDEMI COVID-19 ERA NEW NORMAL

BERLIANA LAILY RIZMAYANTI<sup>1</sup>, KUSNARTO<sup>2</sup>

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAWA TIMUR

e-mail: lailyrizma40@gmail.com

### ABSTRAK

*Peran pelatih sangat dibutuhkan demi meningkatkan rasa percaya diri dalam mencapai prestasi saat mengikuti perlombaan Nasional di tengah pandemi Covid-19 era new normal. Pelatih sebagai seorang pemimpin harus bisa meningkatkan rasa percaya diri atlet untuk mencapai prestasi. Penelitian ini membahas peran komunikasi interpersonal yang efektif antara pelatih dan atlet dalam peningkatan prestasi pada saat kejuaraan Nasional di tengah pandemi Covid-19 era new normal. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan dan menjelaskan bagaimana peran komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet olahraga menembak club Brawijaya SC dalam meningkatkan prestasi pada kejuaraan nasional “Antar Club 2022” di tengah pandemi Covid-19 era new normal. Teori yang digunakan peneliti adalah Teori Pandangan Humanistik (Devito). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti melalui wawancara mendalam, studi pustaka, dan dokumentasi. Data peneliti merupakan data wawancara mendalam dengan lima informan yang ditentukan berdasarkan purposive sampling. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diketahui bahwa pentingnya sikap keterbukaan pelatih saat latihan maupun lomba, adanya sikap empati pelatih untuk atlet lebih mendapat perhatian, sikap mendukung yang sangat membantu dalam peningkatan prestasi atlet, pentingnya sikap positif dalam program latihan atlet untuk meningkatkan prestasi, dan pentingnya sikap kesetaraan pelatih kepada seluruh atlet di tengah pandemi Covid-19 era new normal.*

**Kata Kunci:** *Peran Komunikasi Interpersonal, Pelatih, Atlet, Pandemi.*

### 1. PENDAHULUAN

Sejak tahun 2020, seluruh dunia telah dikejutkan dengan munculnya Corona Virus Disease (Covid-19) dengan jumlah pasien yang bertambah setiap harinya. Di berbagai Negara merasakan dampak dari wabah virus tersebut, hampir seluruh aspek kehidupan seperti pendidikan, ekonomi, serta politik dalam sebuah Negara juga mengalami kemunduran. Hingga saat ini, banyak negara termasuk Indonesia belum mampu

menghentikan penyebarannya karena belum ditemukan obat atau vaksinya. Gejala umum infeksi Covid-19 adalah gangguan nafas akut, batuk, pilek disertai demam. Rata-rata membutuhkan waktu 1 minggu sampai dengan 14 hari untuk virus ini berinkubasi. Bahkan virus ini bisa menyebabkan infiltrate pneumonia di paru-paru kanan dan kiri.

Pandemi Covid-19 masih belum dapat dinyatakan berakhir, namun kehidupan harus tetap berjalan. Kegiatan

rutin yang dilakukan seperti kembali bekerja, belajar, dan beribadah serta beraktivitas lainnya agar dapat tetap produktif di masa pandemi ini. Sebaliknya, jika disaat pandemi seluruh masyarakat tetap tidak diperbolehkan untuk beraktivitas maka akan berdampak pada berbagai sektor yang meliputi sosial, budaya, pertumbuhan ekonomi akan mengalami perlambatan, industri tidak berjalan, atau masyarakat kehilangan penghasilan.

Seluruh masyarakat harus bersiap untuk mulai adaptasi dengan kebiasaan hidup baru atau disebut dengan '*new normal life*' sebagaimana yang pernah dikatakan oleh Ketua Tim Pakar Gugus Percepatan Penanganan Covid-19, Wiku Adisasmito. *New normal* adalah perubahan perilaku untuk tetap melakukan aktivitas normal dengan ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19. Agar lebih mudah dipahami, *new normal* ini hanya melanjutkan kebiasaan-kebiasaan yang selama ini dilakukan saat diberlakukannya karantina wilayah atau Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB).

Sejak masa pandemi Covid-19, banyak kegiatan yang masih membutuhkan batasan dalam berinteraksi, tak terkecuali saat berolahraga. Kegiatan latihan rutin pada olahraga menembak Brawijaya *Shooting Club* juga terkena dampak dari pandemi ini. Sebelum adanya pandemi, selain latihan rutin para atlet juga sangat rajin mengikuti kejuaraan nasional yang biasanya mengakibatkan bertemu dengan banyak orang. Namun hal itu sudah tidak dilakukan mengingat protokol yang diterapkan sangat ketat, selain itu juga lebih mementingkan kesehatan dan

keselamatan para atlet menembak. Para atlet di karantina berbulan-bulan selama masa pandemi, hingga adanya surat perintah bahwa sudah diperbolehkan untuk mulai berlatih seperti biasa.

Dengan diberlakukannya *new normal*, para atlet dan pelatih melakukan aktivitas latihan rutin di lapangan menembak Kodam Surabaya dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah diatur oleh pemerintah, yaitu meliputi pemakaian masker, mencuci tangan dengan sabun sebelum memasuki lapangan, dan tetap menjaga jarak serta mengurangi interaksi juga sentuhan orang demi mencegah penularan virus corona. Sejak mewabahnya Covid-19, guna menghindari penularan, aktivitas seperti kejuaraan nasional atau kejuaraan yang pada umumnya diselenggarakan di luar kota masih dilakukan melalui daring (*online*) dengan menggunakan aplikasi Zoom. Dengan diberlakukannya *new normal*, mau tidak mau para atlet akan kembali melakukan latihan untuk mempersiapkan performa pada kompetisi yang diadakan secara daring, yang tentunya masih dalam protokol kesehatan dan keamanan yang menjamin para atlet dan pelatih dari penularan virus.

Pada awal tahun 2022, adanya kejuaraan nasional "Antar Club 2022" yang diselenggarakan secara *offline* di Jakarta. Para atlet diarahkan agar terus berlatih demi mendapat prestasi pada pertandingan tersebut. Namun saat kegiatan latihan berfokus pada kompetisi tersebut, atlet berhadapan dengan berkurangnya perasaan percaya diri. Faktor yang melatarbelakangi berkurangnya rasa percaya diri yang dialami atlet tersebut adalah prestasi atlet yang menurun sejak

masa pandemi Covid-19 dan juga kejuaraan ini merupakan kompetisi pertama secara *offline* atau ke luar kota yang diikuti oleh para atlet menembak BSC semenjak awal pandemi mewabah. Selain itu, terdapat faktor penyebab menurunnya prestasi atlet yaitu dikarenakan atlet hanya melakukan perintah pelatih saat berlatih namun tidak dengan aktif dalam bertanya atau berkonsultasi. Sehingga apa yang telah disampaikan oleh pelatih, pelatih menganggap atlet sudah memahami apa yang disampaikan oleh pelatih sampaikan.

Pada umumnya kehidupan sehari-hari manusia tidak selalu berjalan mulus, pasti setiap manusia memiliki berbagai permasalahan yang muncul sehari-hari. Terdapat banyak cara dalam menghadapi permasalahan tersebut. Jika diperhatikan dari jenisnya, tidak semua manusia dapat menyelesaikan permasalahannya sendiri namun ada yang membutuhkan bantuan orang lain agar masalah tersebut dapat terpecahkan dengan baik. Bagi seorang atlet Menembak yang tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik, permasalahan itu akan mengakibatkan tekanan dalam dirinya bahkan dapat mengganggu pikiran dan proses pengaplikasian teknik saat kegiatan berlangsung. Dengan demikian atlet menjadi terganggu juga kehilangan percaya diri sehingga dapat dikategorikan mempunyai mental yang tidak sehat. Perasaan yang seharusnya dimiliki oleh seorang atlet Menembak adalah atlet merasakan kebahagiaan, ketenangan dan keharmonisan sebelum memulai pertandingan sehingga mentalnya dapat dikategorikan mental yang sehat.

Di saat atlet Menembak akan menghadapi suatu kejuaraan, tentunya

atlet akan diberikan tambahan program latihan antara secara fisik maupun secara teknik dari pelatih. Selain pelatih, keberhasilan capaian prestasi atlet dapat diukur dari pembinaan suatu club yang menaunginya. Namun, dalam perjuangan meraih prestasi ada beberapa hal yang dapat membuat performanya menurun seperti mulai tidak fokus akan tujuan saat berlatih dan bertanding. Selain itu masalah yang masih sering dihadapi oleh para atlet Menembak pada saat kejuaraan biasanya mengenai masalah mental antara lain seperti gangguan kecemasan, berkurangnya kepercayaan diri, timbulnya rasa minder, tidak tenang, dan menggunakan emosi yang berlebihan. Hal lain mencakup permasalahan pribadi seperti dengan keluarga, teman, maupun masalah pribadi lainnya yang masih belum diselesaikan. Faktanya adalah setiap atlet memang memiliki mental yang berbeda-beda saat menghadapi permasalahannya.

Pelatih dimata para atlet adalah sosok utama bagi pertumbuhan dan perkembangan prestasinya. Demikian fungsi utama pelatih adalah sebagai tempat untuk berkomunikasi, mendidik, mengasuh, dan mensosialisasikan atlet, juga mengembangkan kemampuan seluruh anak didiknya agar dapat menjalankan fungsinya di lingkup olahraga dengan baik. Pelatih sebagai pembimbing memiliki kedudukan yang sangat penting bersama terutama sebagai *supportive activity* atau sebagai pementor. Agar hubungan ini berhasil dan berjalan efektif maka terdapat adanya keterbukaan, empati, dukungan, sifat positif dan kesetaraan antara pelatih dan pemain (Wiryanto, 2005: 36).

Dalam terjadinya proses komunikasi, pesan yang disampaikan

seorang pelatih dapat berupa pesan verbal maupun nonverbal. Pesan verbal yakni penyampaiannya menggunakan kata-kata atau ucapan sedangkan pesan nonverbal penyampaian tidak menggunakan kata-kata atau menggunakan bahasa tubuh, isyarat, simbol. Pada dasarnya setiap atlet yang hendak menghadapi kejuaraan membutuhkan dorongan untuk meningkatkan performa diri agar dapat bersaing dengan atlet Menembak lainnya. Terkait hal tersebut, pelatih harus memiliki kemampuan untuk memberi binaan serta motivasi kepada atlet agar atlet lebih bersemangat dalam mempersiapkan fisik dan teknik saat berlatih sehingga selanjutnya mampu mengaplikasikannya dalam kondisi sedang bertanding di suatu kejuaraan.

Komunikasi yang dimiliki seorang pelatih tidak akan tercapai tujuannya apabila pelatih tidak dapat menyampaikan maksud dengan baik. Begitupun dengan atlet, apabila komunikasi disampaikan pada saat keadaan tidak kondusif maka tujuannya akan tidak maksimal. Pelatih mengirimkan sebuah pesan atau arahan secara verbal maupun nonverbal kepada atlet. Pesan atau arahan yang disampaikan kemudian dilakukan oleh atlet secara langsung apabila tidak terdapat gangguan. Gangguan atau hambatan tersebut dapat berasal dari pelatih, diri atlet, maupun dari luar. Gangguan yang berasal dari pelatih contohnya seperti intonasi yang kurang jelas, besar kecilnya suara, maupun jelas atau tidaknya penyampaian pesan. Lalu gangguan dari atlet bisa saja berasal dari kondisi masing-masing atlet seperti lelah, kurang fokus, maupun kurang memahami isi pesan. Kemudian, gangguan yang berasal dari luar contohnya seperti suara

letusan tembakan, suara para penonton dan suara musik.

Berdasarkan fenomena di atas, tentu dibutuhkan adanya strategi komunikasi yang paling efektif dengan tujuan dari adanya kegiatan agar dapat dilakukan secara terarah dan terstruktur. Dengan begitu, upaya pelatih diharapkan dapat membantu dalam motivasi peningkatan prestasi atlet dengan peran komunikasi interpersonal yang dapat merubah perasaan negatif para atletnya. Disinilah peran pelatih sangat dibutuhkan demi meningkatkan rasa percaya diri dalam mencapai prestasi saat mengikuti perlombaan nasional. Pelatih sebagai seorang pemimpin harus bisa meningkatkan rasa percaya diri atlet untuk mencapai prestasi. Salah satu langkah yang dapat diterapkan untuk mengembalikan rasa percaya diri atlet pada perlombaan pertama saat memasuki era *new normal* adalah dengan komunikasi interpersonal. Pelatih harus bisa mengarahkan para atlet bagaimana mempersiapkan performa agar dapat mencapai prestasi saat perlombaan berlangsung. Oleh karena itu, tidak mudah dalam meningkatkan prestasi atlet karena dibutuhkan pemahaman dan pendekatan antara pelatih dan atlet Menembak agar dapat menerima pesan tersebut secara permanen.

Pelatih Menembak dari cabang olahraga Menembak BSC, Jawa Timur sebagai subyek penelitian. Pelatih club menembak ini sangat berpengalaman dalam menghadapi perasaan negatif yang tumbuh dalam pikiran para atlet, sehingga pelatih dapat menerapkan komunikasi interpersonal dalam menghadapi kejuaraan pertama pada era *new normal*. Peneliti memilih komunikasi interpersonal

karena dalam sebuah hubungan komunikasi interpersonal terdapat lima aspek yang dianggap paling efektif untuk mengubah sikap, pendapat, atau perilaku manusia yang berhubungan dengan proses dialogis. Lima aspek komunikasi interpersonal yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan.

Dengan adanya penelitian ini sangat diharapkan dapat mendeskripsikan dan menjelaskan tentang bagaimana peran komunikasi interpersonal yang efektif antara pelatih dan atlet dalam peningkatan prestasi pada saat kejuaraan Nasional di tengah pandemi Covid-19 era *new normal* serta memotivasi atlet dalam mencapai target prestasi pada kejuaraan tersebut.

## 2. METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi deskriptif. Menurut Sugiyono (2009) dalam bukunya mengemukakan bahwa metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, (sebagai lawannya eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai suatu masalah, gejala, fakta, peristiwa dan realitas secara luas dan mendalam sehingga diperoleh pemahaman baru.

Pelaksanaan wawancara penelitian dengan para informan pada bulan Juli. Peneliti menggunakan kota Surabaya sebagai lokasi penelitian lebih tepatnya di lapangan tembak, Kodam V Brawijaya. Adapun alasan dipilihnya lokasi penelitian

di lapangan tembak, Kodam V Brawijaya, Surabaya sebagai lokasi penelitian yaitu karena lokasi tersebut merupakan tempat dimana pelatih dan atlet Menembak BSC melakukan aktivitas berlatih sehingga memudahkan peneliti untuk melaksanakan penelitian.

Dalam penelitian ini peneliti menentukan informan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana teknik ini terdiri dari kandidat informan yang telah diseleksi atau yang memenuhi kriteria-kriteria tertentu yang dibuat peneliti berdasarkan tujuan penelitian, dan sebelumnya peneliti sudah menyusun kriteria. Kriteria untuk informan kunci adalah atas dasar pertimbangan kriteria perangkat dalam kejuaraan tingkat Nasional di tengah pandemi Covid-19 era *new normal* yakni sebagai pelatih dari cabang olahraga Menembak yang memiliki tugas utama untuk membantu para atlet meningkatkan prestasinya pada kejuaraan tersebut. Sedangkan untuk informan pendukung yakni, (1) atlet Menembak yang mengikuti kejuaraan tingkat Nasional tersebut di tengah pandemi Covid-19 era *new normal*, (2) atlet yang memiliki pengalaman menjadi atlet minimal 2 tahun di club BSC, dan (3) atlet yang pernah mengikuti kejuaraan nasional sebelum dan saat pandemi Covid-19.

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan data dari lima orang informan, sebagai berikut:

Tabel 1. Data Informan

No.	Informan	Keterangan
1.	Pak Maolan	Pelatih
2.	Putri	Atlet (1)
3.	Erlin	Atlet (2)

4.	Adib	Atlet (3)
5.	Dhandi	Atlet (4)

Dalam melakukan penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif, maka diperlukan teknik langkah-langkah untuk menganalisa data-data yang telah diperoleh. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang terdiri dari wawancara mendalam, studi pustaka, dan dokumentasi. Analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/ verifikasi menurut Matthew B. Miles & A. Michael Huberman (1992: 15-20).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti melalui wawancara mendalam, komunikasi interpersonal menjadi alat yang digunakan dalam kegiatan latihan maupun saat lomba sehingga pelatih menembak dapat membina para atlet menembak BSC untuk meningkatkan prestasi dan menjalin kedekatan bersama setelah adanya pandemi Covid-19.

#### **Keterbukaan Pelatih Dengan Atlet Dalam Meningkatkan Prestasi Menembak Pada Kejuaraan Nasional Di Era *New normal***

Menurut Devito (1997), sikap keterbukaan ini mengacu pada tiga aspek dari komunikasi interpersonal. Pertama, pelatih secara efektif terbuka kepada setiap masing-masing atlet yang sedang berinteraksi dengannya untuk mengetahui apa saja yang menjadi kegelisahan atlet selama berlatih untuk menghadapi kejuaraan nasional tersebut. Kedua, pelatih memberikan reaksi secara jujur terhadap

suatu pendapat yang disampaikan oleh masing-masing atlet. Ketiga, pelatih dan atlet dapat bertanggung jawab pada perasaan dan pemikiran masing-masing.

Pada penelitian ini, peneliti dapat memaparkan bahwa sikap keterbukaan pelatih dengan atlet terdapat dalam komunikasi interpersonal di setiap latihan maupun saat perlombaan. Pelatih secara terbuka dan jujur menyampaikan apa yang menjadi kekurangan setiap masing-masing atlet untuk dijadikan sebuah evaluasi. Demikian pula, pelatih sangat terbuka dalam hal menyampaikan ilmu serta teknik menembak yang baik dan benar dengan tujuan para atlet dapat segera mengaplikasikannya. Sehingga nantinya para atlet harus mampu mempersiapkan diri menghadapi kejuaraan nasional setelah adanya pandemi Covid-19 selama dua tahun lalu.

Atlet 2: *"Kalau pelatihku iya terbuka, namun pembedanya itu saat latihan dan saat lomba. Kalau saat latihan lebih dijelaskan secara rinci, jika saat lomba lebih dibiarkan mandiri..."*

Atlet 3: *"Kalau secara terbuka dan jujur ya bisa dikatakan iya bisa tidak juga..."*

Jika dilihat dari konteks permasalahan yang dikatakan atlet 2 dan 3, bahwa pelatih terkadang juga masih kurang terbuka dan jujur dilatarbelakangi oleh penyampaian pesan dan pemecahan masalah yang kurang rinci, maka komunikasi yang terbentuk dalam aspek ini dapat dikatakan masih kurang efektif, sebagaimana yang disebutkan oleh Judy C. Pearson dalam (Ngalimun 2018, 16-18) bahwa komunikasi antar pribadi tidak hanya berkaitan dengan kualitas isi pesan yang disampaikan saja, namun juga kekuatan antar individu saat berkomunikasi.

Atlet 1: *"Sangat terbuka dan jujur sih kalau ke aku, seperti salah satu contohnya itu ketika aku sedang mengoreksikan hasil tembakanku pelatih menunjukkan apa yang menjadi kelemahanku, kekuranganku dan apa yang harus diubah ..."*

Atlet 4: *"Kalau menurutku secara keseluruhan disaat pelatih menyampaikan suatu pesan ataupun kritikan menurutku pelatih cukup jujur dan terbuka..."*

Namun disisi lain, terdapat pernyataan atlet 1 dan 4 yang menyatakan bahwa pelatih sangat terbuka dalam memberikan evaluasi pada atlet untuk mengetahui hal yang menjadi kekurangan pada masing-masing atlet. Proses dan sikap keterbukaan informasi yang diberikan oleh pelatih dapat membantu meningkatkan prestasi para atlet. Bentuk-bentuk keterbukaan yang disampaikan pelatih menunjukkan bahwa sikap keterbukaan pelatih membantu perubahan yang baik dan lebih terstruktur pada teknik menembak para atlet.

Proses sikap keterbukaan yang diberikan oleh pelatih dapat membentuk rasa percaya antara satu sama lain dengan masing-masing atlet. Pelatih memiliki rasa kepercayaan yang ditanamkan kepada para atlet, hal itu dapat dilihat dari atlet yang dapat memahami dan mengaplikasikan ilmu-ilmu menembak yang disampaikan pelatih saat menyampaikan program latihan maupun lomba. Pelatih memberikan sebuah kepercayaan yang lebih besar ketika para atlet menunjukkan hasil pencapaian yang sudah sesuai target masing-masing atlet.

**Empati Pelatih Dengan Atlet Dalam Meningkatkan Prestasi Menembak Pada Kejuaraan Nasional Di Era *New normal***

Menurut Goleman (1996: 139) empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan masalah orang lain, berpikir dengan sudut pandang mereka, serta menghargai perbedaan perasaan orang lain tentang berbagai hal. Pelatih ketika berkomunikasi dengan atlet secara tidak langsung memiliki hubungan spiritual yang sangat lekat. Pelatih juga diharapkan mampu memahami perasaan dan kondisi masing-masing atlet. Pelatih juga dapat mengkomunikasikan sikap empati baik secara verbal maupun nonverbal.

Pada keterangan Pelatih menunjukkan bahwa sikap pelatih yang sangat peduli terhadap peningkatan prestasi atlet pada masa *new normal*, terutama dalam hal melatih mental bertanding supaya memiliki pikiran yang lebih realistis dan maju. Disimpulkan dari pernyataan keempat atlet lainnya, perkembangan prestasi para atlet berhubungan langsung dengan sikap peduli pelatih. Atlet masih sangat membutuhkan kepedulian dan perhatian dari seorang pelatih untuk dapat meraih prestasi di masa *new normal* saat ini.

Atlet 1: *"Oh ya pastinya, pelatihku sangat memperdulikan aku apalagi saat aku sedang ada masalah di lapangan selain itu juga saat di perlombaan..."*

Atlet 2: *"sebelum latihan itu biasanya bertanya tentang programnya seperti apa gitu dan juga biasanya pelatih itu lebih memperhatikan soal kondisi fisik gitu loh..."*

Atlet 3: *"Kalau biasanya itu saat ditengah latihan biasanya saat aku membutuhkan saran pasti pelatih langsung menghampiri aku dan setelah selesai latihan waktu evaluasi..."*

Atlet 4: *“Kepedulian dan perhatian yang diberikan pelatih ke aku ini sudah cukup bahkan lebih. Karena aku sendiri membutuhkan suatu arahan dari pelatih mengambil hal-hal yang benar dan membuang yang buruk...”*

Hubungan empati pelatih akan memberikan dampak kepada para atlet dalam pola pikir kesehariannya. Ketika terjadi komunikasi interpersonal, pelatih diharuskan mampu menyesuaikan dengan kebutuhan masing-masing atlet dan berkomunikasi sesuai dengan karakter setiap atlet. Berdasarkan pernyataan keempat atlet, mengungkapkan bahwa dengan cara empati ini, atlet dapat menyampaikan keluhan tentang permasalahan menembaknya.

Pada tahap memahami perasaan atlet, pelatih sudah melakukan sikap empati dan telah memahami perasaan dalam berkomunikasi antar pribadi. Namun, beberapa atlet memang masih banyak yang belum nyaman melakukan komunikasi interpersonal terhadap pelatih. Artinya proses komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet menembak BSC ini belum maksimal. Kedekatan dialogis yang terjalin masih harus dikembangkan untuk mendapat informasi yang lebih banyak, akurat dan transparan sehingga pelatih dapat memberikan feedback langsung yang dapat diterima sesuai dengan perasaan dan kondisi masing-masing atlet.

Selain bentuk komunikasi verbal yang disampaikan pelatih menembak kepada atlet BSC yang menunjukkan adanya sikap empati pelatih kepada masing-masing atlet. Adapun bentuk komunikasi non verbal pelatih yang disampaikan kepada para atlet ketika atlet sudah memiliki tekanan dalam dirinya, pelatih akan secara aktif melibatkan

gerakan atau isyarat yang menunjukkan sebuah makna tertentu. Dalam proses tersebut pelatih memberikan isyarat seperti tangan yang diarahkan ke depan mata yang artinya atlet harus lebih fokus dan kontrol pikiran terhadap tembakan, tangan yang diarahkan ke bawah di depan dada memiliki arti bahwa atlet harus lebih tenang dalam mengambil keputusan pertembakan, dan ketika pelatih mengacungkan jari telunjuk maka artinya atlet harus istirahat sejenak meregangkan otot agar tidak tegang.

#### **Sikap Mendukung Pelatih Dengan Atlet Dalam Meningkatkan Prestasi Menembak Pada Kejuaraan Nasional Di Era *New normal***

Berdasarkan karya yang merujuk pada Jack Gibb (1961), Hubungan interpersonal yang efektif adalah hubungan dimana terdapat sikap mendukung. Dengan adanya pandemi Covid-19 yang membuat intensitas latihan menjadi berkurang, masalah yang paling banyak dialami oleh atlet adalah mental dan psikologi para atlet yang harus lebih dipersiapkan kembali untuk menghadapi kejuaraan nasional.

Adapun Pelatih yang memberi keterangan bahwa pelatih akan selalu melakukan komunikasi dengan atlet sesuai dengan kondisi mereka, namun hal itu juga harus didasari dari perasaan atletnya sendiri karena perasaan dan kondisi masing-masing atlet berbeda-beda. Maksud dari pernyataan di atas, pelatih harus memperhatikan segala hal yang diucapkan oleh atlet ketika berbicara kemudian memberikan tanggapan yang sesuai kebutuhannya. Begitu pun sebaliknya, para atlet juga harus bersedia untuk meninjau kembali pendapat yang



diberikan pelatih. Menurut atlet 2 dan 3, bahwa pelatih selalu melakukan komunikasi interpersonal dengan pembawaan yang membuat antar pihak merasa nyaman saat mengeluarkan berbagai pendapat.

Atlet 2: *"Kalau dukungan, aku lebih suka yang modelnya seperti saat pelatih yang sering memberikan saran-saran ketika ada di perlombaan, karena aku tahu sendiri kalau pelatihku tidak memegang aku sendiri..."*

Atlet 3: *"Dukungannya itu lebih ke kata-kata yang bisa membuat mentalku semakin percaya diri meskipun ini termasuk lomba offline yang pertama setelah pandemi dan tidak akan menutup kemungkinan untuk kita berprestasi. Lalu juga sering diberikan saran untuk aku..."*

Atlet 4: *"Bagi saya dukungan yang diberikan oleh pelatih itu seperti sebuah kritikan dan saran itu merupakan dampak yang besar bagi saya dan atlet lainnya agar bisa lebih berkembang lebih jauh lebih baik lagi kedepannya..."*

Dalam hal ini, bentuk-bentuk sikap dukungan yang diberikan oleh pelatih mencakup pemberian motivasi di setiap pertemuan sebagai dorongan atlet agar lebih berkembang dan bisa meningkatkan prestasinya. Adapun atlet 2, 3, dan 4 yang memberikan pernyataan semua saran dan kritikan yang diberikan pelatih merupakan sebuah dukungan bagi beberapa atlet untuk dapat lebih memperbaiki teknik menembaknya.

Atlet 1: *"Dukungannya kurang lebih ya seperti misalnya diadakan latihan fisik bersama yang dimana itu dipandu oleh pelatih sendiri tujuannya agar atlet-atlet memiliki motivasi untuk latihan fisik seperti itu sendiri di rumah..."*

Pernyataan lain dari atlet 1, bahwa adanya latihan fisik dan *scoring* yang

terjadwal setiap bulan merupakan salah satu gambaran dukungan nyata yang dilakukan oleh pelatih, karena dengan jadwal latihan fisik dan *scoring* yang terstruktur maka atlet akan terbiasa dengan pola tersebut.

Pemberian arahan dari pelatih kepada para atlet harus sudah sesuai dengan kepribadian masing-masing atlet. Saran dan kritikan yang terus disampaikan pelatih kepada atlet akan memberikan dorongan menuju pada pembentukan pola pikir dalam menembak. Sehingga terbentuknya pola pikir dan kepribadian atlet tidak bisa dijauhkan dari peran pelatih. Kualitas yang dihasilkan oleh para atlet pun merupakan andil dari pelatih dalam memberikan bimbingan dalam menembak.

### **Sikap Positif Pelatih Dengan Atlet Dalam Meningkatkan Prestasi Menembak Pada Kejuaraan Nasional Di Era *New normal***

Salah satu faktor penunjang kualitas diri dari komunikasi interpersonal adalah sikap positif. Dorongan yang positif mendukung citra pribadi dan akan membuat hubungan lebih baik. Sehubungan dengan yang dikatakan oleh Devito dalam (Suranto AW, 2011: 84), perilaku positif komunikasi interpersonal akan efektif apabila memiliki perilaku positif. Di lingkungan menembak, seorang pelatih dituntut untuk selalu mempunyai sikap positif. Dikarenakan sikap tersebut mampu memberikan efek yang baik untuk atlet dalam berpola pikir dan berkomunikasi.

Seperti yang diungkapkan Pelatih, bahwa jika pelatih membangun nilai negatif kepada para atlet maka tidak akan terjadi peningkatan prestasi. Artinya

bahwa sikap positif merupakan media komunikasi interpersonal yang harus dimiliki semua orang. Demikian pula pada keberhasilan seorang atlet tidak selalu diukur dari hasil yang melebihi skor atlet lain. Pelatih selalu mengatakan bahwa lawan terberat adalah diri sendiri yang artinya atlet harus bisa melampaui dirinya sendiri. Adapun atlet 1 yang menyatakan bahwa bentuk sikap positif yang diberikan oleh pelatih dengan memberikan motivasi-motivasi pencapaian para senior agar para atlet terdorong untuk lebih meningkatkan prestasi dalam menembak.

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat berbagai macam bentuk sikap positif yang dicerminkan oleh pelatih kepada para atlet. Sikap positif pelatih memberikan peran besar terhadap perkembangan atlet. Sebelumnya telah diutarakan oleh atlet 1 dan 4, bentuk sikap positif pelatih ini terlihat bahwa pelatih memiliki sifat yang dapat mencairkan suasana ketika terjadi interaksi interpersonal pelatih berusaha membuat ketegangan menghilang sehingga atlet bisa lebih tenang ketika menghadapi suatu permasalahan.

Atlet 2: *"Misalnya program A untuk hari ini, kemudian untuk hari esoknya itu ganti menjadi program B menurutku secara tidak langsung hal yang seperti itulah yang membuat moodku bagus karena programnya jadi variatif..."*

Atlet 3: *"misalnya aku diberi program tetap di waktu yang berturut-turut sebenarnya membuat aku bosan karena saat evaluasi pun yang dibicarakan pelatih hanya seputar program itu tadi..."*

Disisi lain terdapat pernyataan atlet 2 dan 3 yang menyatakan bahwa program latihan yang diberikan kurang bervariasi.

Salah satu hal yang menjadi hambatan tidak berhasilnya komunikasi interpersonal adalah masih sering diterapkannya program latihan yang permanen atau tidak bervariasi. Namun cara tersebut sebenarnya memang efisien untuk mendisiplinkan atlet secara menyeluruh. Secara kepribadian harus ada pandangan positif yang dibangun oleh keduanya supaya para atlet tidak memberikan pandangan negatif terhadap perlakuan tersebut, maka pelatih tetap harus menambahkan penegasan maksud dan tujuan kenapa program latihan yang seperti itu dilakukan.

#### **Kesetaraan Pelatih Dengan Atlet Dalam Meningkatkan Prestasi Menembak Pada Kejuaraan Nasional Di Era *New normal***

Dalam setiap situasi, masih sering terdapat ketidaksetaraan dalam segala hal. Apalagi di lingkungan menembak ini yang berisi beraneka ragam latar belakang atlet, semua berbeda-beda. Ada yang lebih giat latihan, lebih paham, lebih disiplin, atau yang lebih atletis daripada yang lainnya. Tidak pernah ada dua orang yang benar-benar setara dalam segala hal. Dalam bentuk perilaku, artinya bahwa tindakan yang dipilih adalah yang relevan dengan tujuan komunikasi antar pribadi, yaitu secara nyata melakukan aktivitas untuk terjalannya kerjasama (Suranto AW, 2011: 83).

Dari keterangan Pelatih, bahwasannya pelatih tidak dapat melakukan sikap kesetaraan jika dilihat dari segi usia, tingkat pemahaman, dan segi tanggung jawab setiap atlet. Namun pelatih akan melakukan kesetaraan dalam hal pendekatan kepribadian kepada masing-masing atlet. Di dalam penjelasan

kesetaraan, komunikasi interpersonal yang terjadi bisa efektif apabila tidak ada perbedaan satu sama lain. Menurut hasil wawancara dengan atlet, perilaku kesetaraan pelatih akan setara jika menyangkut target capaian prestasi namun akan berbeda sikap pada interpersonalnya yang menyangkut usia dan segi pemikiran atlet.

Dalam tahapan kedudukan seorang pelatih, pelatih mengungkapkan bahwa tidak adanya perbedaan menyangkut hal tersebut. Pelatih bertanggung jawab dalam hal membina para atlet agar dapat mencapai suatu tingkat prestasi yang sudah ditargetkan. Dapat disimpulkan bahwa kesetaraan yang terjadi dalam lingkungan menembak ini adalah ketika sedang terjadi interaksi antara pelatih dengan atlet. Keterkaitan antara peran komunikasi interpersonal pelatih dari segi kesetaraan berperan penting dalam meningkatkan prestasi atlet.

Atlet 1: *"Berhubung pelatihku ini termasuk atlet juga dulunya, jadi ketika interaksi pelatihku ini tipe orang yang selalu memposisikan dirinya selayaknya atlet juga..."*

Atlet 2: *"Kalau sama rata sih tidak ya, namun setiap pelatih itu emang harus memposisikan dirinya sebagai atlet sih tidak bisa memaksakan kehendaknya sendiri..."*

Atlet 3: *"Menurutku sih kalau soal kedudukan tentu pelatih tetap menjadi seorang pelatih karena memang yang memberi aku saran, evaluasi, program latihan dan lain sebagainya adalah pelatih..."*

Atlet 4: *"Menurut saya, pelatih itu bukan seseorang yang berlagak seperti merasa diagungkan..."*

Hasil dari keterangan atlet 1, 2, 3, dan 4 yang menyatakan bahwa dengan adanya pelatih yang memiliki pengalaman menjadi atlet membuat pelatih dapat

memposisikan dirinya selayaknya seorang atlet yang sedang berjuang. Pelatih yang memiliki sikap seperti itulah yang akan mampu memberikan pemecahan masalah kepada atlet yang membutuhkan bantuan tersebut. Disisi lain, masih terdapat kesenjangan antara atlet senior dan atlet junior. Tentu saja peran kesetaraan pelatih sangat dibutuhkan ketika situasi seperti ini yang memang sudah terjadi di lingkungan menembak.

#### 4. KESIMPULAN

Setelah menganalisis peran komunikasi interpersonal pelatih dalam meningkatkan prestasi atlet menembak club Brawijaya SC dalam meningkatkan prestasi pada kejuaraan nasional "Antar Club 2022" di tengah pandemi Covid-19 era new normal. Terdapat beberapa kesimpulan yang dapat ditarik, yaitu peran komunikasi interpersonal pelatih dalam meningkatkan prestasi atlet menurut data yang peneliti peroleh dapat dikatakan efektif. Hal tersebut diketahui dari beberapa bukti dan indikator yang telah peneliti analisis peran komunikasi interpersonal dalam meningkatkan prestasi atlet. Peran pelatih sebagai seorang pemimpin serta pembimbing dalam memberikan arahan pada program latihan dan perlombaan yang bertugas untuk meningkatkan rasa percaya diri atlet, mengarahkan para atlet bagaimana mempersiapkan performa agar dapat mencapai prestasi saat perlombaan berlangsung, serta memberikan motivasi-motivasi yang membangun.

Dengan adanya sikap keterbukaan dan saling memberikan feedback dalam memberikan serta menerima arahan antara pelatih dan atlet maka tingkat pemahaman atlet akan lebih meningkat atau atlet akan dapat langsung mengaplikasikan pada kegiatan menembaknya. Serta adanya sikap empati antara pelatih yang memahami perasaan serta kepedulian kepada atlet dalam kegiatan latihan memberikan dampak dan manfaat baik bagi para atlet. Adapun sikap mendukung pelatih motivasi sebagai dorongan untuk lebih berkembang serta adanya saran dan kritik yang diberikan pelatih merupakan sebuah dukungan untuk lebih memperbaiki teknik menembaknya. Terdapat sikap positif yang menjadi salah satu berhasilnya suatu tujuan komunikasi pelatih yaitu dengan atlet memiliki pola pikir bahwa lawan terberat adalah diri sendiri yang artinya atlet harus bisa melampaui dirinya sendiri. Demikian pada sikap kesetaraan, dalam situasi ini pelatih tidak bisa menyamaratakan atlet dari segi usia, tingkat pemahaman, dan segi tanggung jawab setiap atlet. Pelatih akan bersikap adil dengan memberikan hal yang sama dari sikap kesetaraan pelatih dalam pemberian program, briefing lomba, perhatian dan kepedulian. Komunikasi yang dialogis sangat penting dalam membimbing atlet karena lebih efektif dalam membantu peningkatan prestasi seorang atlet, sehingga proses interaksi saat latihan pun dapat lebih efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- AW, Suranto. (2011). Komunikasi Interpersonal. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Conny R, Semiawan. (2010). Metode Penelitian Kualitatif. Jakarta: Grasindo.
- Damayanti, L. (2021). Peran Komunikasi Interpersonal Orang Tua dengan Anak untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Anifa*. <https://doi.org/10.32505/anifa.v1i1.2428>
- Daniar, A., & Nurhaniza, Z. (2021). Peran Komunikasi Interpersonal Kepala Sekolah Mendorong Guru Sekolah Alam Bandung dalam Bekerja dan Berprestasi. *Komunikologi: Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi Dan Sosial*, 5(1), 41. <https://doi.org/10.30829/komunikologi.v5i1.9313>
- Devito, Joseph. (1997). Komunikasi Antarmanusia. Jakarta: Professional Books.
- Erdiyanti, Y. P. (2018). Peran Komunikasi Interpersonal Orang Tua Terhadap Anak Berprestasi Akademik Dalam Pembentukan Karakter Yang Positif Dan Minat Belajar. *Jurnal Universitas Majalengka*.
- Gibb, Jack R. (1961). "Defensive Communication" *Journal Of Communication*. 11/3.
- Goleman, D. (1996). Kecerdasan Emosional. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hanif, A. R. (2019). Peran Komunikasi Interpersonal dalam membentuk

- Kemandirian. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 9(25), 1–108.
- Huberman, & Miles. (1992). Analisis data kualitatif Terj. Tjejep Rohidi. Jakarta: UI Press.
- Janata, J. (2020). Peran Komunikasi Interpersonal Pegawai Dalam Memberikan Pelayanan Kepada Tamu (Studi pada Hotel Guest House Sutos Sungailiat Bangka). *Studia Komunika: Jurnal Ilmu Komunikasi*. <https://doi.org/10.47995/jik.v3i1.37>
- Lanes, L. G., Warouw, D. M. ., & Mingkid, E. (2021). Peran Komunikasi Antarpribadi Orang Tua Dalam Proses Belajar Daring Bagi Anak Di SD Negeri 15 Manado. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Meti, M., & Nurhidayah, Y. (2018). PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL ORANG TUA DAN ANAK DALAM MEMBERIKAN MOTIVASI BELAJAR. *ORASI: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*. <https://doi.org/10.24235/orasi.v9i1.2961>
- Nadia, R. P., & Delliana, S. (2020). Peran Komunikasi antara Guru dan Murid dalam Membangun Minat Belajar di Komunitas Jendela Jakarta. *Jurnal Komunikasi*, 14(1), 83–94. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v14i1.7019>
- Ngalmun. (2018). Komunikasi Interpersonal. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Jakarta: Alfabeta.
- Ulfa, A., Fitria, H., & Nurkhalis, N. (2021). Peranan Komunikasi Interpersonal Kepala Sekolah dalam Meningkatkan Kinerja Guru. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 1223–1230. Retrieved from <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1092>
- Wiryanto, (2005). Pengantar Ilmu Komunikasi, Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Wuwungan, N. (2016). Peran Komunikasi Interpersonal Guru Dan Sekolah Pembina Luar Biasa Provinsi. *E-Journal Ilmu Komunikasi*, 4(4), 294–304.
- Zulkifli, M. (2019). Peranan Komunikasi Interpersonal Guru dalam Meningkatkan Pengetahuan Anak (Studi pada Guru-guru di PAUD Kharisma dan PAUD Lestari). *Pamator Journal*, 12(1). <https://doi.org/10.21107/pamator.v12i1.5180>