

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka adalah proses umum yang kita lalui untuk mendapatkan teori lebih dahulu. Mencari kepustakaan yang terkait dengan tugas, lalu menyusunnya. Kajian pustaka meliputi pengidentifikasian secara sistematis, penemuan dan analisis dokumen yang memuat informasi yang berkaitan dengan masalah penelitian. (Ardianto 2010:37) atau bisa juga dikatakan Tinjauan pustaka dalam sebuah penelitian ini berisi definisi dan tinjauan yang berkaitan dengan komunikasi secara umum serta pendekatan-pendekatan yang digunakan dalam penelitian.

2.1.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Berdasarkan tinjauan pustaka, peneliti pengawali dengan menelaah penelitian terdahulu yang dinilai relevan dan berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Dengan demikian peneliti mendapatkan rujukan pendukung, pelengkap, dan perbandingan untuk memberikan gambaran mengenai kajian dan permasalahan yang terkait dalam penelitian yang diteliti oleh peneliti.

Peneliti menemukan beberapa referensi penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang sedang dilakukan peneliti. Studi penelitian terdahulu sangat penting sebagai bahan acuan yang membantu peneliti dalam merumuskan asiansi dasar, untuk mengembangkan Komunikasi Interpersonal

Antara Pelatih dengan Atlet Victory Taekwondo *Club* Kota Bandung berikut adalah beberapa hasil penelitian yang dijadikan sebagai referensi :

Tabel 2.1

Tinjauan Penelitian Terdahulu

NO	1	2	3
NAMA	Ria Putri Oktaviani	Agung Maulana	Sherly Kurniasari Saputro
PERGURUAN TINGGI	Universitas Negeri Yogyakarta	Universitas Komputer Indonesia	Universitas Kristen Petra
JUDUL PENELITIAN	(SKRIPSI) Komunikasi Interpersonal Pelatih Sepak Bola Di Unit Kegiatan Mahasiswa Sepak Bola Universitas Negeri Yogyakarta	(SKRIPSI) Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Dengan Pemain Vamos Futsal Club (Studi Deskriptif Mengenai Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Dengan Pemain Vamos Futsal Club Dalam Meningkatkan Prestasi Tim)	(Jurnal Penelitian) Proses komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Yang Merangkap Sebagai Atlet Dengan Atlet Panjat Tebing Yang Dilatihnya
TAHUN	2013	2016	2014
METODE	Kualitatif	Kualitatif	Kualitatif
HASIL	Komunikasi Interpersonal Pelatih Sepakbola Di UKM Sepakbola Universitas Negeri Yogyakarta Berada Pada Kategori Tinggi	Menunjukkan Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Dengan Pemain Vamos Futsal Club sikap terbuka antara pelatih dengan pemain dalam menyampaikan pesan mampu menciptakan suasana yang menyenangkan untuk meningkatkan prestasi tim .	Proses komunikasi interpersonal yang terjadi dimaknai pelatih sebagai forum untuk saling memotivasi

NO	1	2	3
NAMA	Ria Putri Oktaviani	Agung Maulana	Sherly Kurniasari Saputro
PERBEDAAN	<p>Penelitian Ria menunjukkan Komunikasi Interpersonal Pelatih Sepakbola Di UKM Sepakbola Universitas Negeri Yogyakarta Berada Pada Kategori Tinggi sedangkan penelitian ini Untuk Mengetahui Komunikasi Interpersonal Pelatih Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Victory Taekwondo Club Kota Bandung</p>	<p>Penelitian Agung menunjukkan Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Dengan Pemain Vamos Futsal Club bermanfaat dalam meningkatkan prestasi tim sedangkan Peneliti ini Untuk Mengetahui Komunikasi Interpersonal Pelatih Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Victory Taekwondo Club Kota Bandung</p>	<p>Penelitian Sherly menunjukkan bahwa Proses komunikasi interpersonal yang terjadi dimaknai pelatih sebagai forum untuk saling memotivasi sedangkan Peneliti ini Untuk Mengetahui Komunikasi Interpersonal Pelatih Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Victory Taekwondo Club Kota Bandung</p>

Sumber : peneliti, 2019

2.1.2 Tinjauan Tentang Komunikasi

Komunikasi adalah hubungan kontak antara manusia baik individu maupun kelompok. Dalam kehidupan sehari-hari disadari atau tidak komunikasi adalah bagian dari kehidupan manusia itu sendiri. Selain itu komunikasi diartikan pula sebagai hubungan atau kegiatan-kegiatan yang ada kaitannya dengan masalah hubungan atau dapat diartikan bahwa komunikasi adalah proses saling bertukar pikiran.

Definisi komunikasi menurut Deddy Mulyana menjelaskan bahwa:

“Kata Komunikasi atau *communication* dalam bahasa Inggris berasal dari kata Latin *communis* yang berarti “sama”, *communico*, *communicatio*, atau *communicare* yang berarti “membuat sama” (*to make common*). Istilah pertama (*communis*) adalah istilah yang paling sering disebut sebagai asal-usul kata komunikasi, yang merupakan akar dari kata-kata latin lainnya yang mirip. Komunikasi menyarankan bahwa suatu pikiran, suatu makna, atau suatu pesan dianut secara sama”. (Mulyana, 2007: 4)

Komunikasi bukan sekedar tukar menukar pikiran serta pendapat saja tetapi kegiatan yang dilakukan untuk berusaha mengubah pendapat dan tingkah laku orang lain. Seperti definisi komunikasi yang diungkapkan oleh para ahli menurut Everett M. Rogers dan Lawrence Kincaid yang dikutip oleh Wiryanto dalam bukunya yang berjudul Pengantar Ilmu Komunikasi, mendefinisikan komunikasi adalah:

“Komunikasi adalah suatu proses di mana dua orang atau lebih membentuk atau melakukan pertukaran informasi antara satu sama lainnya, yang pada gilirannya terjadi saling pengertian yang mendalam”. (Wiryanto, 2004: 6)

Dengan demikian komunikasi itu adalah persamaan pendapat dan untuk kepentingan itu maka orang harus merubah orang lain dahulu, sebelum orang lain itu berpendapat, bersikap, dan bertingkah laku yang sama dengan kita.

Sedangkan menurut Carl I Hovland yang dikutip oleh Mahi M. Hikmat dalam bukunya Etika & Hukum Pers menyatakan bahwa komunikasi adalah “Proses mengubah perilaku orang lain (*communication in he process to modify the behavior of other individuals*)”. (Hikmat, 2011:69)

Bahwa komunikasi memungkinkan manusia untuk mengemukakan ide-ide atau gagasan, perasaan dan sikap. Selain itu manusia dapat pula

mengetahui ide-ide perasaan dan sikap individu lainnya yang akhirnya terdapat pengertian diantara individu-individu.

2.1.3 Tinjauan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal atau nonverbal. “Komunikasi interpersonal ini adalah komunikasi yang hanya dua orang, seperti suami istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru-murid dan sebagainya” (Mulyana, 2000: 73)

Pada hakekatnya komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar komunikator dengan komunikan, komunikasi jenis ini dianggap paling efektif dalam upaya mengubah sikap, pendapat atau perilaku seseorang, karena sifatnya yang dialogis berupa percakapan.

“Arus balik bersifat langsung, komunikator mengetahui tanggapan komunikan ketika itu juga. Pada saat komunikasi dilancarkan, komunikator mengetahui secara pasti apakah komunikasinya positif atau negatif, berhasil atau tidaknya. Jika ia dapat memberikan kesempatan pada komunikan untuk bertanya seluas-luasnya” (Sunarto, 2003 : 13).

2.1.3.1 Klasifikasi Komunikasi Interpersonal

Redding yang dikutip Muhammad (2004 : 159-160) mengembangkan klasifikasi Komunikasi Interpersonal menjadi interaksi intim, percakapan sosial, interogasi atau pemeriksaan dan wawancara.

- a. Interaksi intim termasuk komunikasi di antara teman baik, anggota famili, dan orang-orang yang sudah mempunyai ikatan emosional yang kuat.
- b. Percakapan sosial adalah interaksi untuk menyenangkan seseorang secara sederhana. Tipe komunikasi tatap muka penting bagi

pengembangan hubungan informal dalam organisasi. Misalnya dua orang atau lebih bersama-sama dan berbicara tentang perhatian, minat di luar organisasi seperti isu politik, teknologi dan lain sebagainya. (Muhammad, 2004 : 159-160)

2.1.3.2 Tujuan Komunikasi Interpersonal

Redding yang dikutip Muhammad (2004 : 159-160) menyatakan Komunikasi Interpersonal mungkin mempunyai beberapa tujuan. Di sini akan dipaparkan 6 tujuan, antara lain :

a. Menemukan Diri Sendiri

Salah satu tujuan Komunikasi Interpersonal adalah menemukan personal atau pribadi. Bila kita terlibat dalam pertemuan Interpersonal dengan orang lain kita belajar banyak sekali tentang diri kita maupun orang lain. Komunikasi Interpersonal memberikan kesempatan kepada kita untuk berbicara tentang apa yang kita sukai, atau mengenai diri kita.

Sangat menarik dan mengasyikkan bila berdiskusi mengenai perasaan, pikiran, dan tingkah laku kita sendiri. Dengan membicarakan diri kita dengan orang lain, kita memberikan sumber balikan yang luar biasa pada perasaan, pikiran, dan tingkah laku kita.

b. Menemukan Dunia Luar

Hanya Komunikasi Interpersonal menjadikan kita dapat memahami lebih banyak tentang diri kita dan orang lain yang berkomunikasi

dengan kita. Banyak informasi yang kita ketahui datang dari Komunikasi Interpersonal, meskipun banyak jumlah informasi yang datang kepada kita dari media massa hal itu seringkali didiskusikan dan akhirnya dipelajari atau dialami melalui interaksi Interpersonal.

c. Membentuk Dan Menjaga Hubungan Yang Penuh Arti

Salah satu keinginan orang yang paling besar adalah membentuk dan memelihara hubungan dengan orang lain. Banyak dari waktu kita digunakan dalam komunikasi interpersonal diabdikan untuk membentuk dan menjaga hubungan sosial dengan orang lain.

d. Berubah Sikap Dan Tingkah Laku

Banyak waktu kita digunakan untuk mengubah sikap dan tingkah laku orang lain dengan pertemuan interpersonal. Kita boleh menginginkan mereka memilih cara tertentu, misalnya mencoba diet yang baru, membeli barang tertentu, melihat film, menulis membaca buku, memasuki bidang tertentu dan percaya bahwa sesuatu itu benar atau salah. Kita banyak menggunakan waktu waktu terlibat dalam posisi interpersonal.

e. Untuk Bermain Dan Kesenangan

Bermain mencakup semua aktivitas yang mempunyai tujuan utama adalah mencari kesenangan. Berbicara dengan teman mengenai aktivitas kita pada waktu akhir pekan, berdiskusi mengenai olahraga, menceritakan cerita dan cerita lucu pada umumnya hal itu

adalah merupakan pembicaraan yang untuk menghabiskan waktu. Dengan melakukan komunikasi interpersonal semacam itu dapat memberikan keseimbangan yang penting dalam pikiran yang memerlukan rileks dari semua keseriusan di lingkungan kita.

f. Untuk Membantu

Ahli-ahli kejiwaan, ahli psikologi klinis dan terapi menggunakan komunikasi interpersonal dalam kegiatan profesional mereka untuk mengarahkan kliennya. Kita semua juga berfungsi membantu orang lain dalam interaksi interpersonal kita sehari-hari. Kita berkonsultasi dengan seorang teman yang putus cinta, berkonsultasi dengan mahasiswa tentang mata kuliah yang sebaiknya diambil dan lain sebagainya.

2.1.3.3 Tinjauan Efektivitas Komunikasi Interpersonal

Efektivitas Komunikasi Interpersonal dimulai dengan lima kualitas umum yang dipertimbangkan yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*)".

a. Keterbukaan (*Openness*)

Kualitas keterbukaan mengacu pada sedikitnya tiga aspek dari komunikasi interpersonal. Pertama, komunikator interpersonal yang efektif harus terbuka kepada orang yang diajaknya berinteraksi. Ini tidaklah berarti bahwa orang harus dengan segera membukakan semua riwayat hidupnya. Memang ini mungkin

menarik, tapi biasanya tidak membantu komunikasi. Sebaliknya, harus ada kesediaan untuk membuka diri mengungkapkan informasi yang biasanya disembunyikan, asalkan pengungkapan diri ini patut.

Aspek keterbukaan yang kedua mengacu kepada kesediaan komunikator untuk bereaksi secara jujur terhadap stimulus yang datang. Orang yang diam, tidak kritis, dan tidak tanggap pada umumnya merupakan peserta percakapan yang menjemukan. Kita ingin orang bereaksi secara terbuka terhadap apa yang kita ucapkan. Dan kita berhak mengharapkan hal ini. Tidak ada yang lebih buruk daripada ketidak acuhan, bahkan ketidaksependapatan jauh lebih menyenangkan

Kita memperlihatkan keterbukaan dengan cara bereaksi secara spontan terhadap orang lain. Aspek ketiga menyangkut kepemilikan perasaan dan pikiran. Terbuka dalam pengertian ini adalah mengakui bahwa perasaan dan pikiran yang anda lontarkan adalah memang milik anda dan anda bertanggungjawab atasnya. Cara terbaik untuk menyatakan tanggung jawab ini adalah dengan pesan yang menggunakan kata Saya (kata ganti orang pertama tunggal).

b. Empati (*empathy*)

Empati sebagai kemampuan seseorang untuk ‘mengetahui’ apayang sedang dialami orang lain pada suatu saat tertentu, dari sudut

pandang orang lain itu, melalui kaca mata orang lain itu. Bersimpati, di pihak lain adalah merasakan bagi orang lain atau merasa ikut bersedih. Sedangkan berempati adalah merasakan sesuatu seperti orang yang mengalaminya, berada di kapal yang sama dan merasakan perasaan yang sama dengan cara yang sama.

Orang yang empatik mampu memahami motivasi dan pengalaman orang lain, perasaan dan sikap mereka, serta harapan dan keinginan mereka untuk masa mendatang. Secara nonverbal, kita dapat mengkomunikasikan empati dengan memperlihatkan 1. Keterlibatan aktif dengan orang itu melalui ekspresi wajah dan gerak-gerik yang sesuai; 2. konsentrasi terpusat meliputi kontak mata, postur tubuh yang penuh perhatian, dan kedekatan fisik; serta 3. sentuhan atau belaian yang sepantasnya.

c. Sikap mendukung (*supportiveness*)

Hubungan interpersonal yang efektif adalah hubungan dimana terdapat sikap mendukung (*supportiveness*). Suatu konsep yang perumusannya dilakukan berdasarkan karya Jack Gibb. Komunikasi yang terbuka dan empatik tidak dapat berlangsung dalam suasana yang tidak mendukung. Kita memperlihatkan sikap mendukung dengan bersikap 1. *deskriptif*, bukan *evaluatif*, 2. spontan, bukan *strategic*, dan 3. *provisional*, bukan sangat yakin.

d. Sikap positif (*positiveness*)

Kita mengkomunikasikan sikap positif dalam komunikasi interpersonal dengan sedikitnya dua cara: 1. menyatakan sikap positif dan 2. secara positif mendorong orang yang menjadi teman kita berinteraksi. Sikap positif mengacu pada sedikitnya dua aspek dari komunikasi interpersonal. Pertama, komunikasi interpersonal terbina jika seseorang memiliki sikap positif terhadap diri mereka sendiri. Kedua, perasaan positif untuk situasi komunikasi pada umumnya sangat penting untuk interaksi yang efektif. Tidak ada yang lebih menyenangkan daripada berkomunikasi dengan orang yang tidak menikmati interaksi atau tidak bereaksi secara menyenangkan terhadap situasi atau suasana interaksi.

e. Kesetaraan (*Equality*)

Dalam setiap situasi, barangkali terjadi ketidaksetaraan. Salah seorang mungkin lebih pandai. Lebih kaya, lebih tampan atau cantik, atau lebih pemain dari pada yang lain. Tidak pernah ada dua orang yang benar-benar setara dalam segala hal.

Terlepas dari ketidaksetaraan ini, komunikasi interpersonal akan lebih efektif bila suasananya setara. Artinya, harus ada pengakuan secara diam-diam bahwa kedua pihak sama-sama bernilai dan berharga.

Suatu hubungan interpersonal yang ditandai oleh kesetaraan, ketidak-sependapatan dan konflik lebih dilihat sebagai upaya

untuk memahami perbedaan yang pasti ada daripada sebagai kesempatan untuk menjatuhkan pihak lain. Kesetaraan tidak mengharuskan kita menerima dan menyetujui begitu saja semua perilaku verbal dan nonverbal pihak lain. Kesetaraan berarti kita menerima pihak lain, atau meminta kita untuk memberikan penghargaan positif tak bersyarat kepada orang lain.

2.1.4 Tinjauan Pelatih

2.1.4.1 Pengertian Pelatih

Pelatih dapat disebut sebagai sebuah profesi. Pernyataan ini muncul karena selama ini yang tampil sebagai pelatih diantaranya tidak melalui proses pendidikan yang memadai. Diantaranya hanya mengandalkan kemampuan berdasarkan pengalaman/sebagai mantan atlet dalam suatu cabang olahraga. Ciri sebuah profesi menurut Yunus dalam bukunya Dasar-dasar kepelatihan Olahraga (1998: 12) adalah:

1. Memiliki etika profesi yang mengutamakan pemberian layanan pada khalayak,
2. Menempuh masa latihan dan atau pendidikan dalam waktu yang lama
3. Memiliki landasan ilmu pengetahuan sehingga praktek layanannya dapat dipertanggung jawabkan.

Untuk meningkatkan mutu pembinaan dibutuhkan pula peningkatan mutu pelatih, kualifikasi dan kemampuannya harus

ditingkatkan. Beberapa kemampuan minimal yang harus dikuasai pelatih olahraga menurut Yunus (1998: 13) adalah sebagai berikut:

1. Penghayatan terhadap etika profesi
2. Pemahaman dan penerapan ilmu keolahragaan
3. Penguasaan keterampilan dalam suatu cabang olahraga
4. Penguasaan strategi belajar mengajar atau melatih
5. Keterampilan sosial mencakup kemampuan bergaul, berkomunikasi, mempengaruhi orang lain dan memimpin.

Setelah menyimak serta memahami teori-teori tersebut diatas, seorang pelatih yang cakap dan memenuhi kualifikasi sebagai pelatih kadang kala gagal menghasilkan prestasi.

Menurut Lutan, Prawirasaputra, & Yusup (2000: 3), pelatih berperan sebagai pengelola program pelatihan yang mencakup kegiatan perencanaan, pelaksanaan, pengawasan, dan penilaian. Ketika berlatih, atlet dihadapkan dengan tugas kerja sebagai beban yang harus diatasinya. Tuntutan dan kebutuhan bagi seorang pelatih untuk menguasai sumber informasi terbaru yang dapat dipercaya mengenai kepelatihan agar praktik pembinaannya berlangsung efektif dan dapat dipertanggungjawabkan.

Pelatih dapat diartikan sebagai seseorang yang bertugas untuk mengarahkan seseorang yang dilatih sehingga menguasai suatu keterampilan dalam bidang tertentu. Dalam kajian olahraga pelatih adalah seseorang yang melatih atlet dalam cabang olahraga tertentu.

Menurut Windarta Natal dalam bukunya pemahaman terhadap proses pelatihan antara pelatih sepakbola yang berpendidikan formal dan non-formal di kota Yogyakarta (2006: 14) pelatih adalah seorang profesional bertugas membantu, membimbing, membina, dan mengarahkan atlet berbakat untuk merealisasikan prestasi maksimal dalam waktu sesingkat-singkatnya. (Suharno, 1985: 3) mengemukakan dalam bukunya *Coaching* umum bahwa kata *coaching* (pelatihan) mempunyai hubungan yang erat dengan kata *coach* (pelatih). *Coach* merupakan satu kata yang sudah biasa didengar oleh para olahragawan atau oleh para pecinta olahraga sebagai pelatih.

Dalam proses berlatih melatih seorang coach (pelatih) memiliki tugas dan peran yang amat penting, seperti dikemukakan oleh (Wats Pyke, 1991) dalam bukunya *Better Coaching: Task of the coach is o help the athlete to achieve excellent*, (seorang pelatih membantu atlet untuk meningkatkan kesempurnaannya). Pelatih memiliki tugas yang cukup berat yakni menyempurnakan atlet sebagai makhluk multidimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial dan religi. Sehingga, jika ada seorang atlet menjadi juara dalam berbagai even, namun perilaku sehari-hari tidak sesuai dengan norma agamanya dan norma kehidupan masyarakatnya maka hal tersebut merupakan salah satu kegagalan seorang *coach* dalam bertugas. Sedangkan peran pelatih cukup berat dan sangat beragam, berbagai peran harus mampu dikerjakannya dengan baik, pelatih harus mampu berperan sebagai : guru, pelatih, instruktur,

motivator, penegak disiplin, manajer, administrator, agen penerbit, pekerja sosial, teman, ahli ilmu pengetahuan (sain) dan sebagai mahasiswa, (Djoko Pekik Irianto, 2002: 16 17).

Menurut Sukadiyanto (2002: 4) pelatih adalah seorang yang mempunyai kemampuan profesional untuk membantu mengungkapkan potensi olahragawan menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu yang singkat. Oleh karena itu pelatih harus melakukan tugas dan peranannya sesuai profesinya dan didukung oleh kemampuan yang dibutuhkan oleh seorang pelatih.

Sedangkan menurut Dedi Sumiyarsono (2006: 4-5) mengemukakan bahwa pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk membantu mengungkapkan potensi olahragawan menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu relatif singkat. Untuk itu tugas utama pelatih adalah membimbing dan membantu mengungkapkan potensi yang dimiliki olahragawan. Tujuannya agar olahragawan dapat mandiri dan berperan sebagai pelaku utama untuk mengaktualisasikan akumulasi hasil latihan kedalam kancah pertandingan. Selain itu tugas pelatih, antara lain adalah:

1. merencanakan, menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses berlatih melatih,
2. mencari dan memilih bibit-bibit olahragawan berbakat,
3. memimpin dalam pertandingan atau perlombaan,
4. mengorganisasi dan mengelola proses latihan, serta

5. meningkatkan pengetahuan dan keterampilan.

Untuk itu seyogyanya seorang pelatih yang baik minimal harus memiliki antara lain:

1. kemampuan dan keterampilan cabang olahraga yang bina
2. pengetahuan dan pengalaman di bidangnya
3. dedikasi dan komitmen melatih, serta
4. memiliki moral dan sikap kepribadian yang baik.

2.1.4.2 Tinjauan Tentang Pelatih

Pelatih mempunyai peranan penting dalam mewujudkan prestasi atlet. Menurut (Harsono, 1988: 5) seorang pelatih mempunyai beberapa peran dan tugas penting yaitu sebagai guru, pendidik, bapak, dan teman. Tugas pelatih adalah membina dan mengembangkan kemampuan atlet agar mencapai potensi yang maksimal. (Suharno, 1985: 4-6) mengemukakan pendapat bahwa tugas seorang pelatih dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Mencari bibit berbakat
2. Melatih dengan efektif dan efisien
3. Menyusun, menentukan strategi, dan taktik pertandingan
4. Menilai atau mengevaluasi hasil pertandingan
5. Membuat laporan dan dokumentasi proses latihan yang dijalankan
6. Meneliti, mengembangkan, dan mengamalkan ilmu sesuai cabang olahraga yang digemari

7. Mengadakan penyelidikan sesuai dengan spesialisasi cabang olahraga

Soepardi dalam bukunya *Coaching and Training* (1972: 8) mengemukakan bahwa tugas pelatih adalah menyuguhkan dan melaksanakan rencana-rencana latihan yang telah dibuatnya. Seorang pelatih harus mengetahui keadaan atlet mulai dari sifat, kondisi fisik dan mental, hubungan kekeluargaan sampai hubungan atlet dengan lingkungannya. Sedangkan Sukadiyanto (2002: 4) menjelaskan bahwa tugas utama seorang pelatih adalah membimbing dan membantu atlet mengungkapkan potensi yang dimiliki olahragawan. Dengan demikian olahragawan dapat mandiri sebagai peran utama yang mengaktualisasikan akumulasi hasil latihan ke dalam pertandingan. Untuk dapat mencapai tujuan tersebut, seorang pelatih harus mempunyai dasar-dasar ilmu kepelatihan, dan memenuhi kriteria serta kualifikasi yang baik.

2.1.4.3 Kriteria dan Kualifikasi Pelatih

Pate dalam bukunya *Scientific Foundation of Coaching* (1993: 22) menyatakan bahwa pelatih yang baik belajar menyadari kapan ia harus mengalah, memenuhi kebutuhan olahragawannya dan kapan kebutuhan mereka mengalah terhadap pelatih agar mereka dapat tampil optimal. Sukadiyanto (2002:4) mengungkapkan bahwa pelatih minimal harus memiliki kemampuan dan keterampilan cabang yang ditekuni, kepribadian dan sikap yang baik, serta dedikasi dan komitmen dalam

melatih. Selain itu seorang pelatih juga harus mempunyai kemampuan fisik yang baik, proporsi fisik yang harmonis sesuai cabang olahraga yang ditangani, juga kondisi fisik yang baik. Pada bahasan yang sama Windarta Natal (2006: 16) mengungkapkan bahwa kriteria pelatih yang baik adalah:

“mempunyai kemampuan untuk membantu dalam mengaktualisasi potensi, bila membentuk tim didasarkan pada keterampilan individu yang telah diajarkan, mempunyai pengetahuan dan keterampilan teknis yang seimbang, mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan tingkat neuromascular atletnya, mampu menerapkan prinsip-prinsip ilmiah dalam membentuk kondisi atlet, lebih mementingkan pendidikan secara utuh baru kemudian pada unsur pelatihan”.

Suharno (1981: 6) mengemukakan bahwa pelatih yang baik memiliki kemampuan menguasai ilmu-ilmu sesuai dengan bidangnya secara teoritis dan praktis, memiliki skill yang baik menurut cabang olahraganya. Kemampuan pelatih dalam penguasaan materi baik teori maupun praktek dari cabang olahraga yang ditekuni akan mempunyai pengaruh yang besar.

Pyke (1991: 6) mengemukakan bahwa karakteristik pelatih yang baik antara lain: 1) intelegensi tinggi, 2) giat atau rajin, 3) tekun, 4) sabar, 5) semangat, 6) berpengetahuan, 7) percaya diri, 8) emosi stabil, 9) berani mengambil keputusan, 10) mempunyai rasa humor, dan 11) sebagai model. Pelatih perlu menguasai teori dan praktek secara seimbang, karena kemampuan praktek yang tidak didukung oleh penguasaan teori akan mengurangi kewibawaan pelatih karena kurang detail dalam melakukan analisa. Sedangkan penguasaan teori tanpa

didukung oleh praktek akan menyebabkan keragu-raguan dalam memberikan contoh.

1. Dalam kaitannya dengan kemampuan yang harus dimiliki pelatih, Windarta Natal (2006: 18) menegaskan bahwa kemampuan minimal yang harus dikuasai pelatih adalah:

Penghayatan terhadap etika profesi

2. Pemahaman dan penerapan ilmu keolahragaan
3. Penguasaan keterampilan dalam suatu cabang olahraga
4. Penguasaan strategi belajar mengajar atau melatih
5. Keterampilan sosial mencakup kemampuan bergaul, berkomunikasi, mempengaruhi orang lain dan memimpin.

Seorang pelatih mempunyai kiat-kiat tertentu yang merupakan usaha untuk mencapai prestasi yang maksimal. Peranan pelatih dalam mengorbitkan potensi atlet menjadi seorang atlet yang berprestasi tidaklah mudah. Perkembangan atlet dipengaruhi oleh banyak faktor, oleh karena itu diperlukan proses yang panjang dan berbagai cara yang tepat untuk dapat melaksanakannya. Penguasaan materi, keterampilan melatih, serta kepribadian pelatih merupakan elemen-elemen yang vital bagi perkembangan atlet.

2.5.1 Tinjauan Atlet

Atlet atau olahragawan merupakan orang yang terlatih kekuatan, ketangkasan dan kecepatannya untuk di ikut sertakan dalam pertandingan. Mereka melakukan latihan agar mendapatkan kekuatan badan, daya tahan,

kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kelenturan dan kekuatan dalam mempersiapkan diri jauh-jauh sebelum pertandingan dimulai. Mereka biasanya berprestasi baik tingkat daerah, nasional maupun internasional.

Latihan periodisasi ketahanan atau perubahan yang direncanakan terkait intensitas latihan digunakan untuk memaksimalkan kekuatandan manfaat kebugaran. Beberapa jenis rencana pelatihan periodisasi ketahanan telah dikembangkan. Waktu pelatihan dibagi menjadi beberapa tahap yang berbeda dikenal sebagai *mesocycles*.

Setiap mesocycle berhubungan dengan perubahan dalam volume dan intensitas pelatihan, dan dapat berlangsung selama bulan tergantung pada atlet. Biasanya setiap *mesocycle* mencerminkan penekanan pelatihan khusus untuk fase pelatihan. *Mesocycle* awal disebut persiapan atau fase hipertro terdiri dari volume latihan yang tinggi dan latihan dengan intensitas rendah. soal ini dirancang terutama untuk meningkatkan massa otot dan daya tahan otot. *Mesocycles* berikutnya umumnya disebut sebagai kekuatan atau fase kekuatan. Pada tahap ini intensitas latihan meningkat sedangkan volume latihan menurun. Pada akhir waktu *mesocycles* latihan yang dilakukan merupakan fase puncaknya. selama fase latihan ini atlet mempersiapkan diri untuk mengikuti perlombaan dengan mengurangi volume latihan dan meningkatkan intensitasnya.

Tujuan dari periodisasi adalah untuk memaksimalkan potensi atlet dalam mencapaikondisi puncak dengan memanipulasi baik volume dan intensitas latihan. Melalui manipulasi variable latihan yang tepat ini, tidak

hanya akan atlet puncak di waktu yang tepat, tetapi juga potensi risiko untuk overtraining berkurang. Penggunaan program pelatihan period telah terbukti lebih menguntungkan daripada pelatihan non period tetapi ini manfaat mungkin lebih relevan untuk atlet berpengalaman. (Hoffman J.R 2010, Volume 1 : 9).

2.1.6 Tinjauan Prestasi

2.1.6.1 Pengertian Prestasi

Prestasi merupakan suatu hasil yang telah dicapai sebagai bukti usaha yang telah dilakukan. Prestasi adalah kemampuan nyata yang merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhi baik dari dalam maupun dari luar individu dalam belajar.

“Prestasi atau hasil adalah realisasi atau pemekaran dari kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang. Penguasaan prestasi bila dilihat dari perilakunya, baik perilaku dalam bentuk penguasaan pengetahuan, ketrampilan berpikir maupun kemampuan motorik” (Sukmadinata, 2005 : 102).

Ada pendekatan didalam pelaksanaan latihan di lapangan yaitu pendekatan yang mengutamakan hasil latihan dan yang menekankan proses latihan.

2.1.6.2 Jenis-Jenis Prestasi

Tujuan latihan yang ingin dicapai dapat dikategorikan menjadi tiga bidang yaitu bidang kognitif (penguasaan intelektual), bidang afektif (berhubungan dengan sikap dan nilai) serta bidang psikomotorik (kemampuan atau keterampilan bertindak atau berperilaku). Ketiganya

tidak berdiri sendiri, tapi merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan, bahkan membentuk hubungan hirarki.

Di dalam ketiga aspek tersebut, terdapat unsur-unsur di dalamnya yaitu:

1. "Bidang kognitif, meliputi: pengetahuan hafalan (*knowledge*), pemahaman (*comprehension*), penerapan (*application*), analisis, sintesis, evaluasi.
2. Bidang afektif, meliputi: *receiving* atau *attending*, *responding* (jawaban), *valuing* (penilaian), organisasi, karakteristik nilai atau internalisasi nilai.
3. Bidang psikomotorik, meliputi: gerak refleks, keterampilan pada gerakan-gerakan dasar, kemampuan persptual, kemampuan di bidang fisik gerakan skill serta gerakan akspresif dan interpretatif (Sudjana, 2005: 22-23).

Sebagai tujuan yang hendak dicapai, tiga bidang tersebut harus nampak dan dipandang sebagai hasil latihan pemain dari proses melatih yang dilakukan oleh pelatih. Sebagai hasil latihan, perubahan pada tiga bidang tersebut secara teknis dirumuskan dalam pernyataan verbal melalui tujuan instruksional.

2.1.6.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi

Berhasil atau tidaknya seseorang dalam latihan disebabkan beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian hasil latihan yaitu berasal dari dalam diri individu (internal) dan dari luar individu (eksternal). Faktor-faktor tersebut menurut Dalyono (2005 : 55) adalah :

1. Faktor Internal, meliputi :

- a. Kesehatan

Kesehatan jasmani dan rohani sangat besar pengaruhnya terhadap kemampuan latihan. Bila seseorang selalu tidak sehat,

sakit kepala, demam, pilek, batuk dan sebagainya, dapat mengakibatkan tidak bergairahnya latihan. Karena itu, pemeliharaan kesehatan sangat penting bagi setiap orang baik fisik maupun mental.

b. **Inteligensi dan bakat**

Inteligensi dan bakat besar pengaruhnya terhadap kemampuan latihan. Orang yang memiliki inteligensi baik umumnya mudah berlatih dan hasilnya cenderung baik. Sebaliknya orang yang inteligensi rendah cenderung mengalami kesulitan dalam latihan, lambat berpikir sehingga prestasinya rendah. Bakat juga besar pengaruhnya dalam menentukan keberhasilan latihan. Orang yang mempunyai inteligensi tinggi dan bakatnya ada dalam bidang yang dipelajari, maka proses latihannya akan lancar dan sukses.

c. **Minat dan motivasi**

Minat dan motivasi adalah 2 aspek psikis yang juga besar pengaruhnya terhadap pencapaian prestasi. Minat dapat timbul dari daya tarik dari luar dengan juga datang dari hati sanubari. Motivasi merupakan daya penggerak atau pendorong untuk melakukan sesuatu pekerjaan. Minat dan motivasi merupakan modal yang besar untuk mencapai cita-cita atau memperoleh benda dan tujuan yang ingin dicapai.

d. Cara latihan

Cara latihan juga mempengaruhi pencapaian hasil latihan. Latihan tanpa memperhatikan teknik dan faktor-faktor fisiologis, psikologis, akan memperoleh hasil yang kurang memuaskan. Latihan secara teratur setiap hari, pembagian waktu yang baik, cara memilih belajar yang tepat dan cukup istirahat akan meningkatkan hasil latihan.

2. Faktor Eksternal, meliputi:

a. Keluarga

Keluarga terdiri dari ayah, ibu dan anak serta *family* yang menjadi penghuni rumah. Faktor orang tua dan faktor keadaan rumah sangat besar pengaruhnya terhadap keberhasilan.

b. Lingkungan sekitar

Keadaan tempat tinggal misalnya keadaan lingkungan, bangunan rumah, suasana rumah sekitar, keadaan lalu lintas, iklim dan sebagainya dapat mempengaruhi prestasi. Salah satu kebiasaan menonton televisi pada saat jam tidur akan mempengaruhi kesehatan pemain. Televisi merupakan media massa elektronik yang mampu menyebarkan berita secara cepat dan memiliki kemampuan mencapai khalayak dalam jumlah tak terhingga pada waktu yang bersamaan. Televisi dengan berbagai acara yang ditayangkannya telah mampu menarik minat pemirsanya, dan membuat pemirsanya 'ketagihan'

untuk selalu menyaksikan acara-acara yang ditayangkan. Dan juga keadaan lalu lintas yang ditempuh untuk latihan, jika sering macet akan mempengaruhi motivasi.

c. Pengukuran Prestasi Latihan

Pengukuran prestasi latihan pada dasarnya adalah untuk mengetahui tingkat prestasi latihan yang dicapai pemain dalam materi latihan. “Pengukuran prestasi bisa dengan melakukan tes, ujicoba dan pertandingan” (Dalyono, 2005 : 55)

2.2 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran menurut Ardianto (2011:20) adalah “Dasar dari pemecahan masalah. Ilmu sendiri merupakan kegiatan yang dirintis oleh para pakar ilmiah sebelumnya”.

Artinya tersedia gudang teori untuk tiap disiplin ilmu, termasuk yang relevan dengan masalah yang digarap.

Komunikasi merupakan alat yang digunakan seorang pelatih untuk mendekati diri kepada atletnya. Komunikasi Interpersonal merupakan komunikasi yang sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Isi dari pesan komunikasi interpersonal berupa komunikasi verbal maupun nonverbal. Jika dilihat dari komponen dan ciri komunikasi interpersonal, maka erat hubungannya jika dikaitkan dengan komunikasi yang dilakukan oleh pelatih baik pada saat latihan maupun pertandingan. Pelatih menggunakan komunikasi interpersonal yang berupa pesan verbal dan nonverbal dalam proses latihan maupun bertanding.

Melalui komunikasi interpersonal pelatih dapat menyampaikan empati dukungan beserta motivasi yang menjadikan tingkat kepercayaan diri seorang atlet menjadi meningkat. Komunikasi yang baik dapat dilihat bagaimana komunikasi interpersonal pelatih tersebut melihat masalah yang dihadapi oleh atletnya.

Komunikasi interpersonal yang efektif adalah penting bagi pelatih dan atlet yang diharapkan dapat membawa hasil pertukaran informasi dan saling pengertian (*mutual understanding*). Efektivitas Komunikasi Interpersonal dalam pandangan humanistik menurut De Vito (2005:4) mengandung unsur-unsur sebagai berikut :

1. Keterbukaan (*openness*)

Sifat keterbukaan menunjuk paling tidak dua aspek tentang komunikasi interpersonal. Aspek pertama, bahwa kita harus terbuka pada orang-orang yang berinteraksi dengan kita. Hal ini tidak berarti bahwa kita harus menceritakan semua latar belakang kehidupan kita. Namun yang penting ada kemauan untuk membuka diri pada masalah-masalah umum. Dengan demikian, orang lain akan mengetahui pendapat, pikiran, dan gagasan kita, sehingga komunikasi akan mudah dilakukan. Aspek kedua, adalah kemauan kita untuk memberikan tanggapan terhadap orang lain dengan jujur dan terus terang tentang segala sesuatu yang dikatakannya. Demikian pula sebaliknya, kita ingin orang lain memberikan tanggapan secara jujur dan terbuka tentang segala sesuatu yang kita katakan.

2. Empati (*empathy*)

Empati merupakan kemampuan seseorang untuk mengetahui apa yang sedang dialami orang lain pada suatu saat tertentu, dari sudut pandang orang lain melalui kaca mata orang lain. Berempati adalah merasakan sesuatu seperti orang yang mengalaminya. Orang yang empatik mampu memahami motivasi dan pengalaman orang lain, perasaan dan sikap mereka serta harapan dan keinginan mereka untuk masa mendatang. Empati yang akurat melibatkan kepekaan baik kepekaan terhadap perasaan yang ada maupun fasilitas verbal untuk mengkomunikasikan pengertian.

3. Sikap Mendukung (*supportiveness*)

Hubungan Interpersonal yang efektif adalah hubungan dimana terdapat sikap mendukung. Komunikasi yang terbuka dan empatik tidak dapat berlangsung dalam suasana yang tidak mendukung. Sikap supportif merupakan sikap yang mengurangi sikap defensif. Sikap ini muncul bila individu tidak dapat menerima, tidak jujur dan tidak empatik. Sikap defensif mengakibatkan komunikasi interpersonal menjadi tidak efektif, karena orang yang defensif akan lebih banyak melindungi diri dari ancaman yang ditanggapinya dalam situasi komunikasi daripada memahami komunikasi. Komunikasi defensif dapat terjadi karena faktor-faktor personal (ketakutan, kecemasan, harga diri yang rendah) atau faktor-faktor situasional yang berupa perilaku komunikasi orang lain.

4. Sikap Positif (*positiveness*)

Sikap positif mengacu pada sedikitnya dua aspek komunikasi interpersonal. Pertama, komunikasi interpersonal terbina jika orang memiliki sikap positif terhadap diri mereka sendiri. Kedua, mempunyai perasaan positif terhadap orang lain dan berbagai situasi komunikasi.

5. Kesetaraan (*equality*)

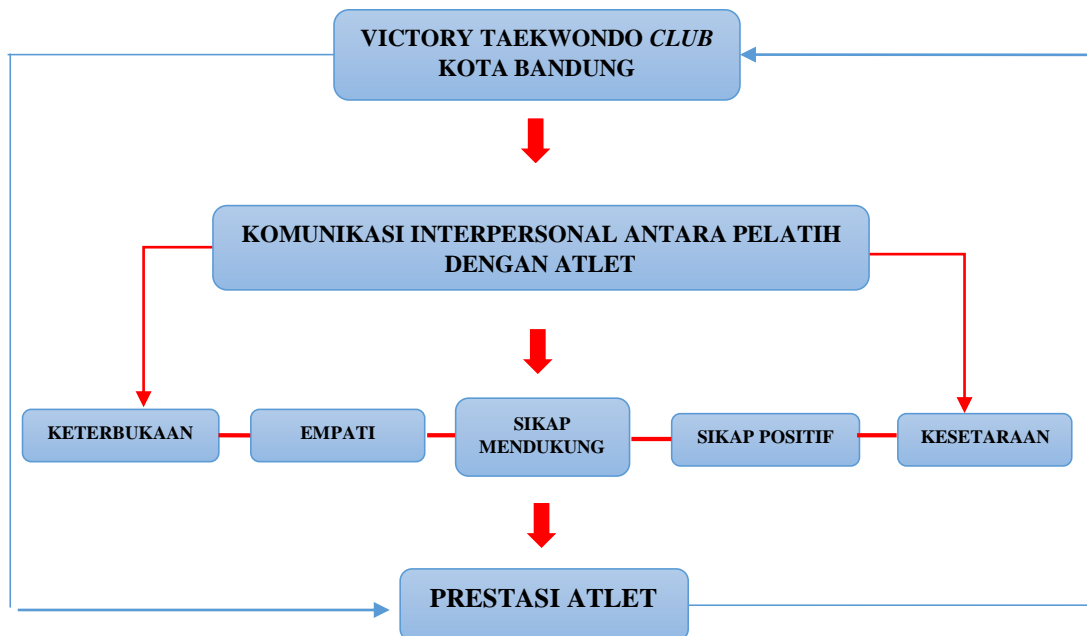
Kesamaan dalam komunikasi interpersonal ini mencakup dua hal. Pertama, adalah kesamaan bidang pengalaman diantara para pelaku komunikasi. Artinya, komunikasi interpersonal akan lebih efektif bila para pelaku komunikasi mempunyai nilai, sikap, perilaku dan pengalaman yang sama. Hal ini tidak berarti bahwa ketidaksamaan tidaklah komunikatif. Tentu saja dapat, namun komunikasi mereka lebih sulit dan perlu banyak waktu untuk menyesuaikan diri. Kedua, kesamaan dalam memberikan dan menerima pesan. Sebagai contoh, bila seseorang berbicara terus dan orang lain mendengar terus, tentunya komunikasi interpersonal kurang efektif.

Dari pernyataan tersebut, efektivitas komunikasi interpersonal dipahami berdasarkan beragam kategori yang dilakukan dalam menunjang usaha untuk mencapai tujuan yaitu dari keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesetaraan.

Bertolak dari kerangka pemikiran tersebut, maka peneliti menggambarkan tahapan-tahapan model penelitian, seperti gambar dibawah ini :

Gambar 2.1

Alur Kerangka Pemikiran



Sumber : Peneliti, 2019

Gambar ini menunjukkan bagaimana kerangka pemikiran peneliti, Dimana pengaplikasian dari teori ini dituangkan menjadi satu, yaitu sebagai berikut:

1. Keterbukaan (*openness*)

Komunikasi Interpersonal ditandai dengan adanya keterbukaan antara pelatih dengan atlet dalam melakukan komunikasi. Adapun tujuan dari keterbukaan ini memungkinkan pelatih dengan atlet Victory Taekwondo Club Kota Bandung mengetahui pendapat, pikiran, dan gagasan satu sama lain.

2. Empati (*empathy*)

Pelatih Victory Taekwondo *Club* Kota Bandung diharapkan bisa memahami motivasi atlet, perasaan atlet, dan harapan atlet guna memberikan motivasi untuk mencapai prestasi para atlet.

3. Sikap Mendukung (*suppotiveness*)

Komunikasi Interpersonal yang efektif adalah adanya sikap saling mendukung diantara pelatih dengan atlet Victory Taekwondo *Club* Kota Bandung. Sikap mendukung bisa ditandai dengan adanya komunikasi yang terbuka dan empatik yang diharapkan mampu meminimalisir hambatan komunikasi

4. Sikap Positif (*positiveness*)

Sikap positif antara pelatih dengan Victory Taekwondo *Club* Kota Bandung dibangun dengan memunculkan sikap dan perasaan positif dari pelatih kepada atlet maupun sebaliknya

5. Kesetaraan (*equality*)

Kesetaraan bidang pengalaman dan penerimaan pesan diharapkan mempermudah proses penyesuaian diri antara pelatih dengan atlet Victory Taekwondo *Club* Kota Bandung.

Untuk memaparkan Komunikasi Interpersonal Pelatih dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Victory Taekwondo *Club* Kota Bandung. Kerangka dibuat sirkuler karena peneliti menilai bahwa sebuah penelitian itu tidak akan ada habisnya dan akan terus berkembang dari waktu ke waktu.