

## KOMUNIKASI ANTARPRIBADI PELATIH DAN ATLET PANAHAN PELATDA DKI JAKARTA

**Nadya Dwi Oktafiranda<sup>1</sup>, Muhamad Ilham<sup>2</sup>, Kuswahyudi<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta, Jl. Pemuda  
No.10, Jakarta Timur

Email: nadyadwi@unj.ac.id, milham@unj.ac.id, kuswahyudi@unj.ac.id

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prosentase komunikasi antarpribadi antara pelatih dan atlet Pemusatan Latihan Daerah (PELATDA) DKI Jakarta. Penelitian dilaksanakan pada tanggal bulan Agustus 2020. Pengambilan data ini dilakukan di rumah masing – masing atlet. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan teknik *survey*. Instrument penelitian ini berupa angket tertutup yang dibuat dalam bentuk *google form* dan dibagikan kepada seluruh sampel. Jumlah sampel sebanyak 20 orang yang merupakan populasi dari atlet Panahan PELATDA DKI Jakarta. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan prosentase keseluruhan dari komunikasi antarpribadi yang terjadi antara pelatih dan atlet panahan PELATDA DKI Jakarta yaitu 73,65%.

**Kata kunci:** Komunikasi antarpribadi, pelatih, atlet panahan.

### PENDAHULUAN

Setiap manusia pasti melakukan komunikasi dengan sesama manusia dalam kehidupan sehari-hari. Proses komunikasi yang terjadi di antara beberapa pribadi dalam konteks dua arah disebut sebagai komunikasi antarpribadi. Komunikasi antarpribadi memiliki kemampuan dalam mengubah sikap, kepercayaan, opini, dan perilaku komunikasi serta efek dan timbal balik yang ditimbulkan dari proses komunikasi antarpribadi dapat dirasakan. Komunikasi antarpribadi yang berlangsung dapat terjadi dalam situasi tatap muka ataupun media komunikasi antara dua orang manusia atau lebih, baik secara terorganisir maupun dalam situasi yang lebih umum. Komunikasi tersebut menjadi salah satu faktor penentu hubungan manusia dengan makhluk lainnya, khususnya sesama manusia.

Menurut Tan dalam buku Tommy Suprpto, bahwa komunikasi adalah bersifat subjektif. Terdapat lima faktor yang mempengaruhi proses komunikasi yaitu:

- a) *The Act* (Perbuatan), Perbuatan dalam komunikasi menginginkan pelakunya menggunakan lambang-lambang baik berupa bahasa ataupun tanda-tanda lainnya yang dapat dimengerti secara baik. Contohnya: dalam olahraga panahan pelatih berkata “jangan dead release” maka atlet mengetahui kekeliruannya.
- b) *The Scene* (Adegan), merupakan salah satu faktor dalam komunikasi yang menekankan hubungannya dengan lingkungan komunikasi (menjelaskan apa yang dilakukan, symbol apa yang digunakan, arti dari apa yang dikatakan) Misalnya, seorang pelatih panahan ingin mengatakan bahwa anak panah atlet tersebut mengenai point 6 jam 12, namun kondisi tidak memungkinkan pelatih berbicara maka ketika atlet menoleh kebelakang pelatih menunjuk kearah atas.
- c) *The Agent* (Pelaku) adalah individu-individu yang mengambil bagian dalam hubungan komunikasi. Contohnya pelatih

sebagai pengirim pesan dan atlet penerima pesan, ataupun sebaliknya.

- d) *The Agency* (Perantara) merupakan alat-alat yang dapat membangun terwujudnya suatu komunikasi yang baik. Perantara dapat berupa komunikasi lisan, tatap muka, bahkan berupa alat komunikasi misalnya, memo, surat, telepon dan lain-lain.
- e) *The Purpose* (Tujuan) dapat berupa tujuan fungsional yang bermanfaat untuk mencapai tujuan-tujuan organisasi/lembaga, lalu berupa tujuan manipulasi yang bermaksud untuk menggerakkan seseorang untuk mau menerima masukan dan saran baik sesuai atau tidak, komunikasi juga bertujuan untuk keindahan, maksudnya seseorang mampu mengungkapkan perasaannya dalam kenyataan, dan tujuan keyakinan yang artinya komunikasi mampu meyakinkan atau mengembangkan keyakinan seseorang. (Tommy Suprpto, 2006).

Komunikasi antarpribadi memiliki keterampilan khusus sebagai upaya meningkatkan efektifitasnya. Keterampilan di bawah inilah yang perlu dimiliki pelaku komunikasi agar proses komunikasi berjalan secara efektif sehingga informasi dan pesan yang diutarakan menghasilkan umpan balik. Menurut Kumar karakteristik dari efektifitas komunikasi antarpribadi meliputi: (1) Keterbukaan (2) Empati (3) Dukungan (4) Rasa positif (5) Kesetaraan. (Dasrun Hidayat, 2012: 46-49);

#### 1 Keterbukaan

Kemauan kita untuk memberikan tanggapan terhadap orang lain dengan jujur, senang hati dan berterus terang tentang segala sesuatu informasi yang diterima. Keterbukaan mengharuskan kita

untuk terbuka pada orang-orang yang berinteraksi dengan kita.

#### 2 Empati

Merasakan apa yang dirasakan orang lain. Kemampuan kita untuk mengetahui apa yang sedang dialami orang lain pada saat tertentu dari sudut pandang orang tersebut. Orang yang empatik mampu memahami motivasi dan pengalaman, perasaan, sikap orang lain dan dirinya. Sikap empatik membuat seseorang lebih mudah menyesuaikan komunikasinya.

#### 3 Dukungan

Sikap mendukung merupakan cerminan dari hubungan komunikasi antarpribadi yang efektif. Sikap mendukung ditandai dengan beberapa sikap yaitu:

- a. Sikap deskriptif: Seseorang yang memiliki sifat ini mengartikan komunikasi sebagai permintaan informasi mengenai suatu kejadian tertentu dan tidak merasakannya sebagai ancaman.
- b. Sikap spontan: Orang yang terus terang dalam mengutarakan pikirannya.
- c. Sikap profesional: Orang yang berpikiran terbuka serta bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia menerima pendapat atau saran orang lain.

#### 4 Rasa positif

Seseorang yang memiliki perasaan positif terhadap dirinya dan orang lain, mendorong orang yang menjadi teman berinteraksi secara positif misalnya berbentuk pujian ataupun penghargaan.

- 5 Kesetaraan atau kesamaan  
Komunikasi antarpribadi akan lebih efektif apabila suasananya setara, Adanya pengakuan secara diam-diam bahwa kedua belah pihak sama-sama bernilai, dan berharga serta satu sama lain memiliki sesuatu yang penting untuk disumbangkan. Misalnya memiliki kesamaan dalam bidang pengalaman, kedua belah pihak dapat berbagi informasi satu sama lain.

Pelatih ialah seseorang yang bertugas untuk mempersiapkan fisik dan mental olahragawan maupun kelompok olahragawan. Sebagian besar pelatih merupakan mantan atlet. Pelatih tidak hanya mengatur taktik, strategi, pelatihan fisik, tetapi kadang-kadang menyediakan dukungan moral kepada atlet-atletnya.

Berdasarkan buku psikologi kepelatihan untuk dapat melakukan tugas dan peran pelatih dengan baik maka beberapa hal yang perlu dipahami dan dilakukan oleh pelatih adalah:

1. Komunikasi yang baik  
Melalui komunikasi yang baik, seorang atlet akan memiliki kesediaan untuk mendengarkan dan menerima petunjuk dari pelatihnya. Interaksi pelatih dan atlet sebaiknya di dasari nilai-nilai keakraban, keterbukaan, penuh kasih saying, kesediaan untuk dikoreksi, menerima saran.
2. Memahami watak, sifat-sifat, kebutuhan dan minat  
Untuk mencapai keberhasilan seorang pelatih harus memperhatikan minat, kebutuhan, kemampuan dari tiap atletnya.
3. Menjadi motivator atlet  
Keberhasilan penampilan seorang atlet akan tergantung pada diri atlet itu sendiri. Oleh sebab itu pelatih

yang baik adalah pelatih yang mampu memotivasi tiap atletnya.

4. Membantu atlet  
Setiap manusia pasti memiliki masalah, begitu juga atlet. Tugas pelatih yaitu memecahkan masalah yang dihadapi oleh atletnya dalam latihan, pertandingan, baik masalah tentang keluarga, sekolah ataupun pekerjaan. (Sudibyo Setyobroto, 1993: h.27).

Atlet adalah orang yang ikut serta dalam suatu kompetisi olahraga kompetitif. Atlet adalah orang yang selalu dihadapkan kepada permasalahan, baik permasalahan mengejar prestasi, tekanan-tekanan dari lawan dan penonton, kemungkinan mengalami kegagalan dan sebagainya (Yuanita Nasution, 2009). Atlet dalam cabang olahraga panahan dapat digambarkan sebagai seseorang yang menggunakan busur dan anak panah untuk memanah baik dalam suatu latihan ataupun perlombaan panahan. Atlet PELATDA DKI Jakarta merupakan atlet – atlet terbaik yang telah lolos seleksi untuk mewakili daerah asalnya bertanding di Pekan Olahraga Nasional (PON). PON yang diselenggarakan 4 tahun sekali.

Olahraga panahan cenderung dinilai terlihat mudah namun tidak semudah yang dibayangkan. Atlet pada cabang olahraga akurasi ini dituntut untuk mampu meningkatkan keterampilan memanahnya secara *consistence* guna mencapai peningkatan skor yang telah ditentukan oleh pelatih, karena tiap individu atlet memiliki *limited score* (score yang ditetapkan) yang berbeda. Dalam buku Teknik dasar olahraga panahan (Ramdan Pelana, Nadya Dwi Oktafiranda, 2017: 34-46) keterampilan memanah meliputi 9 teknik dasar yang kemudian dijadikan satu rangkaian gerak memanah yaitu: (1) *Stance*, (2) *Nocking*, (3) *Set Up*, (4) *Drawing*, (5) *Anchoring*, (6) *Tighten*, (7)

*Aiming, (9) Releasing, (10) Following through.*

## METODE

Metode penelitian yang digunakan untuk penelitian ini adalah metode deskriptif yaitu hanya menggambarkan tentang sesuatu variabel, dengan teknik yang digunakan adalah survei

Data pada penelitian ini diperoleh dari hasil angket komunikasi antarpribadi, yang didapat dengan cara memberikan link *google form* yang berisi angket komunikasi antarpribadi untuk diisi oleh seluruh atlet panahan PELATDA DKI Jakarta persiapan PON XX yang berjumlah 20 atlet.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

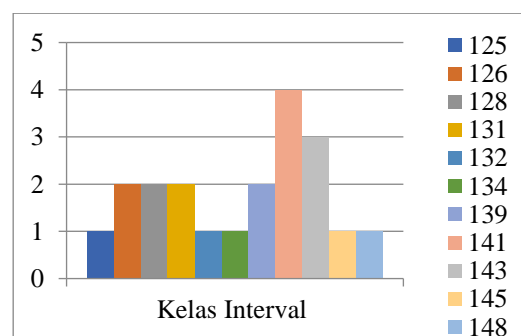
Dari hasil perhitungan variabel komunikasi pelatih dan atlet PELATDA DKI Jakarta dapat diperoleh nilai rata-rata hitung (mean) sebesar (136,3) 73,65%, titik tengah dari semua nilai data yang telah diurutkan dari nilai yang terkecil ke yang terbesar atau sebaliknya dari yang terbesar ke yang terkecil (median) 139, nilai yang sering muncul (modus) 141, standar deviasi sebesar 7,283, dan memiliki nilai terkecil 125 serta nilai maksimal 148.

**Tabel 1. Grafik Histogram Variabel Komunikasi**

No	Kelas Interval	Frekuensi absolut	Frekuensi Relatif
1	125	1	5%
2	126	2	10%
3	128	2	10%
4	131	2	10%
5	132	1	5%
6	134	1	5%
7	139	2	10%
8	141	4	20%
9	143	3	15%
10	145	1	5%
11	148	1	5%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa frekuensi tertinggi

variabel komunikasi terletak pada kelas interval ke 8 dengan frekuensi relatif sebanyak 20% seangkan kelas interval terendah terletak pada kelas interal ke 1, 5, 6 10 dan 11 dengan frekuensi relatif sebanyak 5% Untuk mempermudah penafsiran data variabel komunikasi dapat dilihat pada gambar berikut:



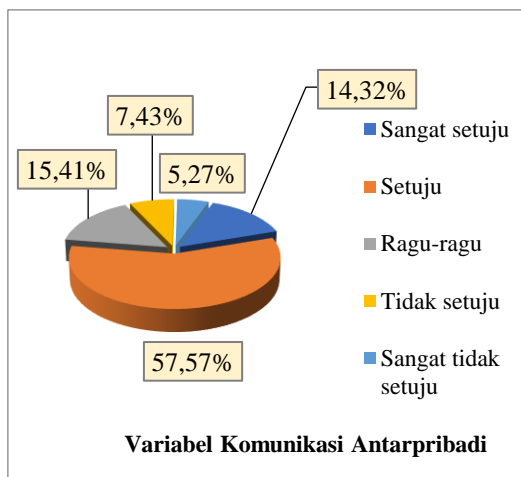
Gambar 1. Diagram Variabel komunikasi antarpribadi

Yang menyatakan sangat setuju dengan variabel komunikasi antarpribadi sebesar 14,32%, yang menyatakan setuju 57,57%, yang menyatakan ragu-ragu 15,41%, yang menyatakan tidak setuju 7,43%, dan yang menyatakan sangat tidak setuju 5,27%.

**Tabel 2. Variabel Komunikasi Antarpribadi**

Variabel	Jawaban Responden	Frekuensi	Prosentasi
Komunikasi antarpribadi	Sangat setuju	106	14,32%
	Setuju	426	57,57%
	Ragu-ragu	114	15,41%
	Tidak setuju	55	7,43%
	Sangat tidak setuju	39	5,27%
Jumlah		740	100,00%

Untuk mempermudah penafsiran data variabel komunikasi dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Grafik Pie Persentase jumlah Variabel Komunikasi Antarpribadi

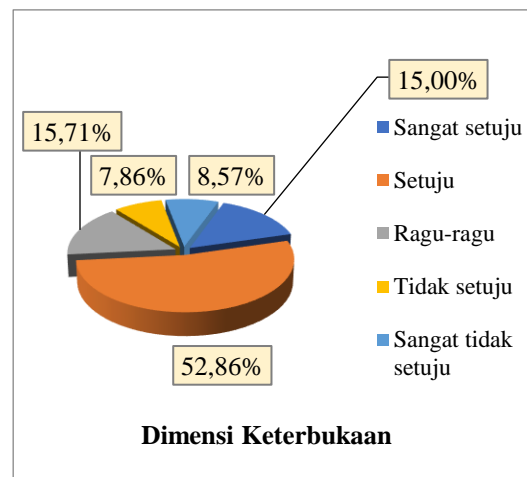
Berikut adalah hasil perhitungan dari tiap dimensi pada variabel komunikasi antarpribadi;

**Dimensi keterbukaan**, yang menyatakan sangat setuju dengan indikator dimensi keterbukaan sebesar 15,00%, yang menyatakan setuju 52,86%, yang menyatakan ragu-ragu 15,71%, yang menyatakan tidak setuju 7,86%, dan yang menyatakan sangat tidak setuju 8,57%.

**Tabel 3. Dimensi Keterbukaan**

Indikator	Jawaban Responden	Frekuensi	Prosentasi
Dimensi Keterbukaan	Sangat setuju	21	15,00%
	Setuju	74	52,86%
	Ragu-Ragu	22	15,71%
	Tidak Setuju	11	7,86%
	Sangat Tidak Setuju	12	8,57%
Jumlah		140	100,00%

Untuk mempermudah penafsiran data dimensi keterbukaan dapat dilihat pada gambar berikut:



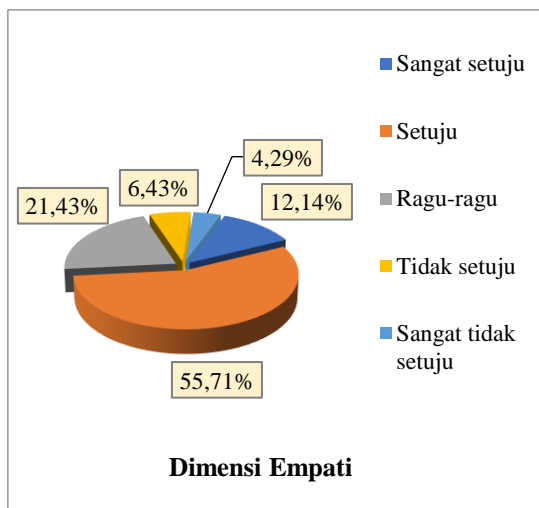
Gambar 3. Grafik diagram pie prosentase jumlah dimensi keterbukaan

**Dimensi empati**, yang menyatakan sangat setuju dengan indikator dimensi empati sebesar 12,14%, yang menyatakan setuju 55,71%, yang menyatakan ragu-ragu 21,43%, yang menyatakan tidak setuju 6,43%, dan yang menyatakan sangat tidak setuju 4,29%.

**Tabel 4. Dimensi Empati**

Indikator	Jawaban Responden	Frekuensi	Prosentasi
Dimensi Empati	Sangat setuju	17	12,14%
	Setuju	78	55,71%
	Ragu-Ragu	30	21,43%
	Tidak setuju	9	6,43%
	Sangat tidak setuju	6	4,29%
Jumlah		140	100,00%

Untuk mempermudah penafsiran data dimensi empati dapat dilihat pada gambar berikut:



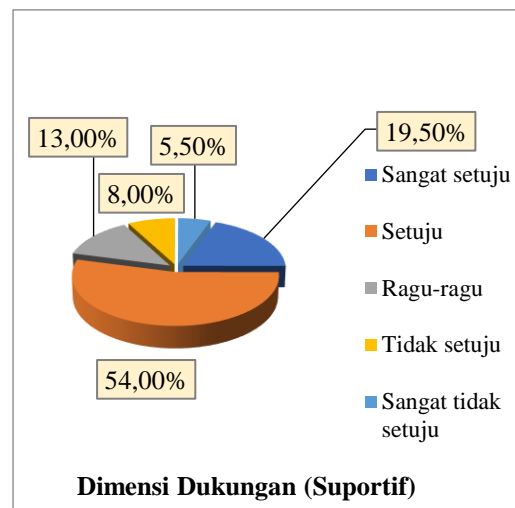
Gambar 4. Grafik diagram pie prosentase jumlah dimensi empati

**Dimensi dukungan (suportif)**, yang menyatakan sangat setuju dengan indikator dimensi dukungan (suportif) sebesar 50%, yang menyatakan setuju 20%, yang menyatakan ragu-ragu 15%, yang menyatakan tidak setuju 8%, dan yang menyatakan sangat tidak setuju 7%.

**Tabel 5. Dimensi Dukungan (suportif)**

Indikator	Jawaban Responden	Frekuensi	Prosentasi
Dimensi Dukungan (suportif)	Sangat setuju	39	19,50%
	Setuju	108	54,00%
	Ragu-Ragu	26	13,00%
	Tidak setuju	16	8,00%
	Sangat tidak setuju	11	5,50%
Jumlah		200	100,00%

Untuk mempermudah penafsiran data dimensi dukungan (suportif) dapat dilihat pada gambar berikut:



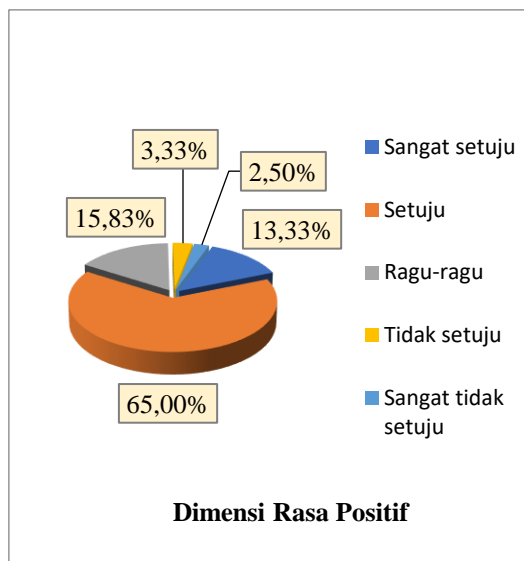
Gambar 5. Grafik diagram pie prosentase jumlah dimensi Dukungan (suportif)

**Dimensi rasa positif**, yang menyatakan sangat setuju dengan indikator dimensi Rasa Positif sebesar 13,33%, yang menyatakan setuju 65,00%, yang menyatakan ragu-ragu 15,83%, yang menyatakan tidak setuju 3,33% dan yang menyatakan sangat tidak setuju 2,50%.

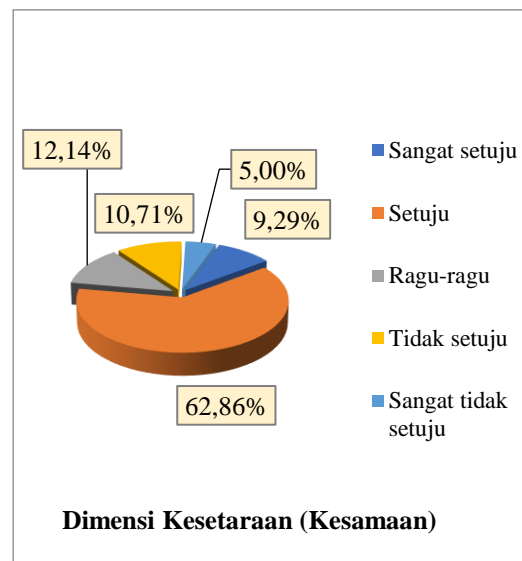
**Tabel 6. Dimensi Rasa Positif**

Indikator	Jawaban Responden	Frekuensi	Prosentasi
Dimensi Rasa Positif	Sangat setuju	16	13,33%
	Setuju	78	65,00%
	Ragu-Ragu	19	15,83%
	Tidak setuju	4	3,33%
	Sangat tidak setuju	3	2,50%
Jumlah		120	100%

Untuk mempermudah penafsiran data dimensi rasa positif dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 6. Grafik diagram pie prosentase jumlah dimensi Rasa Positif



Gambar 7. Grafik diagram pie prosentase jumlah dimensi Kesetaraan

**Dimensi kesetaraan (kesamaan)**, yang menyatakan sangat setuju dengan indikator dimensi kesetaraan (kesamaan) sebesar 35,71%, yang menyatakan setuju 28,57%, yang menyatakan ragu-ragu 21,42%, yang menyatakan tidak setuju 7,14%, dan yang menyatakan sangat tidak setuju 7,14%.

**Tabel 7. Dimensi Kesetaraan (kesamaan)**

Indikator	Jawaban Responden	Frekuensi	Prosentasi
Dimensi Kesetaraan (kesamaan)	Sangat setuju	13	9,29%
	Setuju	88	62,86%
	Ragu-Ragu	17	12,14%
	Tidak setuju	15	10,71%
	Sangat tidak setuju	7	5,00%
Jumlah		140	100,00%

Untuk mempermudah penafsiran data dimensi kesetaraan (kesamaan) dapat dilihat pada gambar berikut:

Berdasarkan hasil penelitian maka analisis yang dapat disimpulkan bahwa pada dimensi keterbukaan yang paling baik memperoleh nilai sebesar 52,86% dengan mau berbicara dengan orang lain yang berbicara dengannya, serta mau memberi tanggapan jujur dan terus terang terhadap orang lain, pesan yang disampaikan oleh pelatih mendapatkan umpan balik dari atlet sehingga pelatih mengetahui apakah atlet paham dengan intruksi yang diberikan. Sedangkan yang kurang baik dari dimensi keterbukaan memperoleh nilai 7,86% yaitu kurang memiliki keterbukaan pada orang lain yang berinteraksi sehingga kurang efektif mendapat tanggapan dari pesan-pesan yang disampaikan.

Dari dimensi empati yang memperoleh nilai paling baik sebesar 55,71% yaitu mau menempatkan dirinya pada posisi orang lain dan bersedia untuk memahami orang lain khususnya dalam aspek perasaan, pikiran dan keinginan. Rasa empati akan membangun kepercayaan antara pelatih dan atlet yang merupakan unsur utama dalam membangun kerja sama, meningkatkan semangat yang merupakan upaya dalam pencapaian prestasi yang optimal.

Sedangkan yang kurang baik dari dimensi empati memperoleh nilai sebesar 4,26% yang menggambarkan kurangnya rasa ingin memahami orang lain, sehingga cenderung komunikasi berjalan tidak efektif.

Dari dimensi dukungan (suportif) yang paling baik memperoleh nilai sebesar 54,00% dengan memiliki sikap tidak *defensif* (bertahan) dalam menghadapi suatu masalah, cenderung bersedia mendapatkan dukungan, serta mau bersikap jujur dan bersedia mengakui kesalahannya, dan yang kurang baik memperoleh nilai sebesar 5,50% yang menggambarkan sikap yang *defensif* dalam menghadapi suatu masalah, tidak bersedia mendapatkan dukungan dari pelatihnya dan tidak bersikap jujur untuk mengakui kesalahannya, sikap seperti ini dalam cabang olahraga panahan akan merugikan seorang atlet dalam setiap penembakan. Karena seorang pelatih akan sulit memberi solusi kepada atlet jika atlet tidak mau berbicara secara jujur apa yang menjadi kendalanya.

Dari dimensi rasa positif yang memperoleh nilai paling baik sebesar 65,00% atlet yang memiliki rasa positif cenderung memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri dan orang lain, sehingga menciptakan komunikasi yang kondusif baik pada saat berlatih ataupun bertanding, dan yang kurang baik dari dimensi rasa positif mendapat nilai 2,50% yang artinya atlet tersebut memiliki pandangan yang kurang positif atau cenderung negatif pada dirinya atau orang lain, sikap seperti itu akan sulit untuk dapat menciptakan komunikasi yang efektif, karena apa yang di intruksikan akan selalu ditanggapi dengan pemikiran yang negatif.

Dari dimensi kesetaraan (kesamaan) yang paling baik memperoleh nilai sebesar 62,86 % yaitu memiliki rasa kesamaan dalam dalam hal

mengirim dan menerima pesan tentunya akan memudahkan seorang pelatih memberi intruksi teknik kepada atlet, karena pesan yang disampaikan cenderung mendapatkan umpan balik yang berarti komunikasi berjalan efektif, dan yang kurang baik sebesar 5,00% yaitu kecilnya kesamaan dalam hal mengirim dan menerima pesan antara pelatih dan atlet serta bidang pengalaman, sehingga komunikasi cenderung tidak efektif.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan masalah yang dikemukakan yang didukung oleh deskripsi teori dan kerangka berpikir serta analisis data, maka dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa prosentase komunikasi antarprbadi pelatih dan atlet Panahan Pemusatam Latihan Daerah (PELATDA) DKI Jakarta adalah 73,65%. Yaitu antara pelatih dan atlet memiliki komunikasi yang efektif didasari oleh rasa keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif dan kesetaraan di antara keduanya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dasrun Hidayat. *Komunikasi Antarpribadi dan Medianya*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012
- Haywood M Kethleen dan Lewis F Katherin. *Archery Step to Success "Fourth Edition"*. United States: Human Kinetics, 2014.
- Nasution Yuanita. *Latihan Mental Bagi Atlet Pelajar*. Jakarta, 2009
- Ramdan Pelana dan Nadya Dwi Oktafiranda. *Teknik Dasar Olahraga Panahan*. Depok: Rajawali Pers, 2017.



Sudibyo Setyobroto. *Psikologi  
Kepelatihan*, Jakarta:  
CV.JAYA.SAKTI, 1993

Tommy Suprpto. *Pengantar Teori  
Komunikasi*. Yogyakarta:  
Media Persindo, 2006.