

KOMUNIKASI INTERPERSONAL MANAJEMEN, PELATIH, DAN ATLET SEPAK BOLA KOTA BANDAR LAMPUNG DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BERPRESTASI

Muhammad Fajril Rifaldo¹, Riyan Jaya Sumantri², Alifia Ramadhina Putri³

^{1,2,3}PENJAS FKIP Universitas Lampung

¹mfajrilrifaldo@fkip.unila.ac.id, ²riyan.jayasumantri@fkip.unila.ac.id,

³alifia.ramadhinaputri@fkip.unila.ac.id

ABSTRACT

This study examines the importance of interpersonal communication between management, coaches, and football athletes in Bandar Lampung City in enhancing achievement motivation in football. Using a qualitative narrative approach, the study aims to understand how five key attitudes openness, empathy, supportiveness, positivity, and equality contribute to communication effectiveness and their impact on team performance. Through purposive sampling, data were collected using semi-structured interviews, observations, and documentation, which were then analyzed to identify communication patterns influencing athletes' motivation and performance. The results indicate that openness in communication helps create an environment characterized by mutual respect and honesty, while empathy strengthens emotional relationships within the team. Support provided by management and coaches significantly assists athletes in overcoming challenges, while positivity and equality establish a foundation for productive and harmonious communication. Through effective interpersonal communication, management, coaches, and athletes are able to build a cohesive team, maintain focus on shared goals, and maximize their potential to achieve optimal performance. These findings underscore the importance of interpersonal communication in sports development, particularly in enhancing motivation and team achievement in football in Bandar Lampung City.

Keywords: *interpersonal communication; athletes; coaches*

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji pentingnya komunikasi interpersonal antara manajemen, pelatih, dan atlet sepak bola Kota Bandar Lampung dalam meningkatkan motivasi berprestasi dalam sepak bola. Menggunakan pendekatan kualitatif naratif, penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana lima sikap utama keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan kesetaraan berperan dalam efektivitas komunikasi dan dampaknya terhadap kinerja tim. Melalui metode purposive sampling, data diperoleh dari wawancara semi-erstruktur, observasi, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis untuk menemukan pola komunikasi yang mempengaruhi motivasi dan prestasi atlet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan dalam berkomunikasi membantu menciptakan lingkungan yang saling menghargai dan jujur, sementara empati memperkuat hubungan emosional di dalam tim. Dukungan yang diberikan manajemen dan pelatih secara signifikan membantu atlet dalam menghadapi tantangan, serta rasa positif dan kesetaraan memberikan fondasi untuk komunikasi yang produktif dan harmonis.

Dengan komunikasi interpersonal yang efektif, manajemen, pelatih, dan atlet dapat membentuk tim yang solid, fokus pada tujuan bersama, dan memaksimalkan potensi untuk meraih prestasi. Temuan ini menggaris bawahi pentingnya komunikasi interpersonal dalam pembinaan olahraga, khususnya dalam konteks meningkatkan motivasi dan prestasi tim sepak bola Kota Bandar Lampung.

Kata Kunci: komunikasi interpersonal, atlet, pelatih

A. Pendahuluan

Secara umum olahraga diartikan sebagai aktivitas fisik yang dilakukan seseorang guna menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatannya (Aditia, 2015). Selain untuk meningkatkan dan menjaga kebugaran jasmani ataupun rohani seseorang, secara khusus olahraga menjadi sarana untuk meraih prestasi baik di level regional ataupun internasional. Mencapai prestasi olahraga tidaklah mudah, diperlukan kombinasi yang kompleks antara fisik, mental, taktik, dan lingkungan yang mempengaruhi kinerja atlet (Fabio & Kartiko, 2022).

Manajemen pembinaan prestasi menjadi salah satu faktor yang penting untuk mengembangkan potensi atlet dalam meraih prestasi karena bertugas untuk mengidentifikasi bakat, pengembangan teknis, dan pemantauan kesehatan fisik atlet (Widodo et al., 2023). Di era globalisasi ini, manajemen pembinaan prestasi semakin berkembang dalam mengintegrasikan sumber daya dan

informasi guna memaksimalkan potensi atlet dan pembangunan program yang berkelanjutan. Melalui penelitian dan penerapan praktik yang dikembangkan ini, diharapkan menjadi landasan kuat bagi pengembangan atlet menuju prestasi yang diinginkan.

Olahraga memiliki sisi positif dalam mengembangkan potensi-potensi pada individu karena melakukan sebuah permainan yang terorganisir dan kompetitif (Wanayang et al., 2023). Olahraga digunakan sebagai ladang prestasi yang pada puncaknya akan menjadi sebuah profesi bagi yang menekuninya. Olahraga tim atau beregu adalah olahraga yang terdiri lebih dari dua orang seperti voli, futsal, Sepak Bola, dan sebagainya. Olahraga Sepak Bola menjadi salah satu cabang olahraga yang populer dikalangan masyarakat Indonesia. Terbukti dari banyaknya orang yang menyukai olahraga Sepak Bola mulai dari anak-anak hingga dewasa baik itu laki-laki atau perempuan, bahkan hampir

diseluruh sekolah ataupun universitas memiliki lapangan Sepak Bola (Adii et al., 2023).

Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) Kota Bandar Lampung mengupayakan pembinaan prestasi dengan mengembangkan potensi atlet, memperkuat program latihan, serta membangun sarana dan prasarana untuk menunjang pertumbuhan prestasi. PSSI Kota Bandar Lampung setiap tahunnya selalu berpartisipasi dalam kompetisi-kompetisi yang diadakan oleh Kementerian Pemuda dan Olahraga. Kegiatan ini bertujuan untuk mendapatkan pengalaman kompetitif bagi atlet dan sebagai bahan evaluasi kualitas dan kesiapan atlet di level yang lebih tinggi. Untuk mencapai puncak prestasi melewati proses yang dinamakan latihan. Tanpa adanya latihan, atlet tidak akan mampu mengembangkan kualitas dan mencapai prestasi yang ditargetkan. Dalam latihan, terdapat empat aspek yang perlu dilatih secara cermat yaitu 1) latihan fisik, 2) latihan teknik, 3) latihan taktik, dan 4) latihan mental (Purnomo et al., 2019). Empat aspek tersebut harus berjalan secara konsisten dan sesuai dengan program

latihan yang telah disusun oleh pelatih.

Salah satu kewajiban pelatih adalah mampu memotivasi dan membangkitkan semangat atlet untuk berprestasi. Mental dan kepercayaan diri seorang atlet dipengaruhi dari pelatih, karena cenderung mengikuti apa yang dikatakan oleh pelatih (Hadi, 2011). Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan komunikasi yang bersifat dua arah dan dapat menguatkan hubungan yang dinamakan komunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal adalah suatu mekanisme pertukaran informasi dari seseorang dan diterima oleh orang lain dengan efek adanya respon berupa umpan balik, baik secara langsung atau tidak langsung (Rahmadani & Aulia, 2023). Komunikasi interpersonal baik itu verbal atau non verbal dalam olahraga Sepak Bola sangat penting karena memiliki peran sebagai pertukaran informasi antara atlet dan pelatih sehingga akan paham dengan maksud dan tujuan yang disampaikan oleh pelatih (Novitaria M & Subarkah, 2018). Dengan komunikasi interpersonal yang terjalin dengan baik, pelatih bisa mengetahui batasan kemampuan pemain, mengoreksi

kekurangan pemain dan memberi dukungan kepada pemain untuk menyelesaikan masalahnya. Oleh karena itu dengan komunikasi interpersonal yang baik diharapkan dapat menimbulkan rasa kepercayaan, saling terbuka, dan saling pengertian.

Komunikasi interpersonal tidak hanya digunakan antara pelatih dan atlet saja, manajemen klub juga harus menjalin komunikasi interpersonal dengan mereka. Manajemen berperan sebagai perencana, pengelola, pemimpin, dan pengatur sumber daya yang ada diorganisasi untuk mencapai tujuan dengan efektif dan efisien (Lismadiana et al., 2023). Manajemen mempunyai program kerja untuk mewujudkan visi dan misi organisasi, program kerja ini harus dikomunikasikan kepada pelatih dengan jelas agar informasi yang diberikan mudah dipahami oleh pelatih yang nantinya akan diterapkan kepada para atlet. Disamping itu, manajemen akan menerima informasi langsung dari pelatih tentang kebutuhan dan tantangan yang dihadapi di lapangan.

Manajemen memantau perkembangan-perkembangan atletnya di setiap kegiatan, baik

latihan maupun pertandingan. Pemantauan ini dilakukan secara sistematis dengan tujuan untuk memastikan bahwa setiap atlet mampu mengembangkan potensi terbaiknya. Manajemen tidak hanya memperhatikan hasil akhir berupa skor atau pencapaian prestasi dalam kompetisi, tetapi juga memperhatikan proses yang dilalui atlet, seperti kedisiplinan dalam berlatih, keseriusan mengikuti arahan pelatih, dan sikap mental yang ditunjukkan ketika menghadapi tekanan pertandingan. Proses pemantauan ini juga mencakup pencatatan perkembangan fisik, keterampilan teknis, serta aspek psikologis yang memengaruhi motivasi dan kinerja atlet secara keseluruhan (Johnson, 2018).

Manajemen memberikan perhatian khusus kepada atlet yang sedang mengalami keterpurukan, baik dalam bentuk penurunan performa, masalah pribadi, maupun tekanan psikologis akibat beban kompetisi. Dalam situasi seperti ini, manajemen hadir bukan hanya sebagai pengawas, melainkan juga sebagai pendukung utama yang berperan aktif memotivasi atlet agar mampu bangkit dari keterpurukan. Bentuk perhatian tersebut diwujudkan

melalui komunikasi interpersonal yang hangat, seperti menyampaikan dukungan emosional, memberikan kesempatan kepada atlet untuk mengekspresikan perasaan atau masalah yang dihadapi, serta membimbing mereka dengan saran-saran positif agar mampu menemukan jalan keluar. Sikap empati yang ditunjukkan manajemen membantu atlet merasa dihargai, dipahami, dan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan (Roh & Park, 2020).

Selain itu, komunikasi interpersonal yang terjalin antara manajemen, pelatih, dan atlet memiliki peranan penting dalam membentuk suasana tim yang solid. Komunikasi yang dilandasi dengan keterbukaan, kejujuran, dan rasa saling percaya menjadikan hubungan antarindividu lebih harmonis. Ketika pelatih mampu menyampaikan instruksi dengan jelas dan penuh pengertian, serta manajemen mendukungnya dengan fasilitas dan perhatian yang memadai, atlet akan merasa lebih termotivasi untuk memberikan usaha maksimal dalam setiap kesempatan. Tim yang terbentuk dari komunikasi yang sehat akan cenderung memiliki semangat kebersamaan yang tinggi, mampu menghadapi konflik dengan bijak,

serta menjadikan tujuan bersama sebagai prioritas utama (Kassing & Infante, 2018).

Komunikasi interpersonal yang baik juga memungkinkan setiap pihak memahami secara mendalam harapan, kebutuhan, dan tujuan masing-masing. Manajemen memahami kebutuhan atlet, baik dalam hal fasilitas latihan, dukungan psikologis, maupun kesejahteraan. Pelatih memahami kelebihan dan kelemahan atlet sehingga dapat menyusun strategi latihan yang tepat sasaran. Sementara itu, atlet memahami ekspektasi manajemen dan pelatih, sehingga mereka termotivasi untuk berusaha keras mencapai standar yang telah ditetapkan. Dengan adanya pemahaman yang menyeluruh ini, terbentuklah hubungan yang saling mendukung dan menguatkan (Turman, 2003).

Dampak dari komunikasi interpersonal yang efektif terlihat jelas pada peningkatan motivasi berprestasi atlet. Atlet yang merasa didukung akan lebih bersemangat untuk berlatih, lebih tahan terhadap tekanan, dan lebih fokus dalam mencapai target. Mereka tidak hanya berjuang untuk diri sendiri, tetapi juga untuk tim,

pelatih, dan manajemen yang telah memberikan dukungan penuh. Motivasi yang kuat ini pada akhirnya berkontribusi langsung terhadap peningkatan prestasi tim, baik dalam skala lokal, regional, maupun nasional (Weinberg & Gould, 2019).

Selain berpengaruh pada motivasi individu, komunikasi interpersonal juga berdampak pada kohesi tim. Kohesi ini ditandai dengan adanya rasa saling percaya, saling menghargai, dan komitmen terhadap tujuan bersama. Tim yang kohesif akan lebih mudah mengatasi perbedaan pendapat, mampu bekerja sama dalam situasi sulit, dan memiliki daya juang yang lebih tinggi ketika menghadapi lawan. Dalam olahraga sepak bola yang sangat mengandalkan kerja sama tim, kohesi ini menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan (Carron, Eys, & Burke, 2007).

Tidak hanya itu, komunikasi interpersonal yang baik juga berperan dalam membangun iklim organisasi olahraga yang positif. Manajemen yang transparan dan terbuka menciptakan kepercayaan, pelatih yang komunikatif menciptakan kenyamanan, dan atlet yang terbuka terhadap arahan menciptakan

suasana saling menghargai. Ketika semua unsur ini menyatu, organisasi olahraga akan lebih mudah berkembang, lebih mampu menghadapi tantangan eksternal, dan lebih siap bersaing di level yang lebih tinggi (Beauchamp, Maclachlan, & Lothian, 2005).

Dalam konteks pembinaan olahraga di Kota Bandar Lampung, temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal bukan sekadar sarana menyampaikan informasi, tetapi merupakan fondasi yang menopang seluruh aspek pembinaan. Tanpa komunikasi yang efektif, sulit bagi manajemen, pelatih, dan atlet untuk menyatukan visi dan misi dalam meraih prestasi. Sebaliknya, dengan komunikasi yang baik, berbagai hambatan dapat diatasi, konflik dapat diminimalisasi, dan potensi yang dimiliki setiap atlet dapat dimaksimalkan (Hackman, 2011).

Kesimpulannya, komunikasi interpersonal yang efektif antara manajemen, pelatih, dan atlet memiliki peranan strategis dalam meningkatkan motivasi berprestasi serta membentuk tim yang solid. Melalui keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan kesetaraan, tercipta hubungan yang

harmonis dan produktif. Hubungan ini tidak hanya berdampak pada pencapaian prestasi individu, tetapi juga pada keberhasilan tim secara keseluruhan. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal perlu terus dipupuk dan dikembangkan sebagai bagian integral dari pembinaan olahraga, sehingga tim sepak bola di Kota Bandar Lampung mampu berkompetisi dengan lebih baik, meraih prestasi yang membanggakan, serta menjadi contoh positif bagi dunia olahraga di tingkat daerah maupun nasional. Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) Kota Bandar Lampung memiliki hambatan atau permasalahan karena perbedaan tingkat pendidikan dari atlet. Permasalahan yang pertama adalah jadwal latihan. Seperti yang kita ketahui, atlet PSSI Kota Bandar Lampung berasal dari siswa SMP, SMA, dan Kuliah. Hal ini menjadikan kegiatan sekolah setiap atlet berbeda-beda. Komunikasi interpersonal antara manajemen, pelatih, dan atlet sangat diperlukan untuk mendiskusikan permasalahan tersebut agar setiap atlet mendapatkan porsi latihan yang sama. Permasalahan yang kedua adalah perbedaan tingkat

pemahaman antar atlet terhadap program latihan. Hal ini menyebabkan pesan atau strategi yang disampaikan oleh pelatih tidak bisa dipahami dengan baik oleh beberapa atlet sehingga dapat menyebabkan ketidakselarasan strategi dan ketidakefektifan dalam latihan. Oleh karena itu, diperlukan komunikasi interpersonal yang intens antara pelatih dan atlet agar atlet bisa beradaptasi dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Peneliti melakukan observasi dan peninjauan terhadap beberapa literatur hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian peneliti. Rujukan yang pertama adalah penelitian dengan judul "Pengaruh Efektivitas Komunikasi Interpersonal Terhadap Promosi Jabatan Pada Dinas Sosial Daerah Provinsi Sulawesi Tengah". Penelitian tersebut disusun oleh Fitriani Puspa Ningsih, Rahmat, dan Tuti Bahfiarti dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pengaruh efektivitas komunikasi interpersonal terhadap promosi jabatan pada Dinas Sosial Provinsi Sulawesi Tengah.

Peneliti memilih PSSI Kota Bandar Lampung sebagai objek penelitian karena permasalahan yang terjadi didalamnya dan pertimbangan setelah melakukan peninjauan terhadap literatur penelitian terdahulu. Peneliti ingin mengungkap bagaimana menjalin komunikasi interpersonal yang efektif dan intens antara manajemen, pelatih, dan atlet Sepak Bola Kota Bandar Lampung untuk meningkatkan prestasi. Dari fenomena tersebut, mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Komunikasi Interpersonal Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung Dalam Meningkatkan Motivasi Berprestasi Sepak Bola”.

B. Metode Penelitian

Pendekatan kualitatif yang digunakan pada penelitian ini adalah naratif. Menurut (Faizin & Haerussaleh, 2020) pendekatan naratif adalah jenis pendekatan kualitatif yang menitikberatkan pada pengalaman individu dan kemudian menuliskannya kembali dalam bentuk kronologi naratif. Sampel atau sumber data pada penelitian ini diambil melalui teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah salah satu

teknik non random sampling dimana pengambilan sampel atau sumber data berdasarkan pertimbangan peneliti tentang sampel mana yang paling representative dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga permasalahan dalam penelitian dapat diselesaikan (Palinkas et al., 2015).

Sebagai penelitian kualitatif, maka penelitian ini, menggunakan instrument atau alat penelitian adalah peneliti sendiri atau biasa disebut human instrument (Hardani et al., 2020). Peneliti juga menggunakan alat bantu seperti pedoman observasi, wawancara, dokumentasi, serta alat rekam dan kamera. Metode pengumpulan data meliputi observasi wawancara semi terstruktur dan dokumentasi

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian akan membahas terkait model, peran, dan hambatan komunikasi interpersonal manajemen, pelatih, dan atlet PSSI Kota Bandar Lampung dalam meningkatkan motivasi berprestasi bola Sepak Bola.

Model Komunikasi Interpersonal Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung.

Lancarnya komunikasi interpersonal antara manajemen, pelatih, dan atlet PSSI Kota Bandar Lampung dipengaruhi oleh cara atau model komunikasi yang digunakan. Model komunikasi ini berisi representasi proses komunikasi yang dilakukan oleh seseorang saat melakukan interaksi.

Tabel 1. Model Komunikasi Interpersonal Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung.

No	Indikator	Ada	Tidak Ada	Keterangan
1.	Model Linier		✓	
2.	Model Interaktif	✓		Pemberian instruksi program latihan dan strategi pertandingan
3.	Model Transaksional	✓		Pembahasan perkembangan atlet

1) Model Interaktif

Dari hasil penelitian yang dilakukan, komunikasi dengan model interaktif terjadi saat pelatih memberikan arahan atau intruksi saat menjalankan program latihan atau strategi pertandingan. Sebelum memulai program latihan, pelatih terlihat berinteraksi terlebih dahulu dengan pemain untuk berdoa dan menjelaskan program latihan apa saja

yang dilakukan hari ini. Saat menjalankan program latihan seperti *passing* (mengumpan bola), *dribbling* (menggiring bola), *shooting* (menembak bola), atau teknik yang lainnya. Kemudian ada atlet yang mengalami kesulitan, pelatih langsung menegur dan mengevaluasi atlet tersebut dengan intonasi yang tegas, bahkan terkadang pelatih langsung memberi contoh gerakan yang benar. Begitupun ketika pertandingan, pelatih pasti menyampaikan strategi yang akan digunakan untuk menghadapi lawan. Saat ada atlet yang tidak menjalankan strategi dengan benar, pelatih langsung memanggil dan mengevaluasi atlet dengan tegas.

2) Model transaksional

Dari hasil penelitian yang dilakukan, komunikasi model transaksional terjadi saat ada pertemuan rutin antara manajemen, pelatih, dan atlet PSSI Kota Bandar Lampung untuk membahas perkembangan atlet. Dalam pertemuan rutin ini manajemen, pelatih, dan atlet menyampaikan masalahnya masing-masing, baik itu permasalahan yang berkaitan dengan latihan atau permasalahan diluar latihan. Inti pembahasan pada

pertemuan rutin adalah kendala yang terjadi pada atlet sehingga mempengaruhi performa mereka. Kemudian mereka bersama-sama mendiskusikan permasalahan tersebut untuk mencari solusinya.

Peran Komunikasi Interpersonal pada Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung

Komunikasi interpersonal berperan penting dalam membantu permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh manajemen, pelatih, dan atlet. Komunikasi interpersonal yang efektif mempererat hubungan dan memperkuat chemistry antar individu. Berikut keefektifan komunikasi interpersonal pada manajemen, pelatih, dan atlet PSSI Kota Bandar Lampung.

Tabel 2. Peran Komunikasi Interpersonal pada Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung

No	Indikator	Ada Tidak Ada	Keterangan
1	Keterbukaan	✓	Membuka diri untuk menyampaikan pendapat dan permasalahan
2	Empati	✓	Menunjukkan minat terhadap hal yang dialami oleh orang lain
3	Dukungan	✓	Memberikan support dan tidak menghakimi terhadap permasalahan orang lain
4	Rasa Positif	✓	Menciptakan suasana yang mendukung dengan percaya pada diri sendiri dan pada orang lain
5	Kesetaraan	✓	Tidak membedakan kedudukan orang lain

1) Keterbukaan

Manajemen terbuka kepada pelatih dan atlet terkait masalah yang terjadi. Setidaknya seminggu sekali manajemen mengadakan pertemuan rutin atau makan bersama untuk membahas apa saja masalah yang terjadi, kemudian mencari solusi bersama. Pelatih juga terbuka dan jujur kepada manajemen dan atlet. Dengan manajemen, pelatih terbuka dan jujur terkait kondisi atlet, seperti atlet yang cedera atau atlet yang sulit mendapatkan izin dari pihak sekolah. Keterbukaan pelatih kepada atlet bisa dilihat didalam dan diluar lapangan. Saat didalam lapangan pelatih berkata jujur kepada atlet yang melakukan kesalahan, kemudian memberikan solusi dari permasalahannya. Saat diluar lapangan, pelatih membuka diri kepada atlet yang ingin membicarakan permasalahannya. Atlet lebih menunjukkan keterbukaannya kepada pelatih dibandingkan dengan manajemen. Hal itu terjadi karena atlet lebih sering menghabiskan waktunya dengan pelatih.

2) Empati

Manajemen menjaga kepeduliannya kepada pelatih dan atlet dengan mengunjungi mereka ke

tempat latihan untuk berkomunikasi membicarakan kendala-kendala yang terjadi. Pelatih memberi perhatian pada atlet yang mengalami masalah didalam dan diluar latihan. Hal-hal bermasalah mengenai latihan dan pertandingan, pelatih langsung memberi respon dengan mengarahkan atletnya. Pelatih juga memberikan perhatian khusus didalam sebelum pertandingan final dengan memanggil atlet satu per satu untuk membicarakan masalah yang terjadi selama turnamen berlangsung. Atlet memperhatikan apa yang disampaikan oleh manajemen dan pelatih seperti pendapat, arahan, motivasi, ataupun solusi yang mempengaruhi lancarnya program latihan dan strategi pertandingan.

3) Dukungan

Manajemen, pelatih, dan atlet saling mendukung dengan menyemangati satu sama lain. Selain itu, manajemen menunjang kebutuhan pelatih dan atlet dengan fasilitas yang memadai. Pelatih memberikan bantuan kepada manajemen terkait atlet-atlet berbakat diluar Kota Bandar Lampung yang bisa PSSI Kota Bandar Lampung rekrut.

4) Rasa Positif

Manajemen menciptakan suasana mendukung dengan mendampingi dan membantu atlet secara teknis dan non teknis. Pelatih memberikan mental boost kepada atlet agar selalu percaya pada kemampuannya sendiri dan tidak takut siapapun lawan yang dihadapi nantinya. Atlet menerapkan kepercayaan baik pada diri sendiri maupun percaya pada orang lain agar terciptanya suasana yang positif dalam sebuah tim.

5) Kesetaraan

Manajemen tidak memihak pada pelatih ataupun atlet dengan memberikan fasilitas sesuai porsinya masing-masing. Pelatih tidak menganak emaskan atlet, baik itu senior atau junior yang melakukan kesalahan pasti akan diberi ketegasan. Karena pelatih melihat atlet dari performa mereka.

Hambatan Komunikasi Interpersonal Pada Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung

Tabel 3. Hambatan Komunikasi Interpersonal Pada Manajemen, Pelatih, dan Atlet PSSI Kota Bandar Lampung

No	Indikator	Ada	Tidak Ada	Keterangan
1.	Hambatan Fisik		✓	
2.	Hambatan Fisiologis		✓	
3.	Hambatan Psikologis	✓		- Kurangnya tingkat pemahaman pada atlet mengenai instruksi yang disampaikan oleh pelatih - Kurangnya kontrol emosi pada atlet saat pertandingan
4.	Hambatan Semantik		✓	

Dalam suatu organisasi pasti memiliki hambatan yang mempengaruhi kinerja dan keefektivitasan secara menyeluruh. Hambatan yang dialami oleh tim putri PSSI Kota Bandar Lampung adalah hambatan psikologis. Hambatan ini sering terjadi pada diri atlet. Saat latihan dan pertandingan, terkadang ada atlet yang sulit memahami arahan dari pelatih. Perbedaan pendapat antar atlet saat pertandingan menjadi hambatan karena menyebabkan

emosi yang berlebih sehingga komunikasi dapat terganggu. Hambatan psikologis juga terjadi saat pertemuan rutin yaitu kurangnya keterbukaan pada atlet dalam menyampaikan masalah-masalah yang dialami

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, komunikasi interpersonal antara manajemen, pelatih, dan atlet PSSI Kota Bandar Lampung terbukti menjadi kunci dalam meningkatkan motivasi dan prestasi tim sepak bola. Dua model komunikasi yang diterapkan, yaitu model interaktif dan model transaksional, berperan penting dalam membangun hubungan yang kuat dan membantu pembinaan mental tim. Komunikasi interaktif memungkinkan pelatih memberikan instruksi langsung dan menerima umpan balik dari atlet, sedangkan model transaksional mendorong diskusi terbuka di mana semua pihak berperan aktif sebagai komunikator. Efektivitas komunikasi ini ditunjang oleh lima sikap utama: keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan, yang bersama-sama menciptakan lingkungan yang kondusif untuk perkembangan tim.

Hambatan komunikasi berasal dari faktor psikologis yang dialami oleh atlet, seperti kurangnya keterbukaan kepada manajemen, kesulitan dalam memahami instruksi pelatih, dan kontrol emosi yang buruk saat pertandingan. Hambatan-hambatan ini mengakibatkan penurunan kinerja individu dan tim, serta dapat mengganggu kerjasama dan kepercayaan di dalam tim, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap prestasi yang ingin dicapai

Berdasarkan hasil penelitian ini, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji lebih mendalam faktor psikologis atlet yang menjadi hambatan dalam komunikasi interpersonal, seperti keterbukaan, regulasi emosi, dan kepercayaan diri, serta hubungannya dengan motivasi dan prestasi tim. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan pendekatan kuantitatif atau metode campuran untuk memperoleh hasil yang lebih objektif dan melibatkan cabang olahraga atau tingkat kompetisi yang berbeda. Selain itu, pengembangan model pelatihan komunikasi interpersonal bagi manajemen dan pelatih perlu diteliti guna meningkatkan efektivitas pembinaan

mental dan kinerja atlet secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adii, Y., Wandik, Y., & Putra, M. F. P. (2023). Permainan bola Sepak Bola: sebuah tinjauan konseptual singkat. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 277–282.
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16468>
- Aditia, D. A. (2015). SURVEI PENERAPAN NILAI-NILAI POSITIF OLAHRAGA DALAM INTERAKSI SOSIAL ANTAR SISWA DI SMA NEGERI SEKABUPATEN WONOSOBO TAHUN 2014/2015. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 12, 2251–2255.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Fabio, S., & Kartiko, D. C. (2022). TINGKAT AKTIVITAS FISIK MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI PADA MASA PANDEMI. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(01).
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>
- Faizin, A., & Haerussaleh. (2020). NARRATIVE RESEARCH; A RESEARCH DESIGN. *Jurnal DISASTRI*, 2(3), 142–148.

- Hadi, R. (2011). Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1). <http://journal.unnes.ac.id>
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (H. Abadi, Ed.; Cetakan 1). CV. Pustaka Ilmu. <https://www.researchgate.net/publication/340021548>
- Lismadiana, Supriyanto, A., Agusta, S., & Nugroho, A. (2023). PERAN MANAJEMEN PEMBINAAN TERHADAP PRESTASI BULUTANGKIS. *Majalah Ilmiah Olahraga (MAJORA)*, 26(1), 28–35.
- Novitaria M, I., & Subarkah, A. (2018). *Analysis of Interpersonal Communication in Sports*. 278.
- Palinkas, L. A., Horwitz, S. M., Green, C. A., Wisdom, J. P., Duan, N., & Hoagwood, K. (2015). Purposeful Sampling for Qualitative Data Collection and Analysis in Mixed Method Implementation Research. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 42(5), 533–544. <https://doi.org/10.1007/s10488-013-0528-y>
- Purnomo, E., Gustian, U., & Puspita, I. D. (2019). PENGARUH PROGRAM LATIHAN TERHADAP PENINGKATAN KONDISI FISIK ATLET BOLATANGAN PORPROV KUBU RAYA. *Journal of Sport and Exercise Science*, 2(1), 29–33. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jses>
- Rahmadani, F., & Aulia, P. (2023). Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih terhadap Peak Performance Atlet Pencak Silat SMI Bukittinggi. *Jurnal Edutrained: Jurnal Pendidikan Dan Pelatihan*, 7(1), 27–39. <https://doi.org/10.37730/edutrain.v7i1.207>
- Wanayang, R., Putri, A. S., Arviani, H., & Komunikasi, S. (2023). *Strategi Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Atlet Hockey Kota Surabaya dalam Porprov 2022 Kata kunci*. <http://jiip.stkipyapisdompnu.ac.id>
- Widodo, G. A., Fajrie, N., & W, sri S. (2023). Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Klub Spensata SMP Negeri 1 Tayu Kabupaten Pati. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(2), 186–196.