

**HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DENGAN  
MOTIVASI BERPRESTASI ATLET DI DOJO KARATE UNY**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



Dituliskan untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Oleh:  
**ISTIANA PUTRI DIVA**  
**NIM 19602244035**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**2023**

# **HUBUNGAN KOMUNIKASI INTER PERSONAL PELATIH DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET DI DOJO KARATE UNY**

Oleh:  
Istiana Putri Diva  
NIM 19602244035

## **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui hubungan komunikasi interpersonal pelatih dan motivasi berprestasi atlet karate di Dojo Karate UNY.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi penelitian ini berjumlah 118 atlet karate putra dan putri di Dojo Karate UNY. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria: (1) atlet usia  $\geq 10$  tahun, (2) masih aktif mengikuti latihan, (3) bersedia menjadi sampel, (4) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 60 atlet putra dan putri. Analisis data penelitian menggunakan *Correlation Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,586 dan bernilai positif. Hal ini berarti komunikasi interpersonal pelatih yang baik mampu meningkatkan motivasi berprestasi atlet.

Kata kunci: *komunikasi interpersonal pelatih, motivasi berprestasi, atlet karate.*

## **LEMBAR PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi dengan judul

### **HUBUNGAN KOMUNIKASI INTER PERSONAL PELATIH DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET DI DOJO KARATE UNY**

Disusun Oleh :

Istiana Putri Diva  
NIM 19602244035

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 14 Oktober 2023

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi



Dr. Fauzi, M.Si.  
NIP 196312281990021002

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Dr. Danardono, M.Or.  
NIP 197611052002121002

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Istiana Putri Diva

NIM 19602244035

Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

Judul TAS : Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berpretasi Atlet di Dojo Karate UNY

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata tulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 30 September 2023

Yang menyatakan,



Istiana Putri Diva  
NIM 19602244035

# LEMBAR PENGESAHAN

## LEMBAR PENGESAHAN

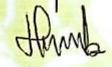
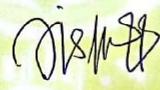
### HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI ATLET DI DOJO KARATE UNY

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI

ISTIANA PUTRI DIVA  
NIM 19602244035

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 3 November 2023

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Danardono, M. Or. (Ketua Tim Penguji)		13/11/2023
Dr. Heru Prasetyo, M. Pd. (Sekretaris Tim Penguji)		13/11/2023
Dr. Lismadiana, M. Pd. (Penguji Utama)		13/11/23

Yogyakarta, 2023  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh S.Or., M.Or.  
NIP. 198306262008121002

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Sebuah karya yang saya kerjakan dengan sepenuh hati, saya persembahkan untuk orang-orang terkasih dan berarti dalam kehidupan saya.

1. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Ismail dan Ibu Sri Martanti.  
Terimakasih atas cinta dan kasih sayang yang tiada henti. Untaian doa tulus ikhlas yang selalu menyertai sepanjang waktu.
2. Pengasuh Pesantren Mahasiswi Darush Shalihat Yogyakarta, Abi Syatori dan Ummi Masbikhah yang sudah memberikan kasih sayang, ilmu kehidupan beserta tempaan yang mendewasakan.
3. Adik saya, Taufik Istian Putra B yang membuat saya termotivasi untuk menjadi kakak yang baik untuknya.
4. Kakak, sahabat, dan teman bercerita, Teh Adilah Robbaniyah yang telah membelajarkan banyak hal disetiap harinya. Terima kasih telah berjuang dan berproses bersama.
5. Teman-teman Darush Shalihat XII dan kakak Darush Shalihat XI yang menemani proses bertumbuh di Rumah Cahaya, *support* dan doa begitu terasa adanya. Semoga kita bisa bersua kembali di Surga-Nya.
6. Teman-teman seperjuangan Lidiya, Wulan, Berlin, Lady, Kare, Apni, Ervina, Numa, Piti, Qonita, Nida, Kenan, Shab, Naura dan masih banyak lagi yang telah memberikan warna dan kebahagiaan disetiap perjalanannya. Terima kasih atas pengalamannya.
7. Teman-teman UKMF AL Hidayah FIK, UKM KARATE , dan Tutorial PAI FIK yang telah memberikan saya banyak pelajaran disetiap

perjuangannya dan kebersamai saya sejauh ini.

8. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih atas doadan bantuannya. Doa terbaik untuk segala kebaikan kalian.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas kasih dan limpahan rahmat-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Atlet di Dojo Karate UNY ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna mendapatkan gelar sarjana Pendidikan.

Terselesainya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh S.Or., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Dr. Fauzi, M.Si., selaku Koorprodi Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Danardono, M.Or., selaku dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si., selaku validator instrumen penelitian yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian.
5. Pengurus, pelatih, dan atlet Dojo UKM Karate UNY yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

6. Teman teman PKO FIK angkatan 2019 selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini.
7. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharao semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 16 Oktober 2023



Istiana Putri Diva  
NIM 19602244035

## DAFTAR ISI

<b>JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	6
1. Hakikat Karate .....	6
2. Hakikat Komunikasi Interpersonal .....	27
3. Hakikat Motivasi Berprestasi .....	30
4. Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Motivasi .....	37
5. Profil Dojo Karate UNY .....	40
B. Penelitian yang Relevan.....	40
C. Kerangka Berpikir.....	42
D. Hipotesis Penelitian.....	44
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	46

C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	46
D. Definisi Operasional Variabel.....	47
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	48
F. Teknik Analisis Data .....	52
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	56
B. Pembahasan.....	62
C. Keterbatasan Penelitian.....	66
<b>BAB V HASIL DAN KESIMPULAN</b>	
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran.....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket.....	49
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Komunikasi Interpersonal Pelatih .....	50
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Motivasi Berprestasi.....	51
Tabel 4. Norma Kategori Penilaian .....	52
Tabel 5. Deskriptif Statistik Komunikasi Interpersonal Pelatih (X) .....	56
Tabel 6. Norma Penilaian Komunikasi Interpersonal Pelatih (X).....	57
Tabel 7. Deskriptif Statistik Motivasi Berprestasi (Y).....	58
Tabel 8. Norma Penilaian Motivasi Berprestasi.....	58
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas.....	60
Tabel 10. Hasil Uji Linieritas .....	60
Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis .....	61

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Heishoku dhachi .....	16
Gambar 2. Musubi dachi .....	17
Gambar 3. Heiko dachi.....	17
Gambar 4. Hachiji dachi.....	18
Gambar 5. Zen kutsu dachi.....	18
Gambar 6. Kiba dachi.....	19
Gambar 7. Shiko dachi .....	19
Gambar 8. Kokutsu Dachii.....	19
Gambar 9. Oi tsuki jodan .....	20
Gambar 10. Oi tsuki chudan.....	20
Gambar 11. Oi tsuki gidan .....	21
Gambar 12. Kizame tsuki jodan.....	21
Gambar 13. Kizame tsuki Chudan .....	21
Gambar 14. Gyaku tsuki jodan.....	22
Gambar 15. Gyaku tsuki chudan .....	22
Gambar 16. Gedan barai.....	22
Gambar 17. Soto uke .....	23
Gambar 18. Uchi uke.....	23
Gambar 19. Age uke.....	23
Gambar 20. Shuto Uke .....	23
Gambar 21. Uraken .....	24
Gambar 22. Empi.....	24
Gambar 23. Tetsui uchi .....	24
Gambar 24. Haito uchi .....	25
Gambar 25. Shuto uchi.....	25
Gambar 26. Mae geri chudan .....	26
Gambar 27. Mae geri jodan.....	26
Gambar 28. Mawashi geri .....	26
Gambar 29. Yoko Geri kekomi .....	26
Gambar 30. Yoko Geri keange.....	27
Gambar 31. Ushiro geri .....	27
Gambar 32. Desain Penelitian .....	45
Gambar 33. Histogram Komunikasi Interpersonal Pelatih (X).....	57
Gambar 34. Histogram Motivasi Berprestasi .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian .....	74
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian .....	75
Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi Instrumen Penelitian TAS .....	81
Lampiran 4. Permohonan Validasi TAS .....	82
Lampiran 5. Data Penelitian .....	83
Lampiran 6. Deskriptif Statistik .....	89
Lampiran 7. Uji Normalitas.....	90
Lampiran 8. Uji Linieritas .....	91
Lampiran 9. Uji Korelasi.....	92
Lampiran 10. Dokumentasi .....	93

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan sebuah aktivitas yang mengajarkan kejujuran, menghargai lawan maupun kawan, menerima kekalahan dengan lapang dada bersikap *fair play* (Nugroho *et al.*, 2020). Olahraga prestasi merupakan olahraga yang membina dari usia dini dan dikembangkan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan (Falaahudin *et al.*, 2021). Salah satu kunci keberhasilan olahraga berprestasi didukung dengan adanya komunikasi antar pelatih dan atlet, komunikasi yang terjadi dua arah disebut dengan komunikasi interpersonal.

Permasalahan yang terjadi di Dojo Karate UNY menunjukkan bahwa proses latihan didominasi latihan fisik dan teknik. Biasanya jika proses latihan tidak didampingi pelatih maka hasil latihan atlet tidak akan sesuai dengan apa yang diharapkan diawal, ini masuk kedalam bentuk komunikasi interpersonal dimana saat terjadi komunikasi butuhnya menukar informasi secara dua arah. Selain itu, Proses latihan sudah mulai terjalin komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet, contohnya menggunakan komunikasi verbal dan non verbal saat memberikan penjelasan maupun contoh gerakan saat latihan berlangsung.

Akan tetapi saat peneliti ikut dalam latihan, peneliti melihat dan mengalami kendala yang tidak sama maksudnya oleh pelatih. Hal tersebut memunculkan *miss communication* yang dialami antara atlet dan pelatih, tingkat pemahaman dan tingkat keseriusan didalam atlet berbeda-beda. Beberapa atlet paham akan arahan yang diberikan oleh pelatih namun sebagian atlet ada juga

yang tidak paham akan arahan yang diberikan oleh pelatih tersebut, sehingga atlet kurang termotivasi mengikuti latihan. Namun berdasarkan pengamatan penulis kegiatan latihan di Dojo Karate UNY lebih dominan latihan fisik dan teknik.

Motivasi berprestasi adalah faktor kunci dalam kehidupan seorang atlet. motivasi berprestasi ini bisa mengalami fluktuasi, naik dan turun, dalam perjalanan karier seorang atlet. Hal ini menggaris bawahi pentingnya memahami bagaimana memelihara dan meningkatkan motivasi berprestasi, karena motivasi yang tinggi dapat menjadi pendorong keberhasilan dalam dunia olahraga.

Perubahan motivasi berprestasi yang dialami oleh atlet dapat berpengaruh ketika melakukan pertandingan, peran penting yang harus dilakukan pelatih adalah mengetahui keadaan atlet tersebut, bertugas mengembalikan dan memberikan motivasi untuk berprestasi kepada atletnya. Pemberian motivasi untuk berprestasi oleh pelatih kepada atletnya dilakukan dengan melakukan sebuah komunikasi interpersonal. Hasil dari sebuah komunikasi interpersonal oleh pelatih dan atletnya inilah yang akan difahami oleh atlet untuk memperoleh stimulus sehingga motivasi berprestasi dapat meningkat.

Dengan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi ditunjang dengan komunikasi yang baik oleh pelatih maka tidak menutup kemungkinan prestasi yang tinggi dapat diraih. Atlet akan memiliki motivasi berprestasi tinggi jika pelatih menyampaikan tujuan dan tujuan latihan dengan cara yang tepat. Selain itu jugapelatih akan memiliki motivasi yang tinggi pula dalam melatih karena mendapat respon yang baik dari atletnya.

Penelitian Pratama (2020) menyatakan bahwasanya komunikasi interpersonal bisa mempengaruhi motivasi berprestasi dikarenakan saat komunikasi interpersonal berlangsung terjadi kesempatan bagi atlet untuk sama-sama berkontribusi dalam program yang akan dijalani oleh seorang atlet. Atlet yang sudah merasa dekat dengan pelatih dapat memunculkan performa yang baik dan maksimal sehingga bisa meningkatkan motivasi berprestasi atlet.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Atlet di Dojo Karate UNY”. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada semua pelatih bahwa begitu penting komunikasi interpersonal pelatih pada pengaruh motivasi berprestasi atlet. Selain diharapkan pelatih bisa menempatkan komunikasi sesuai dengan tahapan usia dan kriteria komunikasi yang baik pada atlet agar tercapai hasil yang maksimal.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan, yaitu:

1. Program latihan di Dojo Karate UNY masih didominasi latihan fisik dan teknik, serta perlu dibersamai saat latihan berlangsung
2. Atlet yang tidak didampingi pelatih pada saat latihan akan mempengaruhi latihan yang berlangsung.
3. Komunikasi interpersonal sangat diperlukan oleh pelatih namun belum maksimal saat latihan berlangsung.

4. Pelatih menggunakan komunikasi verbal maupun nonverbal saat memberikan penjelasan maupun memberikan contoh gerakan. Akan tetapi atlet masih mengalami kendala dari maksud yang diberikan pelatih.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, peneliti perlu membatasi permasalahan pada hal yang akan diteliti supaya lebih fokus dan terarah. Penelitian ini dibatasi terkait permasalahan komunikasi interpersonal antara pelatih dan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY. Sampel penelitian dibatasi pada atlet dengan kriteria usia  $\geq 10$  tahun.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan kajian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : “Apakah terdapat hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet karate di Dojo Karate UNY?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk membandingkan teori-teori yang ada selama di bangku kuliah dengan kondisi yang sebenarnya di lapangan.

## 2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan memiliki manfaat untuk menambah, memperdalam dan mengembangkan kemampuan peneliti untuk mengetahui komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet karate di Dojo Karate UNY.

## 3. Manfaat Akademis

Secara akademis penelitian ini sebagai tugas akhir bagi penulis guna memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Karate**

###### **a. Pengertian Karate**

Karate-do secara harfiah dapat diartikan sebagai berikut : “Kara” berarti kosong, “Te” berarti tangan dan “Do” berarti jalan. Oleh karena itu karate merupakan beladiri tangan kosong. Menurut Oyama (1966) Karate yaitu seni beladiri yang tanpa menggunakan senjata atau menggunakan tangan kosong yang mempelajari teknik-teknik untuk membela diri. Karate menurut Suardhana (2006) yaitu seni beladiri yang tidak sebatas mempelajari tentang latihan kekuatan tetapi juga mempelajari tentang mental, spiritual, dan kepribadian. Jadi dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa karate adalah seni beladiri yang mempelajari teknik-teknik untuk membela diri dengan menggunakan tangan kosong.

Karate masuk ke Indonesia melalui perantara para mahasiswa yang belajar di Jepang kemudian setelah orang-orang itu menyelesaikan studinya dan kembali ke tanah air mahasiswa karate mulai memperkenalkan dan menyebarluaskan karate di Indonesia. Pada tahun 1963 mahasiswa- mahasiswa Indonesia diantaranya ; Baud AD Adikusumo, Karyanto dan Muchtar membuat dojo baru di Ibukota, Jakarta. Dari mahasiswa yang belajar di Jepang karate aliran shotokan

pertama kali diperkenalkan di Indonesia. Kemudian mahasiswa karate menciptakan sebuah wadah yang diberi nama PORKI. Setelah itu bergabungnya para alumni mahasiswa Indonesia dari negara Jepang antara lain ; Pendiri gojukai Setyo Haryono, Pendiri LEMKARI Anton Lesiangi, Pendiri INKAI Sabeth Muchsin dan Choirul Taman yang turut serta mengembangkan karate di Indonesia. Selain mahasiswa Indonesia yang kuliah di Jepang ada pula beberapa orang Jepang yang berbisnis di Indonesia dan turut serta menyebarkan dan mengembangkan karate di Indonesia diantaranya ; Matsuaki (Kushinryu, 1966), Oyama (Kyokushinkai, 1967), Ishi (Gojuryu, 1969), dan Hayashi (Shitoryu, 1971). Di tanah air karate memperoleh banyak peminat, hal ini dapat dilihat dari munculnya banyak macam organisasi karate dengan keanekaragaman aliran yang disebarkan oleh masing-masing pendirinya, dengan adanya banyak perbedaan yang ada maka menyebabkan ketidaksesuaian dan perpecahan di dalam badan organisasi PORKI. Akhirnya diadakan musyawarah dan mencapai kesepakatan oleh para tokoh pada saat itu untuk bersama dan bersatu kembali dengan dibentuknya Federasi Karate-Do Indonesia (FORKI) pada tahun 1972.

#### **b. Filosofi dalam olahraga beladiri karate**

Prinsip sejatinya adalah keyakinan dasar yang melandasi kenyataan dan ditopang oleh ilmu filsafat untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Adapun filosofi-filosofi dalam kehidupan olahraga beladiri karate, di antaranya adalah :

1) Karate diawali dengan memberi penghormatan dan diakhiri dengan penghormatan pula.

Artinya : Untuk dihormati oleh orang lain, pertama-tama Anda harus menghormati orang lain. Ketaatan dan rasa hormat adalah hal yang harus dilakukan setiap orang terhadap orang lain. Menghormati lawan sangat penting dalam setiap pertunjukan karate-do. Seorang karate-ka harus mampu melakukan perbuatan etis pada saat latihan dan bertanding dimanapun, kapanpun dan dengan siapapun.

2) Tak ada serangan pertama dalam karate.

Artinya : Karate adalah seni pertahanan yang damai, tidak akan menyerang sampai diserang. Ajaran “memukul diri sendiri sebelum memukul orang lain” mempengaruhi teknik dasar beladiri ini, seperti teknik dasar awal gerakan selalu diawali dengan teknik pemblokiran, kemudian disesuaikan dengan kebutuhan orang yang akan dilatih saat itu.

3) Karate merupakan alat pembantu dalam keadilan.

Artinya : Jika kemanusiaan dan keadilan tidak lagi berjalan dengan baik, maka jalan terakhir yang akan menjadi pilihan adalah kekuatan, namun jika pukulan digunakan tanpa adanya pertimbangan, maka orang-orang yang melakukannya akan kehilangan martabatnya di depan mata orang lain. Jadi, gunakanlah cara-cara yang lebih baik dan bijaksana dalam menghadapi kebenaran dan keadilan. Kalimat ini diambil dari perkataan Gichin Funakoshi.

- 4) Pertama-tama, kontrol dirimu sebelum mengontrol orang lain.

Artinya : Sebelum mengendalikan dan memperbaiki kesalahan orang lain, karateka harus terlebih dahulu mengendalikan dan memperbaiki kesalahannya sendiri, memperbaiki kesalahannya sendiri sebelum memperbaiki kesalahan orang lain. Saat memperagakan teknik gerakan karate, jangan hanya mengkritik gerakan orang lain, pertimbangkan terlebih dahulu gerakan Anda sendiri untuk melihat apakah sudah benar dan sesuai dengan teknik yang sudah ada atau perlu diperbaiki? Menguasai diri sendiri, emosi dan menjaga sikap terhadap orang lain merupakan salah satu bentuk latihan Sumpah Karate “agar mampu mengendalikan diri”.

- 5) Semangat yang utama, teknik kemudian.

Artinya : Setiap kali anda berlatih mengikuti kompetisi karate, lakukanlah dengan pola pikir yang benar. Keinginan untuk mengalahkan lawan atau memenangkan suatu pertandingan terkadang membawa hasil sebaliknya. Saat berlatih, karate-ka harus berkonsentrasi pada teknik gerakan dan tidak membiarkan pikiran atau matanya mengembara. Tunjukkan rasa hormat dan penghargaan yang tulus kepada pelatih dan mitra pelatihan Anda. Jangan berlatih tanpa semangat dan keikhlasan.

- 6) Senantiasa siap untuk membebaskan pikiranmu.

Artinya : Sebelum memulai latihan, karate-ka harus mempunyai pikiran positif dan siap menghadapi apapun yang terjadi selama latihan. Pikiran

harus bebas dari prasangka dan keegoisan. Hanya dengan pikiran yang bebas dan hati nurani yang bersih seseorang dapat memahami segala sesuatu dengan benar. Seorang Karate-ka harus rendah hati, lembut, memiliki keyakinan, kekuatan, keberanian dan kepercayaan diri.

7) Kecelakaan timbul karena kecerobohan.

Artinya : Saat ada rintangan dan tantangan yang menghadang di depan, maka Seorang karate-ka harus selalu siap dan sigap kapanpun dan dimanapun. Kecelakaan atau cedera seringkali diakibatkan oleh kelalaian atau kecerobohan diri sendiri atau ketidaksiapan menerima serangan dan perlawanan dari orang lain.

8) Janganlah berpikir bahwa latihan karate hanya bisa dilakukan di dojo.

Artinya : bentuk latihan karate bisa dilakukan dan dipraktikkan selain di dojo atau tempat latihan, malainkan ajaran karate dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun saya berada dalam bentuk lain selain latihan, yaitu bentuk sikap, tingkah laku dan Tindakan saya sehari-hari mulai dari memperlakukan dan menghormati orang lain dalam keluarga, tetangga/masyarakat sampai setiap gerak tubuh.

9) Mempelajari karate perlu waktu seumur hidup dan tak ada batasan.

Artinya : Latihan karate yang meliputi ; teknik gerakan dasar (kihon), jurus (kata) maupun teknik bertarung (kumite) memerlukan waktu dan proses yang panjang sehingga dapat menunjukkan kemampuan bertahan seseorang. Meski mempelajari teknik gerak dalam waktu singkat saja sudah cukup, namun untuk menguasai dan

menyempurnakannya memerlukan latihan seumur hidup. Latihan sebaiknya dilakukan secara rutin dengan konsentrasi dan tenaga yang maksimal.

- 10) Masukkan karate dalam keseharianmu, maka kamu akan menemukan *Myo* (rahasia yang tersembunyi).

Artinya : Semakin rajin saya mempelajari ilmu karate, maka saya akan semakin menemukan ketidaktahuan, kekurangan dan rahasia yang tersembunyi di dalamnya. Pengetahuan karate dapat diterapkan tidak hanya dalam latihan di dojo saja namun dapat juga diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan akan bermanfaat bagi kesehatan diri serta peningkatan fisik dan mental jiwa seseorang.

- 11) Karate seperti air mendidih, jika tidak dipanaskan secara teratur akan menjadi dingin.

Artinya : Latihan disetiap bagian tubuh yang dilakukan secara teratur sangat penting. Latihan intensitas tinggi saja tidak cukup untuk mengubah bagian tubuh menjadi senjata. Teknik Karate-ka yang matang, kuat, teratur dan efektif akan hilang dengan mudah dan cepat jika tidak dilatih secara rutin dan terus-menerus, terus-menerus merupakan cara yang baik untuk menyempurnakan dan mengembangkan senjata yang saya miliki.

- 12) Janganlah berpikir harus menang, tetapi berpikirlah tidak boleh kalah.

Artinya : Terlalu menekankan kemenangan di setiap pertandingan justru akan menimbulkan hasil sebaliknya dan mengubah teknik yang

ada, bahkan cenderung tidak terkendali dan lupa menghargai lawan. Jika ini terjadi, berarti saya kalah. Penentuan siapa yang menang/kalah bukanlah tujuan tertinggi/akhir belajar karate melainkan terletak pada kesempurnaan pribadi setiap orang.

- 13) Kemenangan tergantung pada keahlian membedakan titik-titik yang mudah diserang dan yang tidak.

Artinya : Dalam seni bela diri karate, teknik-tekniknya dikendalikan sesuai keinginan karate-ka, diarahkan pada sasaran yang tepat, wajar, pada jarak yang tepat dan pada waktu (timing) yang tepat, dilakukan dengan kekuatan (dengan penguasaan yang maksimal). dan hati nurani yang penuh (zanchin) agar tidak menyakiti lawan. dan dianggap keji. Carilah sasaran yang mudah ditabrak, mudah diserang, dan tidak membahayakan keselamatan lawan atau diri sendiri agar mudah dikendalikan.

- 14) Pertarungan didasari bagaimana saya bergerak secara hati-hati dan tidak (bergerak menurut lawan).

Artinya : Dalam suatu pertandingan, seorang karateka harus sangat berhati-hati dan hati-hati dalam gerakan, lemparan, dan penerimaan serangannya. Lakukan serangan kapan pun Anda mendapat kesempatan, selalu siap menerima perlawanan apa pun. Pertimbangkan setiap langkah/gerakan yang anda lakukan, jangan sampai tertipu oleh lawan. Sekali salah bergerak, lawan bisa dengan mudah menyerang dan mengalahkan saya.

15) Jika meninggalkan rumah, berpikirlah ada banyak lawan yang menanti.

Tingkah laku/tindakan saya dapat mengundang masalah bagi orang lain.

Artinya : Dimanapun saya berada, saya harus selalu menjaga sikap dan perilaku saya. Sikap dan perilaku yang buruk akan memberikan efek bumerang bagi diri Anda dan menimbulkan masalah pada orang lain.

Bersikaplah wajar, hormati keberadaan orang di sekitar.

16) Pemula harus menguasai postur dan cara berdiri, posisi tubuh yang alami untuk yang lebih ahli.

Artinya : Untuk menjadi ahli dan kuat dalam karate-ka, Anda harus terlebih dahulu melatih teknik dasar karate yang benar selangkah demi selangkah. Mulailah berlatih dengan teknik paling dasar, khususnya postur tubuh seimbang, karena postur tubuh merupakan landasan dari teknik di atas. Sesuaikan postur dan posisi tubuh pada setiap gerakan, agar natural dan natural (shizen-tai). Pemula Karate-ka akan merasa kesulitan dan kebingungan dalam melakukan, berlatih dan merasakan setiap gerakan disetujui oleh pelatih/ahlinya.

17) Berlatih kata adalah satu hal, terlibat pertarungan adalah hal lain.

Artinya : Kata atau jurus merupakan salah satu bentuk latihan formal teknik dasar:

Balok, pukulan, guncangan, hentakan, dan tendangan disusun secara seragam, bulat, dan logis. Dalam sebuah pertarungan, orang-orang berkompetisi dan mendemonstrasikan teknik-teknik yang menerapkan

dasar-dasar gerakan yang terkandung di dalamnya dengan menggunakan kekuatan yang sebesar-besarnya, terkendali dan tepat sasaran, pada jarak dan waktu yang tepat. Kata atau jurus, merupakan suatu bentuk latihan resmi dalam jurus dengan mengerahkan tenaga sekuat mungkin, terkendali (terkontrol), serta pada sasaran, jarak dan waktu yang tepat.

- 18) Peragakan secara tepat penggunaan kekuatan, peregangan dan kontraksi otot tubuh, serta cepat lambatnya gerakan teknik.

Artinya : Dalam melakukan serangkaian jurus karate baik kata maupun kumite, karate-ka harus mengerahkan tenaga dengan memperhatikan dan mengendalikan muai/kontraksi otot-otot tubuh. Relaksasi dan kontraksikan otot-otot tubuh secara penuh dan harmonis pada saat yang tepat akan menciptakan teknik yang sempurna. Gaya akan meningkat secara bertahap seiring dengan meningkatnya kecepatan. Kecepatan dan tenaga akan bertambah sesuai prinsip aksi dan reaksi. Pertunjukan karate-ka yang terampil tidak hanya terlihat bertenaga tetapi juga sangat berirama dan indah. Menerapkan ritme gerakan yang tepat adalah cara terbaik untuk maju secara optimal.

- 19) Selalu berpikir dan berusaha menemukan cara hidup dengan aturan-aturan diatas setiap hari.

Artinya : Seorang karate-ka sejati akan menerapkan aturan dan sumpah karate sebagai cara hidup yang benar dalam kesehariannya. Namun hal-hal yang bersifat prinsip dalam kehidupan rohani tentu tidak diterima

dan ditelantarkan. Namun, ada banyak hal yang patut ditiru dan dipelajari dari ajaran kepahlawanan yang diturunkan dari nenek moyang bangsa Indonesia.

**c. Teknik dasar Karate**

Gerakan-gerakan dasar yang terstruktur dan saling berkaitan yang mempunyai tujuan tertentu disebut teknik dasar. Menurut Sujoto (1966, p. 53) dalam karate teknik dasar bisa disebut dengan *kihon* yang mempunyai makna sebagai pondasi atau akar yang merupakan serapan dari bahasa Jepang. Teknik dasar sangat penting dipelajari dan menjadi pondasi bagi setiap karateka yang belajar beladiri karate. Dalam sudut pandang *budo*, *kihon* berarti unsur terkecil yang menjadi dasar pembentuk dari sebuah teknik. Karena jika teknik dasarnya baik maka akan baik pula baik gerakan kata maupun kumitenya. *Kihon* atau teknik dasar karate terbagi menjadi beberapa gerakan dasar antara lain gerakan kuda-kuda, gerakan pukulan, gerakan sentakan, gerakan tangkisan, dan gerakan tendangan. *Kihon* meliputi teknik kuda-kuda (*dachi*), tangkisan (*uke*), tendangan (*geri*), pukulan (*tsuki*), sentakan (*uchi*), dan semua gerakan tubuh yang digunakan dalam kata dan kumite. Teknik ini dapat dilakukan secara individu (untuk menyempurnakan suatu teknik tertentu) atau berpasangan untuk meningkatkan kelincahan dan kestabilan gerak.

Semua teknik ini adalah awal dan akhir dari karate. Karena itu latihan dasar teknik-teknik karate memerlukan latihan secara teratur yang dilakukan dengan penuh konsentrasi dan usaha. Dalam karate-do sendiri

*kihon* lebih berarti sebagai bentuk- bentuk baku yang menjadi acuan dasar dari semua teknik/gerakan yang mungkin dilakukan dalam kata maupun kumite. Gerakan dasar yang dipelajari saat berlatih *kihon* seperti kuda-kuda (*dachi*), pukulan (*tsuki*), tendangan (*geri*), dan tangkisan (*uke*). Gerakan dasar *kihon* ini harus dilatih secara konsisten dan terus-menerus. Karena seperti yang dikatakan Gichin Funakoshi, karate itu seperti air yang mendidih jika tidak dipanaskan maka akan menjadi dingin. Maka latihan karate harus terus menerus dilakukan terutama latihan *kihon*.

Menurut Hamid Apris (2007, p. 3-4) latihan karate harus dilakukan dengan penuh konsentrasi dan secara terus menerus khususnya bagian teknik-teknik dasar karate. Latihan *kihon* selalu ditekankan karena mempunyai peran sangat penting dalam mempelajari beladiri karate. Karena jika *kihonnya* baik maka gerakan baik kata atau kumitenya menjadi lebih sempurna. Untuk itu bagi setiap pembelajar karate atau karateka latihan *kihon* menjadisangat wajib untuk ditekuni.

Berikut beberapa macam teknik dasar karate, yaitu :

1) **Kuda-kuda (*Dachi*)**

a) *Heishoku dachi*

Gambar 1. *Heishoku dhachi*

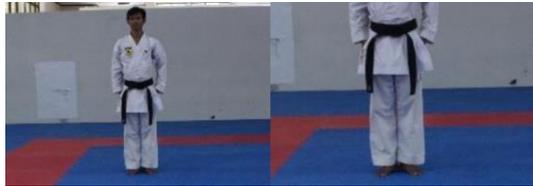


(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda-kuda *heishoku dhachi* dilakukan dengan cara karateka berdiri dengan kedua kaki dirapatkan dan masing-masing jari-jari kaki linear menghadap kedepan.

b) *Musubi dachi*

Gambar 2. *Musubi dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda-kuda *musubi dachi* dapat diperagakan dengan karateka berdiri tegak di tempat dan posisi kaki membuka kurang lebih 45 derajat atau membentuk huruf V. Kuda-kuda ini bisa disebut juga posisi siap kata, yaitu posisi dimana karateka akan memulai gerakan kata dalam karate.

c) *Heiko dachi*

Gambar 3. *Heiko dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda-kuda ini adalah posisi dimana seorang karateka akan memulai semua gerakan dalam karate. Dengan posisi kakimembuka selebar bahu dan kedua kaki lurus ke depan.

d) *Hachiji dachi*

Gambar 4. *Hachiji dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda-kuda ini merupakan posisi dimana kaki dibuka hampir sama dengan gerakan *heiko dachi* hanya saja pada bagian tumit buka lebih lebar dan membentuk sudut yang lebih luas.

e) *Zen kutsu dachi*

Gambar 5. *Zen kutsu dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda-kuda ini dapat dilakukan dengan melebarkan kaki bagian depan dan lutut ditekuk sejajar dengan ibu jari. Kemudian kaki belakang diluruskan dengan telapak kaki lurus kedepan membentuk sudut. Kuda-kuda ini sering kali digunakan baik dalam gerakan kata maupun gerakan kumite.

f) *Kiba dachi*

Gambar 6. *Kiba dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda kuda dengan perbandingan 5: 5 dengan lebar kurang lebih dua kali lebar bahu. Kuda-kuda ini sangat kuat dan kokoh jika dipraktikkan secara benar.

g) *Shiko dachi*

Gambar 7. *Shiko dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda kuda shiko dachi dengan posisi kaki hampir sama seperti kuda kuda kiba dachi hanya saja kedua kaki membuka keluar.

h) *Kokutsu dachi*

Gambar 8. *Kokutsu Dachi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

Kuda-kuda dengan posisi berat badan dibelakang yaitu posisi kaki belakang ditekuk dan sejajar dengan kaki depan dengan telapak kaki lurus kedepan.

## 2) Pukulan (*Tsuki*)

Pukulan atau *tsuki* merupakan serangan menggunakan tangan dalam beladiri karate. Serangan ini menjadi sangat berbahaya dan fatal jika dilakukan oleh praktisi beladiri karate yang telah melatih pukulannya. Ada banyak macam jenis pukulan dalam karate diantaranya adalah :

### a) *Oi tsuki*

a) *Oi tsuki jodan* : Pukulan arah kepala dengan kaki melangkah maju.

Gambar 9. *Oi tsuki jodan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

b) *Oi tsuki chudan* : Pukulan arah ulu hati dengan kaki melangkah maju.

Gambar 10. *Oi tsuki chudan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

c) *Oi tsuki gidan* : Pukulan arah perut dengan kakimelangkah maju.

Gambar 11. *Oi tsuki gidan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

b) *Kizame tsuki*

a) *Kizame tsuki jodan*: Pukulan arah kepala dengan posisi kumite.

Gambar 12. *Kizame tsuki jodan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

b) *Kizame tsuki chudan*: Pukulan ke arah ulu hati dengan posisi kumite.

Gambar 13. *Kizame tsuki Chudan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

c) *Gyaku tsuki*

- a) *Gyaku tsuki jodan*: Pukulan dengan sasaran ke wajah atau kepala.

Gambar 14. *Gyaku tsuki jodan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- b) *Gyaku tsuki chudan*: Pukulan dengan sasaran uluh hati.

Gambar 15. *Gyaku tsuki chudan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

3) Tangkisan (*Uke*)

Tangkisan (*Uke*) adalah gerakan menghindarkan serangan lawan yang akan mengenai badan. Tangkisan sangat diperlukan ketika seorang karate bertanding dengan lawannya. Untuk itu ada banyak jenis tangkisan dalam beladiri karate yang dapat dipelajari diantaranya yaitu :

- a) *Gedan barai*: Tangkisan dengan sasaran arah bawah.

Gambar 16. *Gedan barai*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- b) *Soto uke*: Tangkisan dengan sasaran arah tengah dan ditangkis dari luar.

Gambar 17. *Soto uke*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- c) *Uchi uke*: tangkisan dengan sasaran arah tengah dan ditangkis dari dalam.

Gambar 18. *Uchi uke*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- d) *Age uke*: Tangkisan dengan sasaran arah atas atau kepala.

Gambar 19. *Age uke*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- e) *Shuto uke*: Tangkisan yang dilakukan dari arah samping telinga dihentakan ke depan.

Gambar 20. *Shuto Uke*



(Sumber: Tofikin, 2022)

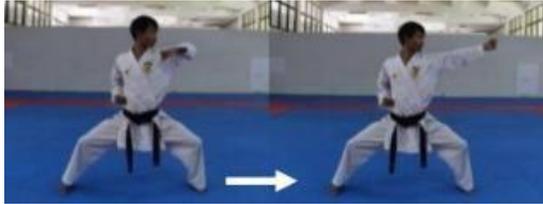
#### 4) Sentakan (*Uchi*)

Sentakan atau *uchi* adalah gerakan teknik serangan dengan menggunakan siku yang dibengkokkan atau dengan siku yang diluruskan.

Berikut ini adalah jenis sentakan yaitu sebagai berikut :

- a) *Uraken*: sentakan kepalan tangan belakang

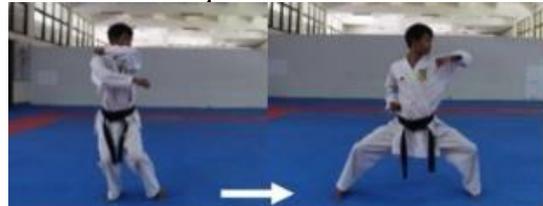
Gambar 21. *Uraken*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- b) *Empi*: sentakan sikut

Gambar 22. *Empi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- c) *Tetsui uchi*: sentakan tangan palu

Gambar 23. *Tetsui uchi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

d) *Haito uchi*: sentakan tangan pedang

Gambar 24. *Haito uchi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

e) *Shuto uchi*: sentakan menggunakan bagian tangan pedang.

Gambar 25. *Shuto uchi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

## 5) Tendangan (*Geri*)

Salah satu jenis serangan dalam karate adalah menggunakan kaki atau disebut tendangan (*geri*). Tendangan dalam karate memiliki arah dan bentuk kaki yang digunakan secara berbeda sesuai tujuan dari serangan itu sendiri. Tendangan yang baik adalah tendangan yang memiliki bentuk yang benar dan dilakukan dengan cepat dan kekuatan yang maksimal. Tendangan atau *geri* memiliki berbagai jenis tendangan diantaranya :

- a) *Mae geri chudan* : Menggunakan tumit dengan sasaran perut.

Gambar 26. *Mae geri chudan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- b) *Mae geri jodan* : Menggunakan tumit dengan sasaran kepala.

Gambar 27. *Mae geri jodan*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- c) *Mawashi geri* : Tendangan setengah lingkaran dengan tumit.

Gambar 28. *Mawashi geri*



(Sumber: Tofikin, 2022)

- d) *Yoko Geri kekomi* : Dengan disodok ke arah samping

Gambar 29. *Yoko Geri kekomi*



(Sumber: Tofikin, 2022)

e) *Yoko Geri keange* : Dengan disnap ke arah samping

Gambar 30. *Yoko Geri keange*



(Sumber: Tofikin, 2022)

f) *Ushiro geri* : Tendangan menggunakan bagian tungkai.

Gambar 31. *Ushiro geri*

(Sumber: Tofikin, 2022)



(Sumber: Tofikin, 2022)

## 2. Hakikat Komunikasi Interpersonal

### a. Pengertian Komunikasi

Komunikasi berasal dari Bahasa Inggris yaitu *communication* yang berasal dari Bahasa Latin *communicatio* dan bersumber dari kata *communis* yang berarti sama, yaitu sama makna. Kesamaan makna ini mengandung pengertian bahwa antara komunikator dan komunikan memiliki persepsi yang sama tentang apa yang sedang dikomunikasikan atau dibicarakan.

Onong Uchjana (2001) proses komunikasi pada hakekatnya adalah proses penyampaian pikiran atau perasaan oleh seseorang (komunikator) kepada orang lain (komunikan). Pikiran bisa merupakan gagasan, informasi, opini, dan lain-lain yang muncul dari benaknya.

Budi (2010: 9-10), salah satu pengertian komunikasi merupakan serangkaian tindakan atau peristiwa yang terjadi secara berurutan (ada tahapannya) serta berkaitan satu sama lainnya dalam kurun waktu tertentu.

#### **b. Komunikasi Interpersonal**

Hardjana (2003) mendefinisikan bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antara dua atau beberapa orang, dimana pengirim dapat menyampaikan secara langsung, dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung pula.

Beebe & Beebe (1996:6) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah sebuah bentuk khusus dari komunikasi manusia yang terjadi bila seseorang berinteraksi secara simultan dengan orang lain dan saling mempengaruhi secara mutual (interaksi mempengaruhi pemikiran, perasaan dan cara orang lain menginterpretasikan sebuah informasi) satu sama lain, interaksi yang simultan berarti bahwa para pelaku komunikasi mempunyai tindakan yang sama terhadap suatu informasi pada waktu yang sama pula.

Deddy (2004) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang – orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun non verbal.

Menurut De vito (1997) dalam komunikasi interpersonal ada 5 aspek yang mempengaruhi yaitu (1) keterbukaan, (2) empati, (3) dukungan, (4) sikap positif dan (5) kesetaraan.

Berdasarkan banyaknya pendapat yang sudah tersampaikan diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan suatu proses pertukaran informasi yang berlangsung antara dua orang dalam situasi tatap muka melalui saluran- saluran yang memungkinkan dapat memberikan isi pesan dan hubungan pesan serta terdapat umpan balik secara langsung yang meliputi keterbukaan, empati, dukungan kepositifan dan kesamaan.

### c. Aspek-aspek Komunikasi Interpersonal

Menurut (DeVito, 2011) komunikasi interpersonal merupakan pendekatan yang efektif dalam menjalin hubungan dengan orang lain, terdapat lima aspek yang harus digunakan yaitu :

#### 1) Keterbukaan (*Openness*)

Keterbukaan terjadi karena dipengaruhi oleh kejujuran komunikator dan komunikan dalam menjawab semua tanggapan yang sedang terjadi dalam komunikasi. Komunikator harus bersikap terbuka kepada komunikan.

#### 2) Empati (*Empathy*)

Komunikator dan komunikan diharuskan menahan diri untuk memberikan pertimbangan, menilai dan mengkritik komunikan karena fokus dalam empati ini untuk dapat memahami pendapat yang sedang dibahas. Semakin banyak memahami keinginan, pengalaman, kemampuan dan kelebihan seseorang maka komunikator dan komunikan akan mengetahui seseorang lebih banyak.

3) Sikap Mendukung (*Supportiveness*)

Sikap mendukung membuat pengetahuan terhadap lawan bicara menjadi efektif dan membantu memperbaiki proses komunikasi yang terjadi. Bantuan yang diberikan harusnya bersifat deskriptif (menjelaskan sesuatu yang rinci) bukan evaluatif, spontan bukan secara terencana dan proporsional tidak melebih-lebihkan.

4) Sikap Positif (*Positiveness*)

Bersikap positif dalam proses komunikasi dilakukan dengan cara menyatakan sikap positif dan mendorong lawan bicara untuk berinteraksi. Sikap positif harus dimunculkan dari diri sendiri terlebih dahulu dan membuat lawan bicara merasa aman dalam proses komunikasi.

5) Kesetaraan (*Equality*)

Kesetaraan harus dilakukan dalam proses komunikasi meskipun salah satu lawan bicara memiliki kekayaan yang lebih banyak, pendidikan lebih tinggi, status lebih tinggi, fisik lebih sempurna dan lain sebagainya. Kejujuran dan kualitas komunikasi akan lebih baik ketika kedua lawan bicara merasa sebanding.

### **3. Hakikat Motivasi Berprestasi**

#### **a. Pengertian Motivasi**

Motivasi menurut Sumadi Suryabarata (Suryabarata, 1984: 70) adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan.

Sementara itu Arthur J.Gates dan kawan- kawan (Gates, 1965: 301) mengemukakan bahwa motivasi adalah suatu kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mengatur tindakannya dengan cara tertentu.

Adapun Jerald Greenberg (1996) menyebutkan bahwa motivasi adalah proses membangkitkan, mengarahkan dan menetapkan perilaku arah suatu tujuan. Dari tiga definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan atau kebutuhan (Djaali, 2008, p.101).

Dimiyati (2019, p.70) menyampaikan setiap individu untuk mencapai tujuannya harus memenuhi kebutuhannya lebih dahulu, baru motivasi itu muncul mendorongnya untuk menentukan sikap atau kesiapan untuk beraktivitas, baru kemudian segera menentukan aktivitasnya. Motivasi didenifisikan sebagai dorongan yang berasal dari luar atau dalam individu untuk melakukan suatu aktivitas yang menjamin aktivitas tersebut serta dapat menentukan arah haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk aktivitas, sehingga dapat mencapai tujuan yang ditetapkan (Rocchi & Pelletier et al., 2017, p. 367).

#### **b. Pengertian Motivasi Berprestasi**

Istilah motivasi berprestasi merupakan perpaduan dari dua istilah “motivasi” dan “prestasi” yang membentuk suatu kesatuan makna dan intepretasi. Maslow dalam (Santoso, 2006) menyatakan bahwa motivasi

merupakan suatu proses yang bergerak maju menuju ke suatu motivasi yang lebih tinggi. Ada 5 macam motivasi yang berkaitan dengan kebutuhan seseorang yang memiliki sifat ataubentuk yang berjenjang dari yang pertama hingga yang kelima, yaitu:

- a) Kebutuhan fisiologis, merupakan motivasi paling kuat yang ada dalam diri seseorang, seperti: makan, minum, dan seksual.
- b) Kebutuhan akan keamanan (merasa aman dan terlindung, jauh dari bahaya).
- c) Kebutuhan akan cinta dan keberadaan (berafiliasi dengan orang lain, diterima, memiliki).
- d) Kebutuhan akan penghargaan (berprestasi, berkompetensi, dan mendapatkan dukungan serta pengakuan)
- e) Kebutuhan akan beraktualisasi diri (kebutuhan kognitif: mengetahui, memahami, dan menjelajahi; kebutuhan estetik: keserasian, keteraturan, dan keindahan; kebutuhan aktualisasi diri: mendapatkan kepuasan diri dan menyadari potensinya).

Menurut Sardiman (2002) prestasi adalah kemampuan nyata yang merupakan hasil antara berbagai faktor yang mempengaruhi baik dari dalam maupun dari luar individu dalam belajar. Motivasi berprestasi adalah hal terpenting yang harus dimiliki oleh seorang atlet. Motivasi berprestasi yang dimiliki oleh seorang atlet pasti mengalami peningkatan atau mengalami penurunan. Saat pertandingan motivasi berprestasi dapat mempengaruhi atau akan dialami oleh seorang atlet.

Menurut Santrock (2003) motivasi berprestasi adalah keinginan untuk menyelesaikan sesuatu, untuk mencapai suatu standar kesuksesan, dan berusaha untuk mencapai kesuksesan itu. Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi berprestasi adalah suatu keinginan dari dalam atau dari luar individu untuk bergerak maju dan mencapai suatu standar kesuksesan tertentu.

**c. Faktor-faktor motivasi berprestasi**

Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi atlet, yaitu: motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Mylsidayu, 2022: 34). Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut:

a) Motivasi Instrinsik

Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang bersumber dari dalam individu untuk melakukan aktivitas olahraga yang bersifat permanen dan mandiri. Motivasi intrinsik terbagi menjadi dua, yaitu motivasi intrinsik positif dan motivasi intrinsik negatif. Motivasi intrinsik positif adalah keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, seperti ingin karier dalam olahraga lebih baik, dan aktualisasi diri. Motivasi intrinsik negatif, karena tekanan, acaman, ketakutan, dan kekhawatiran seperti takut tertinggal dengan teman-teman yang lain dalam tim.

b) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang bersumber dari luar individu untuk melakukan aktivitas olahraga yang bersifat

sementara, tergantung, dan kurang stabil. Motivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni motivasi ekstrinsik positif dan motivasi ekstrinsik negatif. Motivasi ekstrinsik positif berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan. Motivasi ekstrinsik negatif, sesuatu yang dipaksakan di luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat latihan.

#### **d. Aspek Motivasi Berprestasi**

(McClelland, 1987) mengemukakan bahwa motivasi berprestasi memiliki beberapa aspek, yaitu:

##### **a) Tanggung Jawab Pribadi**

Remaja dengan tanggung jawab pribadi yang tinggi dapat menunjukkan hasil dari pekerjaannya. Remaja dengan tanggung jawab pribadi dapat merasakan kepuasan atas kegiatanyang lakukan. Remaja dengan tanggung jawab pribadi rendah kurang menunjukkan prestasi kerjanya.

##### **b) Kebutuhan Akan Umpan Balik**

Remaja dengan motivasi berprestasi yang tinggi membutuhkan umpan balik atas hasil kerjanya. Remaja dengankebutuhan umpan balik yang rendah, kurang menunjukkan prestasinya.

##### **c) Kreatif – Inovatif**

Remaja dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung bertindak

kreatif, dengan mencari cara baru untuk menyelesaikan tugas dengan tepat dan berlaku mungkin bahkan cenderung untuk tidak menyukai pekerjaan rutin dengan pekerjaan yang sama dari waktu ke waktu. Pada saat didatangkan pada tugas atau pekerjaan yang rutin, remaja akan mencari cara lain untuk menjauhi namun tetap menyelesaikan tugas. Sedangkan remaja dengan motivasi berprestasi tingkat rendah, menyukai pekerjaan berstruktur yang remaja tidak harus menentukan sendiri apa yang harus remaja tersebut kerjakan dan bagaimana cara mengerjakan. Pekerjaan yang tertib sangat disenangi karena remaja tidak harus memikirkan inovasi yang baru.

d) Mempertimbangkan Resiko

Remaja dengan motivasi berprestasi yang tinggi memikirkan resiko yang dihadapi sebelum memulai suatu pekerjaan dan memilih tugas yang tidak begitu sulit, yang menantang kemampuan untuk melakukan namun masih memungkinkan untuk menyelesaikan tugas dengan baik. Seorang remaja dengan motivasi berprestasi tingkat rendah, memilih tugas yang sangat mudah. Pemilihan ini dilakukan dengan alasan tugas yang sangat mudah melahirkan keberhasilan.

e) Waktu penyelesaian tugas

Remaja dengan motivasi berprestasi tinggi berusaha menyelesaikan tugas dengan waktu secepat mungkin dan setepat mungkin. Seorang remaja dengan motivasi berprestasi yang rendah kurang tertantang untuk menyelesaikan tugas secepat mungkin bahkan cenderung dengan

waktu yang cukup lama, menunda pekerjaan dan tidak efisien.

Menurut Atkinson (dalam Sukadji 2001), motivasi berprestasi dapat tinggi atau rendah, didasari pada dua aspek, yaitu:

- 1) Harapan untuk sukses atau berhasil dan juga rasa ketakutan akan kegagalan. Seseorang dengan harapan untuk berhasil lebih besar daripada ketakutan akan kegagalan dikelompokkan kedalam orang-orang yang memiliki motivasi berprestasi tinggi.
- 2) Seseorang yang memiliki ketakutan akan kegagalan yang lebih besar daripada harapan untuk berhasil dikelompokkan kedalam orang-orang yang memiliki motivasi berprestasi yang rendah.

Pendapat lain dikemukakan (Asnawi, 2002) mengungkapkan aspek-aspek utama motivasi berprestasi individu sebagai berikut:

- 1) Mengambil Tanggung Jawab Atas Perbuatan- Perbuatannya.

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi merasa dirinya bertanggungjawab terhadap tugas yang dikerjakannya. Seseorang akan berusaha untuk menyelesaikan setiap tugas yang dilakukan dan tidak akan meninggalkannya sebelum menyelesaikan tugasnya.

- 2) Memperhatikan Umpan Balik Tentang Perbuatannya.

Pada individu dengan motivasi berprestasi tinggi, pemberian umpan balik atas hasil usaha atau kerjanya yang telah dilakukan sangat disukai dan berusaha untuk melakukan perbaikan hasil kerja yang akan datang.

- 3) Mempertimbangkan Resiko

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung mempertimbangkan resiko yang akan dihadapinya sebelum memulai pekerjaan. Ia akan memilih tugas dengan derajat kesulitan sedang, yang menantang kemampuannya, namun masih memungkinkan untuk berhasil menyelesaikan dengan baik.

Berdasarkan beberapa aspek di atas, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa aspek-aspek motivasi berprestasi adalah bertanggung jawab, memperhatikan resiko, memperhatikan umpan balik, kreatif dan inovatif, waktu penyelesaian tugas dan keinginan menjadi yang terbaik.

#### **4. Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Motivasi**

Performa yang mempengaruhi atlet saat bertanding ada dua faktor yaitu faktor fisik dan faktor psikologis. Faktor psikologis sangatlah penting dalam pertandingan dan bisa mengeluarkan kemampuan maksimal yang dimiliki atlet, akan tetapi faktor psikologis ini sering diabaikan oleh pelatih dan menejer pada satu tim. Motivasi atau kondisi mental seseorang atlet dapat dipengaruhi oleh adanya komunikasi interpersonal yang baik oleh pelatih.

Komunikasi mempunyai peranan yang penting terhadap berlangsungnya pertandingan maupun kegiatan latihan dalam meningkatkan prestasi atlet. Komunikasi di lingkungan olahraga terjadi antara pelatih dengan atlet atau sesama pelatih, komunikasi bisa dikatakan efektif apabila ada umpan balik, dua arah *feedback*. Kualitas pelatih juga

dipengaruhi oleh tingkat efektifitas komunikasi yang terjadi di dalam kegiatan latihan (Marani, 2017, p.180).

Komunikasi interpersonal yang berjalan dengan baik dapat dilihat ketika bisa mempengaruhi berbagai tujuan dalam latihan, jika hal ini berjalan maka akan mempengaruhi atlet untuk memiliki motivasi menuntaskan latihannya. Atlet bisa memiliki motivasi yang tinggi jika peran pelatih bisa menyampaikan pesan dan tujuan dengan cara yang tepat. Begitupun sebaliknya, pelatih akan semangat memotivasi atletnya, jika atlet tersebut memberikan respon yang baik kepada pelatihnya. Motivasi akan muncul ketika satu sama lain merasakan kenyamanan, dan selalu mendapat dorongan baik dari lingkungan sekitar.

Pelatih merupakan pemimpin dalam kepelatihan olahraga (Satiadarma, 2000) mengatakan bahwa kepemimpinan merupakan proses perilaku memengaruhi sejumlah orang untuk mencapai suatu target tertentu. Menjadi seorang pelatih dalam dunia olahraga harus menguasai aspek pengambilan keputusan, teknik memotivasi, memberikan umpan balik, menetapkan hubungan interpersonal dan mengarahkan suatu kelompok dengan rasa percaya diri. Peran pelatih dalam menjalani komunikasi dengan baik sangat mempengaruhi performa atlet saat latihan maupun pertandingan.

Penelitian Pratama (2022) menyatakan bahwasannya saat latihan berlangsung saat komunikasi interpersonal terjalin dengan baik seperti yang terjadi pada para atlet futsal MAN 2 Kota Kediri dengan pelatihnya

maka hal ini dapat memberikan kesempatan kepada para atlet untuk sama-sama berkontribusi dalam program yang akan dijalannya dan dalam proses peningkatan prestasi mereka. Pelatih dapat menjalin hubungan komunikasi interpersonal yang baik, para atlet juga akan merasa selalu dekat dan nyaman dengan pelatihnya sehingga selain mendapatkan performa yang maksimal hal tersebut juga dapat meningkatkan motivasi berprestasi. Ketika motivasi sudah didapat atlet, pelatih berarti sudah bisa memberikan kekuatan dan keyakinan dalam diri atlet saat latihan berlangsung maupun pertandingan.

Penelitian Ratna sekar (2023) menyatakan hasil penelitian ini mendapatkan hasil analisis deskriptif motivasi berprestasi atlet bulu tangkis di PB. Jaya Raya Satria, yaitu dengan rata-rata sebesar 86,03. Hasil tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi atlet bulu tangkis di PB. Jaya Raya Satria dalam kategori cukup. Motivasi berprestasi akan muncul pada atlet manakala atlet merasa nyaman dengan pelatihnya selain daripada dorongan dari lingkungannya. Motivasi seseorang berprestasi tergantung pada pandangannya tentang betapa kuatnya keyakinan yang terdapat dalam dirinya bahwa ia akan dapat mencapai apa yang diusahakan untuk tercapai.

Penelitian Vicki dkk,(2018) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dari komunikasi interpersonal dengan motivasi berprestasi atlet unit kegiatan mahasiswa. Hubungan komunikasi interpersonal pelatih sangat mempengaruhi motivasi berprestasi. Hal ini dapat dilihat dari

kenyamanan seorang atlet kepada pelatihnya dimana saat rasa nyaman itu ada dalam sebuah hubungan atlet dan pelatih maka komunikasi interpersonal pelatih kepada atletnya sudah baik karena tidak ada rasa takut dalam melakukan komunikasi dengan pelatih (Aly, 2014)

## **5. Profil Dojo Karate UNY**

UKM karate Universitas Negeri Yogyakarta didirikan pada 3 Maret tahun 1975 yang pada waktu itu masih IKIP Yogyakarta. Didirikan oleh Senpai Yahya Wilis A.S, Irwansyah S.Y, Samsul Bakrie, dan yufiono yang kemudian di ikuti oleh para karate yang lain. UKM Karate Universitas Negeri Yogyakarta terbentuk di Pantai Parangkusumo, para pendiri melakukan perjalanan pulang dengan jalan kaki dari pantai Parangkusumo menuju UNY, pembentukan UKM Karate “INKAI” UNY ini dilakukan Bersama dengan terbentuknya UKM Madawirna dan UKM Marching Band Citra Derap Bahana oleh para pendirinya. Adapun kegiatan UKM Karate UNY antara lain mengadakan *longmarch*, eksplorasi (latihandi alam), *training center* bagi atlet, UKM karate juga berhasil menjadi panitia penyelenggaran kejuaraan Karate tingkat ASEAN.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian yang dilakukan M Fajar Al Isfahri (2021) yang berjudul Komunikasi Interpersonal pelatih dan atlet karate dalam meningkatkan prestasi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dimana metode yang dipakai menghasilkan penelitian ini adalah komunikasi interpersonal yang dilakukan pelatih dan atlet dalam

meningkatkan prestasi berjalan dengan baik.

2. Penelitian dari Fathia Nuryaddin (2017) yang berjudul Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Atlet Terhadap Ketangguhan Mental Atlet (Studi Pada Tim Basket Putra Universitas Muhammadiyah Malang) berdasarkan penelitian di atas dapat dikaji bahwa terdapat pengaruh efektivitas komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet terhadap ketangguhan mental atlet yaitu sebesar 44.9% sedangkan 55.1% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.
3. Penelitian dari Ratna Sekar Arum (2023) yang berjudul Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Motivasi Berprestasi Atlet Bulu Tangkis Di Perkumpulan Bulu Tangkis (PB) Jaya Raya Satria. Berdasarkan penelitian di atas dapat dikaji bahwa ada hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet bulu tangkis di PB. Jaya Raya Satria, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,603. Koefisien korelasi bernilai positif, artinya jika komunikasi interpersonal pelatih semakin baik, maka motivasi berprestasi akan semakin tinggi. Sumbangan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi sebesar 36,40%.
4. Penelitian dari M. Ardianto Pratama yang berjudul Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Motivasi Berprestasi Pada Atlet Futsal Di Man 2 Kota Kediri. Berdasarkan penelitian di atas dapat dikaji bahwa tingkat komunikasi interpersonal pelatih dalam kategori tinggi sebesar 76%. Sedangkan tingkat motivasi berprestasi atlet futsal

MAN 2 Kota Kediri mayoritas berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 96%. Komunikasi interpersonal terbukti berhubungan dengan motivasi berprestasi atlet futsal di MAN 2 Kota Kediri yang dibuktikan dengan nilai  $R^2 = 0.871$ ;  $p=0,000$  yang berarti bahwa komunikasi interpersonal pelatih memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi atlet futsal di MAN 2 Kota Kediri sebesar 87,1.%

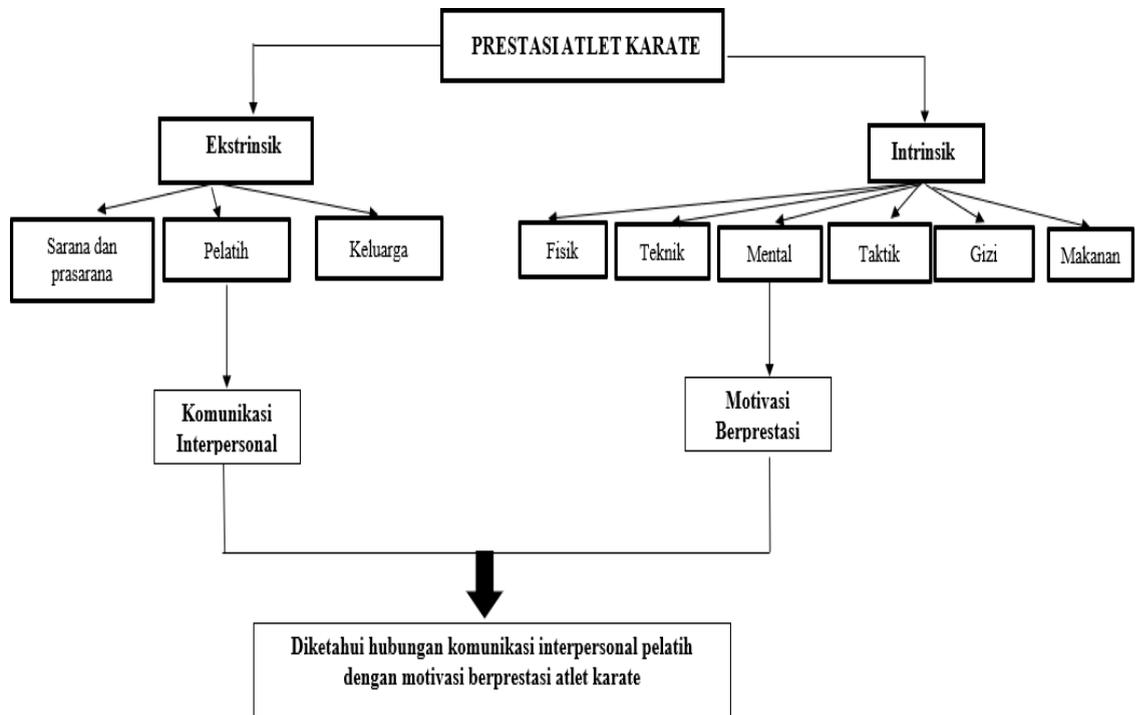
### **C. Kerangka Berpikir**

Mencapai suatu prestasi tinggi dalam suatu pertandingan atau kompetisi, diperlukan waktu yang cukup lama untuk dapat menguasai semua keterampilan, motivasi serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam kegiatan berlatih dan bertanding. Peran komunikasi sangat berpengaruh dalam proses penunjang prestasi atlet. Prestasi atlet berawal dari komunikasi yang baik dan akan menghasilkan kedekatan antara atlet dan pelatih. Dampaknya adalah semua program latihan yang diberikan oleh pelatih akan lebih mudah diterima dan dipahami. Komunikasi memiliki peran yang penting dalam proses latihan, karena dengan komunikasi pelatih akan mengerti apa saja yang dibutuhkan atletnya, begitu juga sebaliknya, atlet juga harus mengerti apa yang dibutuhkan pelatih untuk mencapai hasil yang maksimal. Tujuan sebuah latihan disampaikan menggunakan komunikasi, seperti perintah, larangan, aba-aba, maupun kritik dan saran dalam evaluasi.

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 pelatih tersebut melihat masalah yang dihadapi atletnya dan memecahkan bersama- sama.

Manajemen komunikasi yang baik akan memberikan motivasi tersendiri terhadap atlet. Komunikasi dalam olahraga adalah sebuah proses dinamis, terjadisecara aktif dan interaktif. Penerima pesan dapat menerima pesan atau menolakpesan pada saat pengirim pesan melemparkan pesannya. Komunikasi dalam olahraga juga merupakan komunikasi yang saling ketergantungan, interaksi yang terjadi terdapat *feedback* baik berupa verbal dan non verbal. Efek dari komunikasi olahraga yang diharapkan adalah adanya motivasi, instruksi, memberi solusi dan memberi harapan kepada lawan bicaranya. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat besaran dari masing-masing komponen pesan komunikasi interpersonal, yakni verbal dan nonverbal. Alur kerangka berpikir dapat digambarkan dengan bagan sebagai berikut :



#### D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tinjauan teori dan kerangka berpikir di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu: “adakah hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY”

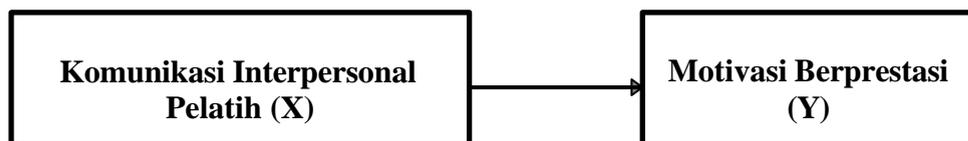
### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Penelitian korelasional yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua atau beberapa variabel (Arikunto 2019: 247). Arikunto (2019:87) menyatakan penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada atau tidak hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan tersebut, serta berarti atau tidak hubungan itu. Selanjutnya data-data angka yang telah diperoleh tersebut kemudian diolah menggunakan analisis statistik. Sesuai dengan penjelasan diatas, maka pada penelitian menempatkan komunikasi interpersonal sebagai variabel bebas dan motivasi berprestasi sebagai variabel terikat. Desain penelitian adanya hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY dapat digambarkan sebagai berikut :

Gambar 32. Desain Penelitian



## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di salah satu Dojo (tempat latihan) Karate UNY yaitu di *Hall* Senam Barat FIK UNY Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2023.

## **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

### 1. Populasi Penelitian

Azwar (2019) mendefinisikan bahwa populasi dapat sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Jadi, sebagai suatu populasi, kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subjek. Sugiyono (2017) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian yaitu 118 atlet karate di Dojo Karate UNY.

### 2. Sampel Penelitian

Sugiyono (2017) menyatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pendapat senada menurut Arikunto (2019) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Menurut (Arikunto, 2006) *purposive sampling* adalah teknik mengambil sampel dengan tidak berdasarkan random, daerah atau strata, melainkan

berdasarkan atas adanya pertimbangan yang berfokus pada tujuan tertentu.

Adapun kriterianya yaitu (1) atlet usia  $\geq 10$  tahun, (2) masih aktif mengikuti latihan, (3) bersedia menjadi sampel, (4) pernah mengikuti pertandingan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 60 atlet.

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah dua variabel bebas yaitu komunikasi interpersonal pelatih, sedangkan variabel terikat yaitu motivasi berprestasi. Definisi operasional variabel tersebut yaitu:

##### **1. Komunikasi interpersonal**

Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung. Komunikasi ini ditujukan untuk memberikan arahan dan semangat pada atlet serta atlet akan merasa apa yang dilakukannya adalah hal yang baik dan benar sehingga akan memunculkan semangat berprestasi dalam dirinya. Aspek-aspek yang ada dalam komunikasi interpersonal yaitu *openness, empathy, supportiveness, positiveness, equality*.

##### **2. Motivasi Berprestasi**

Motivasi berprestasi adalah suatu dorongan yang berasal dari dalam ataupun dari luar diri untuk mencapai suatu standar kesuksesan tertentu. Dalam bidang olahraga, apabila motivasi berprestasi atlet itu

tinggi maka kondisi mental dan permainan akan semakin efektif. Beberapa aspek dari motivasi berprestasi ini adalah tanggung jawab, mempertimbangkan risiko, memperhatikan umpan balik, kreatif inovatif, dan waktu penyelesaian tugas.

## **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2017: 224). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu: (1) Mencari data atlet Karate Dojo UNY. (2) Menyebarkan angket kepada responden melalui *google form*. (3) Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket. (4) Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

### **2. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan berupa angket/kuesioner tertutup. Arikunto (2019: 168), menyatakan bahwa “angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat”. Pernyataan-pernyataan yang disusun terdiri dari dua komponen item,

yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavourable* (pernyataan negatif). Alasannya, agar responden membaca seluruh pernyataan secara seksama. Penempatannya harus dilakukan secara acak (*random*). Setiap item pada pernyataan tersebut memiliki empat pilihan jawaban, yaitu dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

<b>Penyataan</b>	<b>Sangat Setuju (SS)</b>	<b>Setuju (S)</b>	<b>Tidak Setuju (TD)</b>	<b>Sangat Tidak Setuju (STS)</b>
<b>Favourable</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>Unfavourable</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

Pada penelitian, terdapat dua variabel yang diteliti, sehingga terdapat dua skala. Dua skala tersebut secara rinci dapat dijabarkan dalam kisi-kisi instrumen penelitian sebagai berikut.

**a. Instrumen Komunikasi Interpersonal Pelatih**

Skala yang digunakan untuk mengukur komunikasi interpersonal menggunakan kuesioner yang mengacu pada teori komunikasi interpersonal dari (DeVito, 2011) yang terdiri dari beberapa aspek yaitu: *openness*, *empathy*, *supportiveness*, *positiveness*, *equality*. Adapun instrumen diadopsi dari penelitian Pratama (2020: 41) dengan reliabilitas sebesar 0,939. Adapun kisi-kisi instrumen dalam tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Komunikasi Interpersonal Pelatih

No	Variabel	Sub. Variabel	Indikator	F	UF	T
1	Komunikasi Interpersonal	<i>Openness</i> (Keterbukaan)	Kesediaan berinteraksi dengan lingkungan	1,2	3,4	8
			Kesediaan menanggapi jujur dan tanggung jawab terhadap pesan dan perasaan yang diungkapkan.	5,6	7,8	
<i>Empathy</i> (Empati)		Memahami perkataan Yang diucapkan saat berkomunikasi	9,10	11,12	8	
		Merasakan kejadian pesan suatu peristiwa	13,14	15,16		
3		<i>Supportiveness</i> (Sikap Positif)	Memiliki pandangan kedepan dan terbaik dalam mengungkapkan pemikiran.	17, 19, 20, 21	18	9
	Menunjukkan ekspresi dukungan yang positif saat berkomunikasi		22, 23, 24	25		
4	<i>Positiveness</i> (Positif)	Perhatian positif saat komunikasi	26, 27, 29	28	7	
		Perasaan positif saat komunikasi	30, 31	32		
5	<i>Equality</i> (Kesetaraan)	Memiliki keinginan untuk bekerja sama	33, 34	35	6	
		Memandang ketidaksetujuan sebagai perbedaan yang ada.	36, 37	28		
Total				24	14	38

**b. Skala Motivasi Berprestasi**

Kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi terdapat 5 dimensi, yaitu tanggung jawab, resiko pemilihan tugas, kreatif inovatif, umpan balik, waktu penyelesaian tugas, dan memiliki tujuan yang realistis. Instrumen motivasi berprestasi diadopsi dari penelitian Pratama (2020: 42) dengan reliabilitas sebesar 0,926. Kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi disajikan pada tabel 3:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Motivasi Berprestasi.

No.	Variabel	Sub. Variabel	Indikator	F	UF	T
1	Motivasi Berprestasi	Tanggung Jawab	Adanya rasa bertanggung jawab terhadap sesuatu yangm dikerjakan	1,2	3,4,5	5
2		Kebutuhan akan umpan balik	Menyukai umpan balik atas pekerjaan yang dilakukan	6,7,8	9,10	5
3		Kreatif dan inovatif	Mampu menerapkan langkah-langkah terbaik untuk mencapai hasil yang diinginkan	11,12, 13	14,15	5
4		Mempertimbangkan resiko	Bersiap kegagalan menghadapi	16,17	18,19, 20	5
5		Waktu penyelesaian tugas	Berusaha menyelesaikan Setiap pekerjaan dalam waktu yang cepat, tepat dan efisien	21,22, 23	24,25	5
Total				13	12	25

## F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan suatu proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian, yaitu:

### 1. Statistik Deskriptif

Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase (Sugiyono, 2017: 112). Rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Azwar (2019: 43) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan norma penilaian pada Tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Kategori Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,5 SDi \leq X \leq STi$	Sangat Tinggi
2	$Mi \leq X < Mi + 1,5 SDi$	Tinggi
3	$Mi - 1,5 SDi < X \leq Mi$	Rendah
4	$SRi < X \leq Mi - 1,5 SDi$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2019: 43)

## **2. Statistik Inferensial**

### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dalam penelitian menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Ananda & Fadhil (2018: 193) menyatakan bahwa “uji normalitas adalah cara untuk menetapkan apakah distribusi data dalam sampel dapat secara masuk akal dianggap berasal dari populasi tertentu dengan distribusi normal”. Uji normalitas digunakan dalam melakukan uji hipotesis statistik parametrik. Sebab, dalam statistik parametrik diperlukan persyaratan dan asumsi-asumsi. Perhitungan ini akan dibantu dengan SPSS versi 23. Dasar pengambilan keputusan bisa dilakukan berdasarkan probabilitas, yaitu:

- 1) Jika probabilitas  $> 0,05$ , maka distribusi dari populasi adalah normal.
- 2) Jika probabilitas  $< 0,05$ , maka populasi tidak berdistribusi secara normal.

### **b. Uji Linearitas**

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian mempunyai hubungan yang linear jika kenaikan skor variabel independen diikuti kenaikan skor variabel dependen (Ghozali, 2018: 47). Uji linearitas dengan menggunakan uji Anova (uji F).

Perhitungan ini akan dibantu dengan SPSS versi 23. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah:

- 1) Jika nilai probabilitas  $\geq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
- 2) Jika nilai probabilitas  $\leq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

**c. Uji Hipotesis**

Pada penelitian ini uji hipotesis menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*. Analisis korelasi ini digunakan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara variabel dimana variabel lainnya yang dianggap berpengaruh dikendalikan atau dibuat tetap (sebagai variabel kontrol). Sugiyono (2017: 248) menjelaskan bahwa penentuan koefisien korelasi dengan menggunakan metode analisis korelasi *Pearson Product Moment* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{\{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2\} - \{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi *pearson*

$x_i$  = Variabel independen

$y_i$  = Variabel dependen

$n$  = Banyak sampel

#### **d. Koefisien determinasi ( $R^2$ )**

Kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen dapat diketahui dengan melihat besaran koefisien determinasi totalnya ( $R^2$ ). Jika nilai ( $R^2$ ) yang diperoleh mendekati 1 maka hubungan variabel independen terhadap variabel dependen semakin kuat. Sebaliknya jika nilai ( $R^2$ ) yang diperoleh mendekati 0 maka hubungan variabel independen terhadap variabel dependen lemah. Nilai ( $R^2$ ) dapat naik atau turun apabila satu variabel independen ditambahkan ke dalam model (Ghozali, 2018: 59).

**BAB IV**  
**HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penelitian**

**1. Hasil Analisis Deskriptif**

Hasil analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui penilaian responden terkait hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY. Berikut detail analisis deskriptif.

**a. Komunikasi Interpersonal (X)**

Deskriptif statistik data komunikasi interpersonal pelatih di Dojo Karate UNY selengkapnya pada tabel 5 berikut.

Tabel 5. Deskriptif Statistik Komunikasi Interpersonal Pelatih (X)

	<b>N</b>	<b>Range</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>	<b>Mean</b>	<b>Std. Deviation</b>	<b>Variance</b>
<b>X</b>	60	55	97	152	123.42	13.514	182.620
<b>Valid N (listwise)</b>	60						

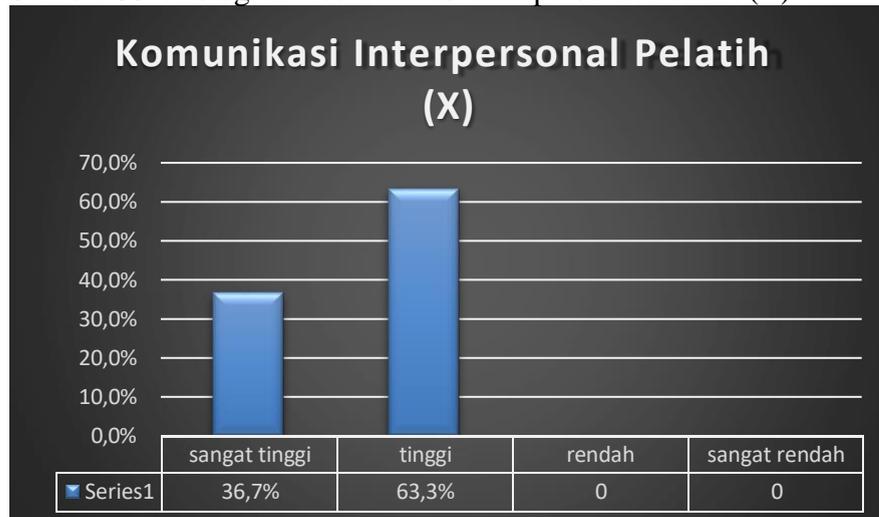
Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penelitian, komunikasi interpersonal pelatih di Dojo Karate UNY ditampilkan pada tabel sebagai berikut.

Tabel 6. Norma Penilaian Komunikasi Interpersonal Pelatih (X)

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	$129 < X$	Sangat Tinggi	22	36,7%
2.	$106 < X \leq 129$	Tinggi	38	63,3%
3.	$61 < X \leq 84$	Rendah	0	0,00%
4.	$X \leq 61$	Sangat Rendah	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas, komunikasi interpersonal pelatih di Dojo Karate UNY dapat dilihat pada gambar 33 sebagai berikut.

Gambar 33. Histogram Komunikasi Interpersonal Pelatih (X)



Berdasarkan tabel 6 dan Gambar 33 diatas menampilkan bahwa presentase komunikasi interpersonal pelatih di Dojo Karate UNY berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 36,7% (22 atlet), “tinggi” sebesar 63,3% (38 atlet), “rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet).

## b. Motivasi Berprestasi (Y)

Deskriptif statistik data motivasi berprestasi pelatih di Dojo Karate UNY selengkapnya pada tabel 7 berikut.

Tabel 7. Deskriptif Statistik Motivasi Berprestasi (Y)

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Y	60	25	75	100	84.17	12.149	147.599
Valid N (listwise)	60						

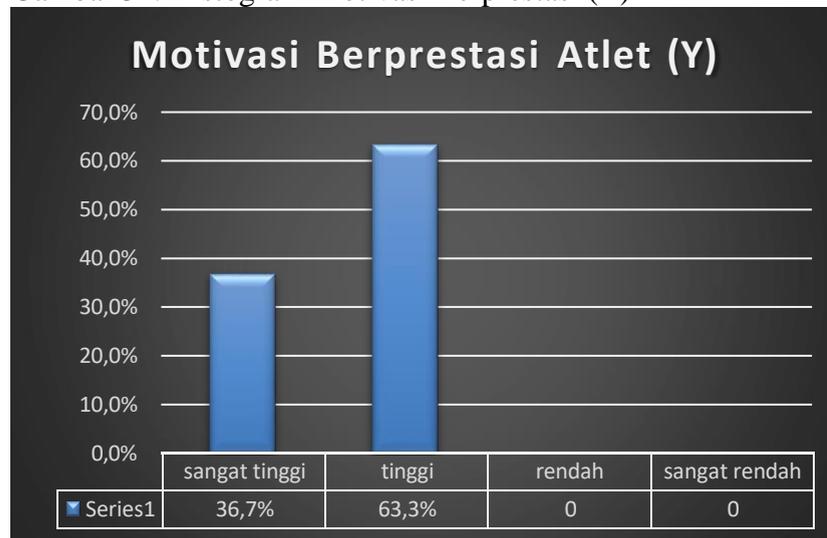
Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penelitian, Motivasi Berprestasi di Dojo Karate UNY ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 8. Norma Penilaian Motivasi Berprestasi

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	$86 < X$	Sangat Tinggi	22	36,7%
2.	$71 < X \leq 86$	Tinggi	38	63,3%
3.	$40 < X \leq 55$	Rendah	0	0,00%
4.	$X \leq 40$	Sangat Rendah	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas, motivasi berprestasi di Dojo Karate UNY dapat dilihat pada gambar berikut.

Gambar 34. Histogram Motivasi Berprestasi (Y)



Berdasarkan tabel 8 dan Gambar 34 diatas menampilkan bahwa presentase Motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY berada pada kategori “tinggi” sebesar 63,3% (38 atlet), “rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 atlet), “sangat tinggi” sebesar 36,7% (22 atlet).

## 2. Hasil Uji Prasyarat

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* yaitu dengan melihat nilai signifikan variabel; residual apabila nilainya berada di atas 0,05, maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Sebaliknya jika signifikan variabel residual berada di bawah 0,05, maka data terdistribusi tidak normal. Berikut detail hasil uji normalitas.

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	p	Sig	Keterangan
1	Komunikasi Interpersonal	0,076	0,05	Normal
2	Motivasi Berprestasi	0,125	0,05	Normal

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji normalitas diperoleh nilai taraf Sig.  $p > 0,05$  untuk keseluruhan data, sehingga seluruh data dinyatakan berdistribusi dengan normal. Hasil analisis dapat dilihat secara lengkap pada lampiran halaman.

**b. Uji Linieritas**

Penguji linieritas dilakukan melalui uji F. Hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dinyatakan linier.

Tabel 10. Hasil Uji Linieritas

Variabel	p	Sig	Keterangan
Komunikasi Interpersonal (X) * Motivasi Berprestasi (Y)	0,885	0,05	Linier

Berdasarkan tabel 10, adanya hubungan antara komunikasi interpersonal (X) dengan motivasi berprestasi (Y) dinyatakan linier karena mendapat nilai siginifikasi  $0,885 > 0,05$ . Hasil analisis secara lengkap dapat dilihat pada lampiran.

**c. Hasil Uji Hipotesis**

Uji Hipotesis menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*. Hasil pengujian menunjukkan jika nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan signifikansi  $< 0,05$ , dinyatakan hipotesis diterima dan sebaliknya. Hipotesis tersebut berbunyi “ada hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di

Dojo Karate UNY.

Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r hitung	r tabel	Sig.	Keterangan
Komunikasi Interpersonal (X) * Motivasi Berprestasi (Y)	0,766	0,254	0,000	Signifikan

Pada tabel tersebut, dapat diketahui nilai  $r_{\text{tabel}}$  0,254 dan  $r_{\text{hitung}}$  0,766 serta nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak artinya  $H_1$  diterima dan berbunyi “terdapat hubungan yang signifikan antara satu variabel independen yaitu komunikasi interpersonal terhadap variabel dependen yaitu motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY”. Pernyataan tersebut bernilai positif yang artinya jika komunikasi interpersonal semakin baik, maka motivasi berprestasi juga pun semakin baik.

Besarnya sumbangan variabel komunikasi interpersonal pelatih (X) dalam menjelaskan variabel motivasi berprestasi (Y) sebesar  $0,7662 \times 100\% = 0,586 \times 100 = 58,60\%$ . Hal ini berarti sumbangan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi pada atlet karate putra dan putri di Dojo Karate UNY sebesar 58,60%, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain sebesar 41,40% di luar penelitian.

## **B. Pembahasan**

Pembahasan hasil penelitian memberikan definisi yang lebih mendalam perihal analisis data yang sudah dijabarkan. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY bernilai positif yang artinya apabila komunikasi interpersonal pelatih semakin baik, maka motivasi berprestasi atlet akan semakin baik, memberikan persentase sebesar 63,7% untuk komunikasi interpersonal pelatih, sedangkan sisa persentasenya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Hal ini dapat menggambarkan bahwasanya dalam meningkatkan motivasi berprestasi atlet dibutuhkan komunikasi interpersonal pelatih yang baik.

Menurut pendapat Karisman, dan Vicki A. (2018) Terdapat hubungan yang signifikan dari komunikasi interpersonal dengan motivasi berprestasi atlet. Pelatih yang mampu berkomunikasi Baik dengan atlet dapat menumbuhkan motivasi berprestasi bagi atlet. Sikap yang baik saat pelatih berkomunikasi dengan atlet berbentuk jujur dalam penyampaian saat latihan berlangsung, mulai dari kekurangan dan kelebihan seseorang atlet, terbuka dalam hal yang berkaitan dengan seorang atlet.

Menurut Ruesch dan Bateson dalam Little John yang diterjemahkan oleh Alo Liliweri mengungkapkan sebagai berikut: “Tingkatan yang paling penting dalam komunikasi manusia adalah komunikasi antar pribadi (antar dua orang). Komunikasi antar pribadi (*Interpersonal Communication*) yang diartikan sebagai relasi individu dengan orang lain dalam konteks sosialnya.

Latihan karate masuk dalam hal sosial dimana saling membutuhkan satu sama lain dengan orang lain saat latihan berlangsung dan saat seseorang memiliki kebingungan dalam latihan, ia membutuhkan sosok yang dirasa nyaman dan bisa ditanyakan perihal yang dibinggungkan saat latihan berlangsung, maka dari itu komunikasi interpersonal pelatih dan atlet termasuk bagian yang penting dalam latihan.

Menurut Raharjo, dan Jennie (2015) Adanya keterbukaan antara pelatih dan atlet sehingga terjalin hubungan interpersonal yang baik. Penyampaian pesan secara tepat oleh pelatih kepada atlet, sehingga mudah dipahami dan diterima. Pelatih menciptakan suasana yang tenang, sehingga atlet dapat menafsirkan pesan dengan tepat.

Menurut penelitian Safira (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan perihal komunikasi interpersonal yang efektif mampu menghasilkan perubahan sikap (*attitude change*) pada orang yang terlibat dalam komunikasi. Komunikasi interpersonal yang efektif merupakan saling bertukar informasi, ide, kepercayaan, perasaan dan sikap antara dua orang yang hasilnya sesuai dengan harapan.

Motivasi merupakan faktor penggerak maupun bahan bakar yang dapat memicu timbulnya rasa semangat dan mampu merubah tingkah laku manusia untuk melakukan hal yang lebih baik untuk dirinya sendiri maupun lingkungan. Sejatinya yang sudah memiliki motivasi dalam diri dapat diartikan sebagai seseorang yang sudah selesai terhadap permasalahan pada dirinya sendiri, jika seseorang sudah selesai dengan dirinya sendiri

seseorang tersebut akan mengerti bahwasanya apa yang kurang dalam dirinya akan disampaikan kepada orang lain yang bersangkutan.

Prestasi merupakan tingkat keberhasilan seseorang mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam sebuah program (Muhibbin, 2010:150). Suatu program akan terlaksana pada saat latihan berlangsung dan hasil program yang sudah terlaksana akan memenuhi tujuan yang diinginkan. Misal ketika latihan dibutuhkan seorang pelatih yang mengerti dan bisa memahami hal-hal dasar yang tak biasa diajarkan oleh kebanyakan pelatih seperti filosofi dalam suatu gerakan dasar karate, manfaat disetiap gerakannya.

Menurut Suranto (2011) komunikasi interpersonal berfungsi untuk:

- (1) Membentuk dan menjaga hubungan baik antar individu;
- (2) Menyampaikan pengetahuan/informasi;
- (3) Mengubah sikap dan perilaku;
- (4) Pemecah masalah hubungan antar manusia;
- (5) Citra diri jadi lebih baik;
- (6) Jalan menuju sukses.

Seperti halnya yang harus diketahui bahwa keberhasilan suatu tujuan dari suatu program tidak serta merta langsung terjadi melainkan melewati proses dan tahapan disetiap kejadiannya atau saat latihan berlangsung, ada kalanya seseorang harus memulai dari mana dia bersikap dilanjutkan bagaimana seseorang tersebut berkomunikasi dan bagaimana cara menyelesaikan masalah, ketika semua sudah bisa dilaksanakan sendiri maka saat muncul tujuan atau motivasi yang ingin dicapai, seseorang tersebut sudah paham akan apa yang ia lewati agar memenuhi suatu tujuan.

Menurut Amirullah, dan Kiki R. (2015) Dengan adanya komunikasi interpersonal pelatih diharuskan memiliki kemampuan komunikasi yang efektif agar dapat membantu pemecahan masalah serta memberi dukungan kepada atlet. Faktor pendukung dari aktivitas komunikasi interpersonal yaitu keterbukaan antar pelatih dan atlet, kedisiplinan saat berlatih, berkomunikasi setelah berlatih seperti membahas kekurangan dan perkembangan saat berlatih, motivasi dan dukungan.

Komunikasi interpersonal merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap motivasi berprestasi. Sehingga semakin baik kemampuan komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh siswa maka akan semakin baik pula motivasi berprestasi siswa. Hasil ini juga didukung dengan pendapat McClelland (dalam Haryani dan Tairas, 2014) mengungkapkan faktor eksternal dalam motivasi berprestasi meliputi lingkungan sekolah, keluarga dan teman.

McClelland dan Atkinson (Djiwandono, 2002) menyatakan bahwa motivasi berprestasi adalah dorongan seseorang cenderung berjuang untuk mencapai sukses atau memilih suatu kegiatan yang berorientasi untuk tujuan sukses atau gagal. Seseorang yang memiliki jiwa berprestasi yang tinggi, pasti akan mencoba hal apapun yang sedang ia lewati dalam mencapai suatu tujuan, mulai saat latihan, yang tidak kenal lelah untuk terus berlatih dalam keadaan apapun, menjaga pola makan saat mengikuti pertandingan, tak kenal lelah ketika sudah didalam pertandingan, jiwa pantang menyerah selalu membersamai ia saat pertandingan berlangsung.

Motivasi seseorang sangat dipengaruhi oleh tempat dimana ia berada dan peran orangtua, teman sekitar, dimana ketika mengalami suatu kejadian diluar waktu latihan itu bisa jadi mempengaruhi saat latihan berlangsung. Adapun contohnya ketika seseorang berada di rumahnya dan mengalami suatu masalah, bisa saja masalah tersebut membuat suasana seseorang tidak nyaman, dan tidak bersemangat dalam latihan. Hal tersebut sama dengan yang dikemukakan oleh Hawadi (2001) ,motivasi berprestasi dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor individual maupun faktor situasional. Faktor individual merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu, terdiri dari tujuan yang ditetapkan, harapan yang diinginkan, cita-cita, harga diri yang tinggi, rasa takut untuk sukses dan potensi dasar yang dimiliki. Faktor situasional merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu baik dari orang tua, guru, dan teman sebaya.

Menurut Stainback & Stainback (dalam Setyaningrum, 2015), orang tua memiliki peran sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing atau pengajar. Peran orang tua dalam menumbuhkan motivasi berprestasi anak sangatlah penting, dan bernilai tinggi.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Secara keseluruhan, peneliti menyadari bahwa saat penelitian, peneliti memiliki banyak kekurangan saat penelitian berlangsung. Penelitian yang sudah dilakukan semaksimal mungkin, namun tidak dapat dipungkiri memiliki keterbatasan yang ada saat penelitian berlangsung yaitu:

1. Pengambilan data saat penelitian berlangsung didasarkan pada hasil

kuesioner. Oleh karena itu, bisa saja terdapat unsur kurang objektif dalam pengisian kuesioner.

2. Saat penyebaran kuesioner berlangsung, pengawasan tidak bisa dilakukan secara menyeluruh, apakah responden mengisi dibersamai orangtua atau benar-benar mengisi secara sendiri.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal pelatih memiliki hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dan motivasi berprestasi atlet karate di Dojo Karate UNY dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,586 dan bernilai positif. Hal ini berarti komunikasi interpersonal pelatih yang baik mampu meningkatkan motivasi berprestasi atlet.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa saran yang dapat dijadikan rujukan, yaitu:

1. Disarankan kepada atlet karate perlu terbuka ke pelatih selama latihan berlangsung agar pelatih bisa memahami kondisi atlet yang sebenarnya.
2. Dilihat dari hasil penelitian ditemukan bahwa atlet karate dan pelatih perlu menjaga komunikasi dengan baik, salah satunya dengan cara menyampaikan target yang ingin dicapai dalam hal prestasi.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan pengawasan lebih ketat pada saat pengambilan data agar hasilnya lebih objektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.M, Sardiman. (2003). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Amirullah, Kiki Rizki. (2015). *Aktifitas komunikasi interpersonal pelatih dan atlet softball kota cilegon*. Skripsi tidak diterbitkan. Cilegon: Universitas Sultan Agung Tirtayasa.
- Aly, E. R. 2014. *Communication management among athlete and coaches*. European Scientific Journal, 3, hlm. 1-13
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Arikunto. (2019). *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto,S. (2006). *Metode penelitian kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beebe, S.A & Beebe,S.J & Redmond,M.V. (1999). *Interpersonal communication-relating to others*, (2nd ed). USA: Allynand Bacon.
- Budi, Rayusdawati. (2010). *Pengantar ilmu komunikasi*. Makassar: KRETAKUPA Print.
- Budiwanto, S. (2017). *Metode statistika*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Danardono,. (2017). Sejarah, etika dan filosofi seni beladiri karate, 14-22.
- De vito. (1994). *Human communication (6<sup>th</sup> edition)*. New York: HarperCollins Publisher.
- Devito, Joseph A. (2011). *Komunikasi antarmanusia*. Tangerang Selatan: KARISMA Publishing Group.
- Dimiyati. (2019). *Psikologi olahraga untuk sepakbola*. Yogyakarta: UNY press
- Djaali. (2008). *Skala likert*. Jakarta: Pustaka Utama.
- Djiwandono, Sri Esti Wuryani. (2002). *Psikologi pendidikan*. Jakarta : PT. Grasindo.
- Effendi, Onong Uchjana. (2001). *Ilmu komunikasi teori dan praktek*.

Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Emiko, Oyama. (1996). *Kurabete oboeru fukushi*. Tokyo: SenmonKyouiku Publishing Co.,Ltd
- Fadhallah A.R. (2021). *Wawancara*. Jakarta: UNJ Press.
- Fajar, M. A. (2021) *Komunikasi interpersonal pelatih dan atlet karate dalam meningkatkan prestasi* [Skripsi]. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan.
- Falaahudin *et al.*, (2019). *Tingkat kebugaran jasmani mahasiswa ukm taekwondo putra universitas mercu buana yogyakarta*. Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan. 1(1), 49-55.
- Fernandi, I. D., & Jannah, M. (2013). *Hubungan persepsi komunikasi interpersonal pelatih-atlet terhadap motivasi berprestasi pada atlet hoki*. *Jurnal Character*, 1(2), 1-7.
- Gates, J. (1998). *The Ownership Solution*. London: Penguin.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang:Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Greenberg, Jerald. (2011). *Behavior in organizations*. Inggris:Pearson.
- Hamid, Apris. (2007). *Teknik Dasar karate (kihon)*. Padang: Inkanas Sumatera Barat.
- Hardjana, A. M (2003). *Komunikasi intrapersonal dan interpersonal*.
- Haryani dan Tairass. (2014). *Motivasi berprestasi pada mahasiswa berprestasi dari keluarga tidak mampu secara ekonomi*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 3(1) : 33-34 Yogyakarta:Kanisius.
- Hawadi, A. R. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak: Mengenal Sifat, Bakat, Dan Kemampuan Anak*. Jakarta: Grasindo.
- J.B, Sujoto. (1996). *Teknik oyama karate seri kihon*. Jakarta: PT ElexKomputindo.
- Karisman, Vicky Ahmad. (2018). *Hubungan komunikasi interpersonal pelatih terhadap motivasi berprestasi atlet unit kegiatan mahasiswa*. *Jurnal Online researchgate.net/publication* diakses pada tanggal 14 Oktober 2023.

- Liliweri, Alo. (2015). *Komunikasi antarpersonal*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group
- Mariyani, L. M. Indah & Sariyathi, N. Ketut. (2017). *Pengaruh motivasi, komunikasi dan disiplin kerja terhadap kinerja karyawan warung mina peguyangan di denpasar*. *Jurnal Manajemen Unud*. Volume 6(7), 3540-3569.
- McClelland, D.C. (1987). *Human motivation*. New York : CambridgeUniversity Press.
- Mulyana, Dedy. (2004). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mylsidayu, A & Kurniawan, F. (2018). *Ilmu kepelatihan dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Navkaria, R. D., & Wijaya, F. J. M. (2021). *Tingkat pemahaman pelatih bolavoli di surabaya terhadap program latihan mental*. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(11), 94-98.
- Nugroho *et al.*, (2020). *Analisis penilaian prestasi teknik dalam pertandingan pencak silat analysis of technical achievement assessment in pencak silat competition*. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 16(2), 66–71. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres/article/view/31655/pdf>
- Pratama (2020). *Hubungan antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi pada atlet futsal di man 2 kota kediri*. Skripsi. Malang : UIN Malang Press.
- Raharjo, Jennie. (2015). “*Pola komunikasi pelatih dengan atlet basket: studi kasus komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet basket dalam memicu prestasi di sritex dragons solo*”. *Jurnal Online eprints.uns.ac.id/21591* diakses pada tanggal 14 Oktober 2023
- Rocchi, M., Pelletier, L., & Desmarais, P. (2017). The validity of the Interpersonal Behaviors Questionnaire (IBQ) in sport. *Measurement in physical education and exercise science*, 21(1), 15-25.
- Safira, M. R. (2019). *Pengaruh komunikasi interpersonal terhadap motivasi berprestasi antar anggota sanggar tari glossy dancer pekanbaru*. *JOM FISIP Vol. 6: Edisi II Juli - Desember 2019*.
- Santoso, Edi. (2010). *Teori komunikasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu. Santrock, J.W.

- (2003). *Adolescent- Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Saputro, S. K. (2014). *Proses komunikasi interpersonal antara pelatih yang merangkap sebagai atlet dengan atlet panjat tebing yang dilatihnya*. *Jurnal E-Komunikasi*, 2(2), 1-10.
- Setyaningrum, A. (2015). *Pengaruh dukungan social orang tua terhadap motivasi berprestasi kelas V sekolah dasar di Gugus Hasanudin Kabupaten Cilacap*. Skripsi. Program Sarjana Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suranto. (2011). *Komunikasi interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sudjana. (2002). *Metode statistika*. Bandung: Transito.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabet.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Alfabeta Suke.
- Silversius. (1991). *Evaluasi hasil belajar dan umpan balik*. Jakarta.
- Suryabarata. (1984). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Syah, Muhibbin. (2010). *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Tofikin. (2022). *Pengembangan buku panduan teknik dasar (Tofikin, 2022) [Skripsi]*. Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Vicki, dkk., (2018). *Hubungan komunikasi interpersonal pelatih terhadap motivasi berprestasi atlet unit kegiatan mahasiswa*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Kreasi STKIP Pasundan Cimahi* , 2, 5- 9.
- Weiss, M. R., & Ferrer, C. E. (2002). *Motivational orientations and sport behavior*. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sportpsychology* (pp. 101-183). Human Kinetics.
- Wardhani, et. al. (2012). *Hubungan komunikasi interpersonal dan motivasi berprestasi dengan kinerja guru sekolah dasar negeri di kecamatan colomadu kabupaten karanganyar*. Vol 1, No 3 Hal 6. Program Studi

Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Yuwanto,L. & Sutanto,D. (2012). *Deskripsi psikologis atlet remaja berdasarkan analisis struktur EPPS*. Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol 3 Hal 115-122.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

	<b>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI</b> <b>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b> <b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN</b> <small>Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092 Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id</small>
<hr/>	
Nomor : B/56/UN34.16/LT/2023	22 Agustus 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal	
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian	
<b>Yth . Agus Supriyanto, S.Pd., M.Si.</b> Dosen FIKK UNY	
<p>Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:</p>	
Nama :	Istiana Putri Diva
NIM :	19602244035
Program Studi :	Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Judul Tugas Akhir :	Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Atlet Putra Putri di Dojo Karate UNY
Waktu Uji Instrumen :	27 Agustus - 15 September 2023
<p>bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya. Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.</p>	
	<p>Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni,</p>  
Tembusan :	Prof. Dr. Guntur, M.Pd. NIP. 19810926 200604 1 001
1. Kepala Layanan Administrasi;	
2. Mahasiswa yang bersangkutan.	

## Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

### **ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN**

Responden yang terhormat,

Saya Istiana Putri Diva mahasiswi Universitas Negeri Yogyakarta sedang melakukan penelitian mengenai hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet di Dojo Karate UNY. Untuk tercapainya sasaran penelitian, dimohon kesediaan Anda untuk memberikan informasi sesuai dengan apa yang Anda alami dan Anda rasakan.

Jawaban dalam pernyataan tersebut TIDAK ADA yang SALAH.

Jawaban yang Anda berikan akan DIRAHASIAKAN dan hanya akan digunakan dalam penelitian ini. Terima kasih atas waktunya, partisipasi anda sangat berharga.

Nama :

Kelas :

Usia :

Terdapat 63 butir pertanyaan cara menjawabnya adalah dengan memberi tanda centang atau ceklis pada pernyataan yang sesuai dengan keadaan anda.

Bacalah pernyataan dengan seksama kemudian Pilihlah pernyataan yang Anda anggap paling sesuai keterangan.

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

### Skala Penelitian Komunikasi Interpersonal Pelatih

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa pelatih saya adalah teman bicara yang menyenangkan				
2	Saya berani menyampaikan kendala saat akan bertanding				
3	Saya sungkan menyampaikan kendala saat akan bertanding				
4	Saya merasa pelatih bukan sosok yang menyenangkan				
5	Saya antusias menyelesaikan materi latihan				
6	Saya tidak ragu-ragu untuk menceritakan kesulitan saya kepada pelatih				
7	Saya tidak setuju melakukan latihan berat yang diberikan pelatih				
8.	Saya menolak jika waktu latihan ditambah				
9	Pelatih saya selalu merespon pembicaraan setiap kali saya bertanya				
10	Saya menganggap pelatih menaruh harapan pada saya				
11	Saya tidak mudah menerima kritikan dari pelatih				
12	Saya menganggap pelatih tidak percaya terhadap kemampuan saya				
13.	Saya menyesal ketika perkataan saya dapat menyinggung pelatih				
14	Pelatih tetap mendukung saya saat mengalami kekalahan saat bertanding				

15	Saya tidak terbuka ke pelatih dalam menceritakan permasalahan saat dilapangan.				
16	Saya tidak memperdulikan apa yang pelatih harapkan kepada saya				
17	Pelatih saya mendengarkan dengan penuh perhatian pada saat saya berbicara				
18	Saya merasa pelatih selalu mengalihkan pembicaraan saat berbicara dengan saya				
19.	Pelatih saya tertarik bila saya membicarakan mengenai masalah yang saya alami				
20	Saya menganggap kritikan dari pelatih sebagai tanda bahwa mereka menyayangi saya				
21	Pelatih akan memberikan masukan dari percakapan yang kita lakukan				
22.	Pelatih senang dengan prestasi yang saya capai				
23	Pelatih selalu mengapresiasi setelah latihan				
24	Pelatih berterimakasih karena saya sudah maksimal tampil saat pertandingan				
25.	Pelatih tidak pernah memberikan apresiasi ketika menang maupun kalah				
26.	Saya ingin pelatih menyemangati setiap saya melakukan pertandingan				
27	Pelatih selalu memberikan dukungan dan arahan saat pertandingan				
28	Pelatih tidak memberikan arahan apapun saat pertandingan				

29.	Pelatih menceritakan kegagalanya dimasa lalu sebagai alat untuk memotivasi diri saya, supaya tidak melakukan kesalahan				
30.	Saya merasa pelatih saya selalu memberikan pujian kepada saya, jika mendapatkan prestasi yang baik ketika tanding				
31	Saya bahagia ketika pelatih bisa memberikan arahan saat bertanding				
32	Saya tidak nyaman saat pelatih memberikan arahan				
33.	Pelatih akan berusaha memberikan masukan yang tepat sesuai dengan kebutuhan saya				
34.	Pelatih memandang seluruh atlet itu sama, tanpa membeda-bedakan satu dengan yang lain				
35	Saya sulit menerima masukan dari pelatih saya				
36.	Saya mampu menjadi pendengar yang baik				
37	Saya dapat memberi respon yang baik				
38.	Pelatih saya enggan mendengarkan keluhan.				

### Skala Penelitian Motivasi Berprestasi Atlet

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Sesulit apapun materi latihan yang diberikan oleh pelatih, saya akan tetap menyelesaikannya sebaik mungkin				
2	Ketika saya memiliki jadwal latihan, saya akan Memprioritaskannya				
3	Saya lebih konsentrasi ketika mendapatkan materi latihan yang disampaikan oleh pelatih dibandingkan penjelasan dari teman saya				
4	Saya tidak bisa menyelesaikan materi latihan, jika pelatih menjelaskan materi saya tidak paham.				
5	Ketika ada materi latihan yang sulit, saya lebih memilih tidak melaksanakan materi tersebut				
6	Saya menerima masukan dari pelatih dan teman - teman agar dapat mengasah skill individu dengan lebih baik				
7	Ketika saya sedang dalam performa yang kurang memuaskan, saya akan berlatih lebih giat lagi untuk mempersiapkan diri menghadapi pertandingan berikutnya				
8	Saya akan berlatih lebih keras ketika akan bertemu lawan yang kuat untuk bisa Mengalahkannya				
9	Bila performa saya dinilai buruk oleh pelatih, saya malas untuk memperbaikinya				
10	Saya tidak akan melakukan materi latihan sendiri untuk mengatasi kurangnya skill yang saya miliki				
11	Terus berlatih mengasah skill yang belum saya kuasai merupakan hal yang menyenangkan bagi Saya				
12	Saya ingin membuat terobosan baru dalam latihan untuk mendapatkan performa yang lebih baik				
13	Ketika bertemu lawan yang lebih kuat saya akan mempelajari kelebihanannya dan mencoba mengasah skill baru untuk mengalahkannya di pertandingan lain				
14	Saya merasa kesulitan mengembangkan kemampuan gerak dalam diri saya saat latihan.				

15	Saya lebih mampu menerapkan materi latihan dari pelatih, daripada membuat materi latihan sendiri				
16	Saya lebih menyukai bertanding dengan lawan yang lebih kuat				
17	Dalam setiap pertandingan, saya siap menghadapi kekalahan				
18	Saya malas mengikuti kompetisi ketika saya tahu akan kalah				
19	Saya merasa terpuruk setelah mengalami Kekalahan				
20	Saya lebih memilih berhenti bermain ketika mengalami kekalahan beruntun				
21	Saya akan berusaha menyelesaikan latihan sebaik mungkin dalam waktu yang ditentukan oleh pelatih				
22	Saya semangat melaksanakan latihan ketika jam pelatihan sudah dimulai				
23	Saya senang melakukan latihan skill individu sesuai waktu yang saya tentukan				
24	Bagi saya, tidak melakukan latihan sesuai waktu yang ditentukan adalah hal yang biasa				
25	Saya berlatih hanya ketika saya menginginkannya, bukan berdasarkan jadwal				

### Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi Instrumen Penelitian Tugas Akhir Skripsi

#### SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agus Supriyanto, S.Pd.,M.Si.

NIP : 198001182002121002

Menyatakan :

Nama : Istiana Putri Diva

NIM : 19602244035

Departemen : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga (PKO)

Judul TA : Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Atlet  
Putra Putri di Dojo Karate UNY

Dengan ini menyatakan instrumen angket tersebut (√)

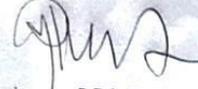
- layak digunakan untuk penelitian  
 layak digunakan untuk perbaikan  
 tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Beberapa saran sebagai berikut:

1. Instrumen yg di berikan dapat dengan lebih baik  
ada perbaikan instrumen agar lebih di gunakan  
2. Instrumen sangat dapat di gunakan

Demikian keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,....Agustus 2023



Agus Supriyanto, S.Pd.,M.Si.

NIP 198001182002121002

Catatan:

Beri tanda ✓

#### Lampiran 4. Permohonan Validasi TAS

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA  
Lampiran : 1 bandel  
Kepada Yth. : Bapak Agus Supriyanto, S.Pd.,M.Si.

Dengan hormat,

Selubungan dengan Pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Istiana Putri Diva  
Nim : 19602244035  
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan : (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, (3) draft instrumen penelitian TA.

Demikian surat permohonan ini saya buat, atas perhatian dan kesediaannya saya sampaikan terimakasih.

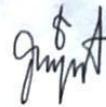
Yogyakarta,

Pembimbing,

Hormat saya.



Dr. Danardono, M.Or  
NIP: 197611052002121002



Istiana Putri Diva  
NIM 19602244035













## Lampiran 6. Deskriptif Statistik

### Uji Deskriptif X (Komunikasi Interpersonal)

#### Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
X	60	55	97	152	123.42	13.514	182.620
Valid N (listwise)	60						

### Uji Deskriptif Y (Motivasi Berprestasi)

#### Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Y	60	25	75	100	84.17	12.149	147.599
Valid N (listwise)	60						

### Jumlah X dan Y

#### Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
X	60	55	97	152	123.42	13.514	182.620
Y	60	25	75	100	84.17	12.149	147.599
Valid N (listwise)	60						

**Lampiran 7. Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		<b>Komunikasi Interpersonal (X)</b>	<b>Motivasi Berprestasi (Y)</b>
<b>N</b>		<b>60</b>	<b>60</b>
<b>Normal Parameters<sup>a,b</sup></b>	<b>Mean</b>	<b>123.42</b>	<b>84.17</b>
	<b>Std.</b>		
	<b>Deviation</b>	<b>13.514</b>	<b>12.149</b>
<b>Most Extreme Differences</b>	<b>Absolute</b>	<b>.108</b>	<b>.408</b>
	<b>Positive</b>	<b>.108</b>	<b>.408</b>
	<b>Negative</b>	<b>-.079</b>	<b>-.270</b>
	<b>Test Statistic</b>	<b>.108</b>	<b>.408</b>
	<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>	<b>.076<sup>c</sup></b>	<b>.125<sup>c</sup></b>

**a. Test distribution is Normal.**

**b. Calculated from data.**

**c. Lilliefors Significance Correction.**

Lampiran 8. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<b>Motivasi Berprestasi * Komunikasi Interpersonal</b>	<b>Between Groups</b>	<b>(Combined)</b>	<b>6614.583</b>	<b>34</b>	<b>194.547</b>	<b>1.762</b>	<b>.072</b>
		<b>Linearity</b>	<b>4150.755</b>	<b>1</b>	<b>4150.755</b>	<b>37.592</b>	<b>.000</b>
		<b>Deviation from Linearity</b>	<b>2463.828</b>	<b>33</b>	<b>74.661</b>	<b>.676</b>	<b>.855</b>
	<b>Within Groups</b>		<b>2760.417</b>	<b>25</b>	<b>110.417</b>		
	<b>Total</b>		<b>9375.000</b>	<b>59</b>			

Lampiran 9. Uji Korelasi

**Correlations**

		<b>Komunikasi Interpersonal</b>	<b>Motivasi Berprestasi</b>
<b>Komunikasi Interpersonal</b>	<b>Pearson Correlation</b>	<b>1</b>	<b>.766**</b>
	<b>Sig. (2-tailed)</b>		<b>.000</b>
	<b>N</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
<b>Motivasi Berprestasi</b>	<b>Pearson Correlation</b>	<b>.766**</b>	<b>1</b>
	<b>Sig. (2-tailed)</b>	<b>.000</b>	
	<b>N</b>	<b>60</b>	<b>60</b>

**\*\*.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Lampiran 10. Dokumentasi

