

ABSTRAK

STRATEGI KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DALAM MENINGKATKAN RASA KEPERCAYAAN DIRI ATLET KARATE PEMULA DI DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN

(Studi Pada Atlet Karate Pemula Dojo Destroyer Lampung Selatan)

Oleh

NADILA

Dalam setiap pertandingan olahraga termasuk karate, selain kekuatan fisik, fondasi dasar yang harus dimiliki seorang atlet di dalam pertandingan ialah kepercayaan diri. Namun dalam praktiknya di lapangan, atlet terutama atlet karate pemula kerap kali menghadapi berbagai macam permasalahan yang berkaitan dengan faktor psikologis seperti halnya penurunan semangat dan rasa kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi komunikasi interpersonal pelatih dalam meningkatkan rasa kepercayaan diri atlet karate pemula di dalam menghadapi pertandingan berdasarkan tiga periode waktu yaitu menjelang, saat, dan setelah pertandingan. Metode yang digunakan ialah kualitatif dengan landasan teori yang digunakan yaitu pendekatan humanistik milik Joseph A. Devito. Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Informan dalam penelitian ini terdiri dari 1 orang kepala pelatih sebagai informan kunci dan 10 orang atlet karate pemula sebagai informan utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatih dojo Destroyer Lampung Selatan menerapkan pendekatan humanistik milik Joseph A. Devito dalam strategi komunikasi interpersonal untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri atlet karate pemula baik itu menjelang, saat, dan setelah pertandingan. Keterbukaan ditunjukkan melalui evaluasi jujur dan komunikasi dua arah yang mendorong atlet menyampaikan kendala yang dihadapi. Empati dan sikap mendukung tercermin dari pendampingan emosional, sentuhan fisik, serta motivasi verbal yang diberikan untuk menenangkan dan menyemangati atlet dalam berbagai situasi pertandingan. Sikap positif pelatih tampak dalam memberikan kritik yang membangun dan ajaran untuk tetap rendah hati saat meraih kemenangan serta tidak putus asa saat mengalami kekalahan, sehingga membentuk mental bertanding yang kuat. Kesetaraan diwujudkan melalui pemberian perhatian, motivasi, dan evaluasi yang adil kepada seluruh atlet yang menciptakan suasana suportif dan meningkatkan rasa percaya diri atlet karate pemula.

Kata Kunci: Strategi, Komunikasi Interpersonal, Pelatih, Atlet Karate Pemula, Kepercayaan Diri, Pertandingan.

ABSTRACT

COACHES' INTERPERSONAL COMMUNICATION STRATEGIES IN INCREASING THE CONFIDENCE OF BEGINNER KARATE ATHLETES IN FACING COMPETITIONS

(Study on Beginner Karate Athletes of South Lampung Destroyer Dojo)

By

NADILA

In every sports match including karate, in addition to physical strength, the basic foundation that an athlete must have in the game is confidence. However, in practice in the field, athletes, especially beginner karate athletes, often face various kinds of problems related to psychological factors such as decreased enthusiasm and confidence. This study aims to find out the coach's interpersonal communication strategy in increasing the confidence of beginner karate athletes in facing matches based on three time periods, namely before, during, and after the match. The method used is qualitative with the theoretical foundation used, namely Joseph A. Devito humanistic approach. Data collection techniques are in the form of observation, interviews, and documentation. The informants in this study consisted of 1 head coach as a key informant and 10 beginner karate athletes as the main informant. The results showed that the coach of the South Lampung Destroyer dojo applied Joseph A. Devito humanistic approach in interpersonal communication strategies to increase the confidence of beginner karate athletes before, during, and after the match. Openness is shown through honest evaluation and two-way communication that encourages athletes to convey the obstacles they face. Empathy and supportive attitudes are reflected in emotional assistance, physical touch, and verbal motivation given to calm and encourage athletes in various match situations. The coach's positive attitude is seen in providing constructive criticism and teachings to remain humble when winning and not despair when experiencing defeat, thus forming a strong competitive mentality. Equality is realized through giving fair attention, motivation, and evaluation to all athletes which creates a supportive atmosphere and increases the confidence of beginner karate athletes.

Keywords: *Strategy, Interpersonal Communication, Coach, Beginner Karate Athletes, Confidence, Competition*