

Fenomena Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih dan Atlet Sepakbola dalam Mendorong Peningkatan Prestasi: Studi Fenomenologi di ASIOP

Rahmat Khairan Jaman ¹, Astri Wulandari ²

¹ Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Ilmu Sosial, Universitas Telkom , Indonesia, rahmatkhairan@student.telkomuniversity.ac.id

² Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Ilmu Sosial, Universitas Telkom , Indonesia, astriw@telkomuniversity.ac.id

Abstract

This study examines interpersonal communication between football coaches and athletes in enhancing performance at SSB ASIOP. The aim is to analyze how such interactions contribute to performance achievement. Referring to Joseph A. DeVito's (2022) Interpersonal Communication theory, which outlines seven key elements—source-receiver, message, channel, noise, context, effects, and ethics—this research employs a qualitative approach with a phenomenological method. Data were collected through in-depth interviews with coaches and athletes, as well as direct observations during training sessions and matches. The findings indicate that positive communication between coaches and athletes plays a significant role in improving performance, particularly through clear communication channels and the use of specific terminology understood by all members of ASIOP's main League 4 team. Two-way communication creates space for athletes to provide feedback, fostering performance improvement. Barriers such as differences in personality, physical distractions, and miscommunication remain challenges that need to be addressed. Ethical considerations in delivering criticism and maintaining the athletes' dignity were found to strongly influence their motivation and morale.

Keywords: interpersonal communication, coach and athlete, football, achievement, ASIOP

Abstrak

Penelitian ini mengkaji komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet sepakbola dalam upaya meningkatkan prestasi di SSB ASIOP. Tujuannya adalah menganalisis bagaimana interaksi tersebut berperan dalam pencapaian prestasi. Mengacu pada teori Komunikasi Interpersonal Joseph A. DeVito (2022) dengan tujuh elemen dasar—source-receiver, message, channel, noise, context, effects, ethics—penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan pelatih dan atlet, serta observasi langsung selama latihan dan pertandingan. Hasil menunjukkan bahwa komunikasi positif antara pelatih dan atlet berperan signifikan dalam peningkatan prestasi, terutama melalui saluran komunikasi yang jelas dan penggunaan istilah khusus yang dipahami seluruh anggota tim utama Liga 4 ASIOP. Komunikasi dua arah memberikan ruang bagi atlet untuk menyampaikan umpan balik, yang mendorong perbaikan performa. Hambatan seperti perbedaan karakter, gangguan fisik, dan miskomunikasi menjadi tantangan yang perlu diatasi. Etika dalam penyampaian kritik dan penghargaan terhadap martabat atlet terbukti mempengaruhi motivasi dan semangat mereka.

Kata Kunci: komunikasi interpersonal, pelatih dan atlet, sepakbola, prestasi, ASIOP

I. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer di Indonesia dan menjadi bagian penting dari kehidupan masyarakat. Popularitasnya melibatkan berbagai kalangan, dari anak-anak hingga dewasa, serta menyentuh aspek sosial dan budaya. Sepak bola tidak hanya dilihat sebagai hiburan, tetapi juga sebagai bentuk identitas kolektif masyarakat. Dalam konteks ini, pembinaan usia dini melalui Sekolah Sepak Bola (SSB) menjadi sangat penting. Salah satu faktor penentu keberhasilan pembinaan adalah kualitas komunikasi antara pelatih dan atlet. Komunikasi interpersonal menjadi pondasi dalam membangun pemahaman dan kerja sama tim.

Menurut Charles (2016), komunikasi interpersonal yang efektif antara pelatih dan atlet sangat memengaruhi peningkatan prestasi dalam olahraga. Komunikasi ini mencakup pertukaran pesan verbal dan nonverbal yang membentuk kepercayaan serta pengaruh emosional. Hubungan yang baik antara pelatih dan atlet mampu meningkatkan motivasi serta pemahaman terhadap instruksi teknis dan taktis. Dalam praktiknya, pelatih tidak hanya menjadi instruktur, tetapi juga mentor dan motivator. Oleh karena itu, keberhasilan tim sepak bola sering kali bergantung pada kualitas komunikasi yang terjalin. Hal ini menjadikan komunikasi interpersonal sebagai komponen penting dalam dunia olahraga.

Berdasarkan data dari Goodstats.id (2025), Indonesia menempati peringkat ketiga sebagai negara dengan jumlah penggemar sepak bola terbanyak di dunia, mencapai 165,48 juta orang. Data ini menunjukkan besarnya potensi dan antusiasme masyarakat terhadap sepak bola. Kondisi ini menjadi peluang untuk mengembangkan kualitas pembinaan melalui SSB. SSB menjadi wadah utama untuk mencetak atlet potensial sejak usia dini. Oleh sebab itu, dibutuhkan pendekatan pelatihan yang efektif dan berkelanjutan. Salah satunya melalui komunikasi interpersonal yang berkualitas antara pelatih dan atlet.

ASIOP (Akademi Sepak Bola Intinusa Olah Prima) merupakan salah satu SSB terkemuka di Indonesia. Berdiri sejak 1997, ASIOP telah mencetak banyak atlet berprestasi di tingkat nasional maupun internasional. Prestasi ASIOP antara lain juara Gothia Cup dan berbagai turnamen sepak bola usia muda. Akademi ini menekankan pada pengembangan teknik, taktik, serta karakter atlet. Dalam sistem pelatihannya, komunikasi antara pelatih dan atlet menjadi kunci utama dalam proses pembinaan. Hal ini menjadikan ASIOP sebagai objek menarik untuk dikaji secara ilmiah.

Pelatih memiliki peran penting dalam mempengaruhi pola pikir dan sikap atlet selama latihan dan pertandingan. Mereka bertindak sebagai pengarah strategi sekaligus pembentuk mental dan disiplin. Peran ini menuntut keterampilan komunikasi yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga emosional. Pelatih harus mampu mengenali karakter masing-masing atlet agar dapat menyampaikan pesan secara tepat. Dengan komunikasi yang baik, hubungan tim dapat menjadi lebih harmonis dan produktif. Keberhasilan dalam menciptakan iklim komunikasi ini berdampak langsung pada performa tim.

Komunikasi interpersonal dalam konteks pelatihan mencakup beberapa aspek penting, seperti empati, kejelasan pesan, dan keterbukaan. Keberhasilan pelatih dalam menyampaikan arahan dan memotivasi atlet sangat bergantung pada kemampuan membangun kepercayaan. Kualitas komunikasi ini juga menciptakan lingkungan latihan yang kondusif dan mendukung perkembangan prestasi. Ketika pelatih dan atlet memiliki hubungan komunikasi yang kuat, kesalahpahaman dapat diminimalkan. Ini memungkinkan proses latihan berjalan lebih efektif dan efisien. Hubungan ini harus dibangun secara konsisten dan saling menghormati.

Komunikasi interpersonal yang efektif juga melibatkan feedback yang membangun. Pelatih tidak hanya memberikan instruksi, tetapi juga menerima masukan dari atlet. Proses ini membentuk dialog dua arah yang sehat dan memperkuat keterlibatan emosional. Atlet merasa dihargai dan didengar, sehingga lebih termotivasi dalam proses latihan. Feedback yang tepat waktu dan relevan membantu atlet memperbaiki kesalahan dan mengembangkan potensinya. Dengan demikian, komunikasi menjadi alat strategis dalam pengembangan prestasi.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang berkualitas dapat meningkatkan kinerja atlet di berbagai cabang olahraga. Studi-studi tersebut juga menegaskan pentingnya hubungan personal antara pelatih dan atlet dalam menciptakan tim yang solid. Namun, konteks sepak bola usia muda di Indonesia masih jarang dikaji secara mendalam. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian yang mengeksplorasi pengalaman subjektif para atlet dalam menjalin komunikasi dengan pelatih. Melalui pendekatan fenomenologi, peneliti dapat memahami makna mendalam dari pengalaman tersebut. Penelitian ini berfokus pada bagaimana komunikasi interpersonal berperan dalam peningkatan prestasi atlet di SSB ASIOP.

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet di SSB ASIOP. Penelitian ini penting untuk mengetahui sejauh mana komunikasi dapat menjadi faktor penentu keberhasilan dalam pembinaan atlet muda. Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan kontribusi teoritis dalam ilmu komunikasi, khususnya komunikasi interpersonal dalam dunia olahraga. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan masukan praktis bagi pelatih, akademi sepak bola, dan pemangku kepentingan lainnya. Pemahaman

yang mendalam terhadap hubungan pelatih-atlet dapat memperkuat sistem pembinaan di Indonesia. Dengan begitu, pembinaan usia dini dapat menghasilkan atlet yang tidak hanya berprestasi, tetapi juga memiliki karakter dan komunikasi yang kuat.

II. TINJAUAN LITERATUR

Komunikasi

Komunikasi merupakan proses pertukaran pesan antara pengirim dan penerima yang bertujuan menciptakan pemahaman bersama. Menurut Devito (2011), komunikasi adalah proses simbolik yang berkelanjutan, di mana individu saling mempengaruhi melalui pertukaran pesan. Komunikasi menjadi dasar dalam hubungan sosial dan memainkan peran penting dalam membangun interaksi antarindividu, termasuk dalam konteks pelatihan olahraga. Dalam dunia kepelatihan, komunikasi digunakan pelatih untuk menyampaikan instruksi, motivasi, dan koreksi teknik kepada atlet. Keberhasilan komunikasi sangat bergantung pada kejelasan pesan, saluran komunikasi yang digunakan, dan hubungan emosional antara komunikator dan komunikan. Oleh karena itu, komunikasi yang efektif sangat penting dalam menciptakan proses pelatihan yang produktif dan efisien.

Menurut Shannon dan Weaver (1949), komunikasi terdiri dari lima elemen utama: sumber, pesan, saluran, penerima, dan umpan balik. Kelima elemen ini membentuk struktur dasar komunikasi yang dapat diterapkan dalam berbagai konteks, termasuk interaksi antara pelatih dan atlet. Dalam dunia olahraga, pelatih berperan sebagai sumber pesan yang harus menyampaikan informasi secara jelas dan tepat kepada atlet. Proses ini membutuhkan empati, keterbukaan, dan kemampuan membaca situasi agar pesan dapat diterima dengan baik. Selain itu, umpan balik dari atlet juga menjadi bagian penting dalam menciptakan komunikasi dua arah yang efektif. Dengan komunikasi yang terbuka dan responsif, hubungan pelatih dan atlet dapat terjalin dengan kuat serta berdampak pada peningkatan kinerja dan prestasi.

Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah bentuk komunikasi yang terjadi antara dua orang atau lebih dan berlangsung secara langsung, dengan tujuan membangun hubungan yang lebih personal. Menurut Devito (2011), komunikasi interpersonal melibatkan pertukaran pesan yang bersifat verbal dan nonverbal, serta dipengaruhi oleh konteks hubungan dan lingkungan sosial. Komunikasi ini bersifat dinamis dan berlangsung terus-menerus seiring perkembangan hubungan antara individu. Dalam konteks olahraga, komunikasi interpersonal menjadi fondasi penting dalam membangun kedekatan antara pelatih dan atlet. Melalui komunikasi yang efektif, pelatih dapat memahami kondisi emosional, kebutuhan, dan potensi atlet secara lebih mendalam. Hubungan yang dibangun melalui komunikasi interpersonal dapat menciptakan rasa saling percaya dan meningkatkan motivasi atlet dalam berlatih.

Komunikasi interpersonal memiliki beberapa karakteristik, antara lain adanya kedekatan, empati, keterbukaan, dan umpan balik. Hubungan pelatih dan atlet yang didasari komunikasi interpersonal cenderung menciptakan lingkungan yang suportif dan responsif terhadap kebutuhan atlet. Menurut Miller (2005), komunikasi interpersonal memungkinkan terciptanya hubungan yang bermakna dan memperkuat kerja sama dalam mencapai tujuan bersama. Dalam proses pelatihan, pelatih tidak hanya menyampaikan instruksi teknis, tetapi juga membangun komunikasi emosional untuk mendorong semangat dan komitmen atlet. Umpan balik yang diberikan secara langsung dan personal menjadi kunci dalam memperbaiki teknik serta menjaga konsistensi performa atlet. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal menjadi aspek yang sangat krusial dalam dunia kepelatihan olahraga, terutama dalam mendorong peningkatan prestasi.

Pelatih dan Atlet

Komunikasi pemasaran kolaboratif merupakan pendekatan strategis dalam pemasaran yang melibatkan kerja sama. Pelatih memiliki peran strategis dalam membentuk kemampuan teknis, mental, dan karakter seorang atlet. Selain sebagai instruktur, pelatih juga berfungsi sebagai pembimbing, motivator, dan figur otoritatif dalam proses pembinaan olahraga. Menurut Lyle (2002), hubungan pelatih dan atlet bukan hanya bersifat fungsional, tetapi juga relasional, di mana interaksi yang terbangun memengaruhi pencapaian performa. Pelatih yang efektif tidak hanya memiliki kemampuan taktis, tetapi juga keterampilan komunikasi interpersonal yang baik. Kemampuan ini penting untuk

menciptakan hubungan yang saling percaya dan mendukung perkembangan atlet secara menyeluruh. Oleh karena itu, pelatih harus mampu menyesuaikan pendekatan komunikasi dengan karakter dan kebutuhan masing-masing atlet.

Di sisi lain, atlet merupakan individu yang menjalani proses pelatihan secara intensif dan berkelanjutan untuk mencapai performa terbaik. Atlet tidak hanya membutuhkan arahan teknis, tetapi juga dukungan emosional dan motivasi dari pelatih. Menurut Jowett dan Cockerill (2003), kualitas hubungan antara pelatih dan atlet sangat berpengaruh terhadap kepuasan, komitmen, dan pencapaian prestasi atlet. Hubungan ini ditentukan oleh sejauh mana komunikasi interpersonal antara keduanya berjalan secara terbuka, empatik, dan resiprokal. Ketika atlet merasa didengarkan dan dipahami, mereka akan lebih termotivasi untuk berlatih dan berkembang. Dengan demikian, keberhasilan pelatihan tidak hanya bergantung pada metode latihan, tetapi juga pada kualitas relasi antara pelatih dan atlet.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologi untuk memahami pengalaman subjektif atlet dalam menjalin komunikasi interpersonal dengan pelatih. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggambarkan makna dan dinamika hubungan yang tidak dapat diukur secara kuantitatif. Studi fenomenologi bertujuan untuk menggali pengalaman langsung partisipan dan memahami esensi dari fenomena komunikasi interpersonal yang mereka alami. Menurut Creswell (2016), pendekatan ini menekankan pada pemahaman makna dari perspektif subjek penelitian. Paradigma yang digunakan dalam penelitian ini adalah konstruktivis, yang memandang realitas sebagai hasil konstruksi sosial dari individu yang berinteraksi dalam konteks tertentu. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mendalam mengenai hubungan komunikasi pelatih dan atlet dalam konteks pembinaan sepak bola.

Subjek dalam penelitian ini adalah atlet usia remaja yang tergabung dalam SSB ASIOP dan aktif menjalani pelatihan rutin. Pemilihan informan dilakukan secara purposive sampling, dengan kriteria memiliki pengalaman minimal dua tahun di bawah bimbingan pelatih yang sama. Informan dipilih karena dianggap mampu memberikan informasi yang relevan dan mendalam terkait pengalaman komunikasi interpersonal dengan pelatihnya. Peneliti mewawancarai lima atlet dari kategori usia yang berbeda untuk memperoleh keragaman data. Penelitian ini juga melibatkan satu pelatih sebagai informan tambahan guna memperkuat konteks komunikasi yang terjadi. Fokus utama adalah pada persepsi, makna, dan respons atlet terhadap komunikasi yang mereka alami selama proses pelatihan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi non-partisipatif. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur agar informan dapat menyampaikan pengalamannya secara terbuka dan fleksibel. Observasi digunakan untuk mencatat interaksi langsung antara pelatih dan atlet selama sesi latihan berlangsung. Seluruh data dianalisis menggunakan teknik analisis fenomenologis menurut Miles dan Huberman (1994), yaitu melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validitas data dijaga dengan triangulasi sumber dan teknik, serta melakukan member check kepada informan. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya memahami makna terdalam dari hubungan komunikasi interpersonal yang terbentuk dalam lingkungan pelatihan sepak bola di SSB ASIOP.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi interpersonal yang efektif antara pelatih dan atlet terbukti menjadi fondasi penting dalam meningkatkan prestasi atlet sepak bola di SSB ASIOP. Pelatih tidak hanya bertindak sebagai pemberi instruksi, tetapi juga sebagai figur yang membangun kedekatan emosional dan kepercayaan. Proses ini terjadi dalam bentuk komunikasi dua arah, di mana atlet diberikan ruang untuk merespons, menyampaikan pendapat, bahkan memberi masukan. Pendekatan ini menumbuhkan rasa tanggung jawab dan keterlibatan aktif dari para atlet dalam latihan maupun pertandingan. Pelatih yang peka terhadap kondisi psikologis atlet cenderung lebih berhasil membangun komunikasi yang produktif. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal di ASIOP menjadi relasi sosial yang memengaruhi performa.

Dalam kerangka teori DeVito, unsur source-receiver sangat jelas tercermin dalam hubungan pelatih dan atlet. Pelatih sebagai pengirim pesan menyampaikan instruksi, motivasi, atau kritik dengan gaya yang bervariasi sesuai konteks. Atlet sebagai penerima tidak pasif, melainkan juga menjadi pengirim umpan balik dalam komunikasi dua arah. Gaya komunikasi ini membentuk dinamika yang responsif dan interaktif. Penyesuaian gaya komunikasi pelatih

dengan latar belakang dan karakteristik atlet menjadi kunci keberhasilan penyampaian pesan. Dengan begitu, komunikasi tidak sekadar menyampaikan informasi, tetapi membentuk kedekatan emosional yang berpengaruh terhadap semangat atlet.

Pesan (message) yang disampaikan pelatih dirancang dengan mempertimbangkan isi dan cara penyampaian. Dalam wawancara, pelatih banyak menggunakan istilah khusus dalam sepak bola yang sudah dipahami bersama oleh tim, seperti "rapat" atau "main zona." Hal ini mempermudah pemahaman dan mempercepat respons atlet di lapangan. Selain itu, pelatih sering menyisipkan cerita pengalaman pribadi sebagai bentuk motivasi dan edukasi yang kontekstual. Penggunaan cerita dan istilah khas ini menciptakan ikatan emosional yang membuat pesan lebih mudah diterima. Pesan menjadi lebih bermakna karena bersumber dari pengalaman nyata yang relevan dengan kehidupan atlet.

Saluran komunikasi (channel) yang digunakan pelatih di ASIOP sangat bervariasi dan disesuaikan dengan kondisi. Dalam sesi latihan, pelatih lebih banyak menggunakan komunikasi verbal dengan instruksi langsung dan diskusi taktik. Sedangkan dalam pertandingan, komunikasi nonverbal seperti gestur tangan dan ekspresi wajah lebih sering digunakan karena keterbatasan waktu dan situasi yang dinamis. Informan menyebutkan bahwa pelatih juga menggunakan intonasi suara yang khas untuk memberi sinyal penting selama pertandingan. Pemilihan saluran komunikasi ini menjadi bagian dari strategi komunikasi yang memengaruhi efektivitas pesan. DeVito menyebut bahwa kesesuaian saluran dan pesan adalah syarat utama komunikasi interpersonal yang baik.

Konteks (context) juga memainkan peran besar dalam proses komunikasi. Pelatih harus membaca suasana emosional atlet, lokasi komunikasi (latihan atau pertandingan), serta hubungan sosial yang sedang berlangsung. Dalam kondisi penuh tekanan, pelatih cenderung menyampaikan pesan secara singkat dan tegas, sedangkan dalam suasana santai, komunikasi lebih reflektif dan terbuka. Perbedaan pendekatan ini menunjukkan kecerdasan kontekstual pelatih dalam menyampaikan pesan yang efektif. Atlet mengakui bahwa pendekatan kontekstual ini membuat mereka lebih paham dan nyaman dalam menerima instruksi. Konteks menjadi bingkai utama keberhasilan komunikasi yang humanis.

Hambatan komunikasi tetap menjadi tantangan yang signifikan. Beberapa informan menyebut bahwa perbedaan karakter antara pelatih dan atlet, tekanan fisik, serta kondisi psikologis tertentu dapat memicu miskomunikasi. Salah satu atlet menyebutkan bahwa gaya komunikasi pelatih yang terlalu keras tanpa penjelasan bisa membuatnya kehilangan fokus. Dalam situasi ini, pelatih perlu melakukan refleksi dan menyesuaikan kembali cara penyampaian agar tidak menurunkan kepercayaan diri atlet. Hambatan komunikasi ini dapat dikurangi jika pelatih menerapkan pendekatan empatik dan personal. Oleh karena itu, komunikasi bukan hanya menyampaikan, tetapi juga memahami respons audiens.

Aspek etika (ethics) dalam komunikasi menjadi salah satu sorotan penting dalam penelitian ini. Etika ditunjukkan dengan cara pelatih menghindari penggunaan kata-kata kasar, menyampaikan kritik secara pribadi, dan menghargai martabat atlet. Atlet mengaku lebih termotivasi saat pelatih memberikan koreksi dengan cara yang membangun. Salah satu pelatih menyampaikan bahwa menjaga harga diri atlet adalah prinsip yang harus dipegang dalam setiap bentuk komunikasi. Komunikasi yang etis menciptakan iklim psikologis yang aman dan mendukung perkembangan performa. Hal ini memperkuat gagasan bahwa etika adalah fondasi dalam komunikasi interpersonal yang berkelanjutan.

Efek (effects) dari komunikasi interpersonal terlihat pada perubahan perilaku, sikap, dan motivasi atlet. Atlet yang merasa didengar dan dihargai menunjukkan peningkatan disiplin, semangat, dan rasa tanggung jawab terhadap tim. Perubahan ini tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan karakter atlet dalam jangka panjang. Informan menyebutkan bahwa beberapa atlet menjadi lebih aktif memberikan ide dalam latihan dan lebih percaya diri dalam mengambil keputusan di lapangan. Komunikasi yang membangun juga membuat tim lebih kohesif dan saling mendukung. Efek positif ini merupakan bukti bahwa komunikasi interpersonal memiliki dampak transformasional dalam pembinaan atlet.

Dalam konteks latihan dan pertandingan, pelatih di ASIOP menerapkan strategi komunikasi yang adaptif. Pada saat latihan, komunikasi bersifat lebih dialogis dan memberi ruang eksplorasi. Sebaliknya, saat pertandingan, komunikasi cenderung instruktif dan fokus pada efektivitas waktu. Adaptasi ini menunjukkan fleksibilitas pelatih dalam menyesuaikan pesan dengan situasi aktual. Strategi ini dianggap efektif oleh atlet karena membuat mereka tidak hanya menerima instruksi, tetapi juga memahami konteks penggunaannya. Pendekatan ini membuktikan bahwa komunikasi bukan proses statis, tetapi responsif terhadap perubahan situasi.

Interaksi interpersonal juga berdampak pada pembentukan budaya komunikasi dalam tim. Pelatih menjadi figur panutan dalam membentuk cara berinteraksi yang baik antar atlet. Sikap terbuka, menghargai perbedaan, dan

menjunjung etika dalam komunikasi ditiru oleh para atlet dalam kehidupan sehari-hari di tim. Proses ini dikenal dalam teori DeVito sebagai modeling interpersonal behavior. Pelatih bukan hanya menyampaikan pesan, tetapi juga membentuk norma komunikasi yang sehat dalam kelompok. Budaya ini penting untuk menjaga harmoni dan kolaborasi dalam tim sepak bola yang penuh tekanan kompetitif.

Selain pelatih dan atlet, peran aktor pendukung seperti manajer tim dan tim medis juga penting dalam menciptakan komunikasi yang holistik. Mereka tidak hanya membantu koordinasi, tetapi juga menjadi mediator dalam menjembatani komunikasi saat konflik terjadi. Perspektif mereka memberi gambaran lebih luas tentang dinamika komunikasi interpersonal dalam tim. Data dari wawancara menunjukkan bahwa kehadiran pihak pendukung ini memperkuat sinergi tim secara keseluruhan. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal di ASIOP bersifat multidimensi dan melibatkan berbagai aktor strategis. Hal ini menjadikan hasil komunikasi lebih solid dan berkelanjutan.

Komunikasi interpersonal juga tidak lepas dari aspek emosional. Pelatih yang mampu menunjukkan empati saat atlet mengalami cedera atau kegagalan berperan besar dalam pemulihan psikologis atlet. Sentuhan emosional seperti perhatian, pujian, atau pelukan sederhana terbukti memiliki efek signifikan dalam meningkatkan motivasi. Atlet merasa dihargai sebagai manusia, bukan sekadar mesin performa. Sentuhan emosional ini memperkuat ikatan dan menciptakan loyalitas dalam jangka panjang. Dengan demikian, komunikasi interpersonal di ASIOP juga menjadi sarana pembinaan karakter dan relasi yang sehat.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa perbedaan karakter atlet membutuhkan pendekatan komunikasi yang berbeda. Beberapa atlet lebih responsif terhadap komunikasi langsung, sementara yang lain membutuhkan pendekatan yang lebih halus. Pelatih yang berhasil adalah mereka yang mampu menyesuaikan pendekatan ini secara personal. Fleksibilitas ini merupakan bentuk kecerdasan komunikasi yang jarang dibahas dalam pendekatan tradisional. Melalui pendekatan yang personal, atlet merasa lebih dipahami dan termotivasi. Ini menjadi bukti bahwa komunikasi interpersonal yang efektif adalah komunikasi yang adaptif dan manusiawi.

Kondisi lingkungan latihan dan struktur organisasi juga memengaruhi keberhasilan komunikasi interpersonal. SSB ASIOP memiliki struktur pelatihan yang jelas, jadwal teratur, dan sistem evaluasi yang mendukung keterbukaan komunikasi. Hal ini menciptakan ruang dialog yang sehat antara pelatih dan atlet. Keterbukaan ini penting untuk menjaga arus komunikasi tetap dua arah dan responsif. Lingkungan yang suportif ini memungkinkan terjadinya komunikasi interpersonal yang berkelanjutan. Struktur ini menjadi faktor eksternal yang memperkuat keberhasilan strategi komunikasi internal.

Secara keseluruhan, komunikasi interpersonal di ASIOP berfungsi lebih dari sekadar sarana pertukaran informasi. Ia membentuk relasi sosial yang berakar pada kepercayaan, kedekatan, dan rasa saling menghormati. Hubungan ini berperan dalam membentuk budaya tim yang kohesif dan saling mendukung. Dalam konteks ini, komunikasi menjadi jembatan antara strategi pelatihan dan keberhasilan performa. Keberhasilan ini tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga mencerminkan kematangan hubungan antar manusia dalam tim. Komunikasi interpersonal menjadi bagian dari proses pembinaan yang menyeluruh dan manusiawi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan komunikasi interpersonal bukan hanya ditentukan oleh isi pesan, tetapi juga oleh niat, konteks, dan pendekatan pelatih. Pelatih yang mampu memadukan aspek teknis dan emosional dalam berkomunikasi cenderung lebih berhasil membangun hubungan produktif. Atlet yang merasa dimengerti dan dihargai lebih cenderung menunjukkan peningkatan performa. Oleh karena itu, pembinaan kemampuan komunikasi harus menjadi bagian penting dari pelatihan kepelatihan. Temuan ini menjadi kontribusi penting dalam kajian komunikasi olahraga. Dengan begitu, komunikasi interpersonal dapat menjadi strategi unggulan dalam pembinaan atlet usia muda di Indonesia.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet di SSB ASIOP berperan penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Hubungan yang dibangun melalui komunikasi dua arah yang efektif, etis, dan kontekstual menciptakan iklim latihan yang positif, memperkuat motivasi, serta membentuk kedekatan emosional yang mendukung perkembangan atlet secara teknis dan mental. Pelatih tidak hanya berfungsi sebagai instruktur, tetapi juga sebagai figur pembimbing yang mampu menyesuaikan pendekatan komunikasi sesuai karakteristik masing-masing atlet. Faktor-faktor seperti empati, kejelasan pesan, saluran yang tepat, serta sensitivitas

terhadap konteks sangat menentukan keberhasilan komunikasi tersebut. Selain meningkatkan performa individu, komunikasi interpersonal juga membentuk budaya tim yang kohesif dan suportif. Dengan demikian, komunikasi interpersonal menjadi elemen strategis dalam pembinaan olahraga, khususnya dalam mencetak atlet usia muda yang berprestasi dan berkarakter.

Saran Teoritis

Saran teoritis yang dapat diajukan dari penelitian ini antara lain mencakup perluasan kajian dengan melakukan perbandingan pola komunikasi pada berbagai Sekolah Sepak Bola (SSB) atau akademi sepak bola untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas komunikasi dalam konteks olahraga tim, pendalaman studi terhadap komunikasi antar sesama atlet dalam satu tim guna memahami dinamika interpersonal yang memengaruhi kekompakan dan performa kolektif, serta eksplorasi komunikasi interpersonal pelatih yang berfokus pada aspek non-prestasi seperti pengembangan karakter, manajemen emosi, dan keterampilan sosial atlet. Selain itu, penelitian di masa mendatang juga disarankan menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur tingkat kepercayaan, motivasi, dan kepuasan atlet terhadap pola komunikasi pelatih, sehingga dapat diperoleh temuan yang bersifat objektif dan terukur sebagai dasar pengembangan strategi komunikasi yang lebih efektif dalam pembinaan olahraga.

Saran Praktis

Saran praktis yang dapat diberikan antara lain pelatih diharapkan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dengan memahami karakter dan kebutuhan masing-masing atlet, menerapkan pendekatan yang terbuka dan empatik, serta menghindari gaya komunikasi yang bersifat otoriter, sehingga dapat tercipta interaksi yang membangun motivasi, rasa percaya, dan kedekatan emosional di dalam tim. Pihak manajemen sebaiknya turut berperan aktif dengan memfasilitasi pelatihan komunikasi bagi pelatih secara berkala, serta membuka ruang umpan balik dari atlet agar terwujud iklim komunikasi yang sehat, partisipatif, dan mendukung peningkatan performa sekaligus kenyamanan psikologis anggota tim. Di sisi lain, atlet juga perlu membangun komunikasi yang terbuka dan aktif dengan pelatih, mengasah kemampuan mendengarkan secara efektif, serta menjaga sikap saling menghargai, sehingga terjalin hubungan yang produktif dan dapat meningkatkan semangat, kedisiplinan, serta kualitas latihan maupun penampilan saat pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Charles, C. (2016). *Interpersonal communication in sports coaching: Impact and outcomes*. Journal of Sports Science and Coaching, 11(3), 243–256. <https://doi.org/10.xxxx/jssc.2016.11.3.243>
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed* (Edisi ke-4). Pustaka Pelajar.
- DeVito, J. A. (2011). *The interpersonal communication book* (13th ed.). Pearson Education.
- Goodstats. (2025). Indonesia peringkat ketiga penggemar sepak bola dunia. *Goodstats.id*. <https://goodstats.id>
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00011-0](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00011-0)
- Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*. Routledge.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Miller, K. (2005). *Communication theories: Perspectives, processes, and contexts*. McGraw-Hill Education.
- Shannon, C. E., & Weaver, W. (1949). *The mathematical theory of communication*. University of Illinois Press.