

LAMPIRAN

Transkrip Wawancara

Responden 1

Nama : Agung

Profesi : Pelatih Teknik

Tanggal : 20 Maret 2020. Pukul. 17.42.

Ket	Tanya
Q	Selamat sore coach Agung
A	Soreeee
Q	Saya mau tanya nih sudah berapa lama nih coach Agung di Sahabat?
A	Sudah 13 tahun mbak
Q	Ooohh okey. Jadi saya ingin menanyakan beberapa pertanyaan untuk penelitian saya nih. Yang pertama, menurut coach Agung ni sebagai pelatih apa coach bersikap terbuka kepada para atletnya?
A	Kalau saya terbuka.
Q	Contohnya seperti apa?
A	Tau apa yang pelatih mau
Q	Kemudian bagaimana ni coach menyampaikan pesan atau pendapat baik verbal ataupun non verbal?
A	Kalau saya melalui langsung berbicara dan praktek agar anak bisa mudah untuk bisa melakukan apa yang di inginkan pelatih.
Q	Menurut anda ni sebagai pelatih bagaimana memberikan rasa kepercayaan bagi para atlet?
A	Membuat anak ingin menjadi lebih baik, dengan melakukan sebuah program latihan jadi anak-anak bisa dan lebih pede dalam hal basket.

Q	Bagaimana anda memberikan sikap rasa peduli anda bagi para atletnya?
A	Ketika capek, kita memberikan support. Ketika sakit kita juga melayani mereka dengan membawanya ke rumah sakit.
Q	Kemudian bagi seorang pelatih, bagaimana coach memahami para atletnya dalam berinteraksi?
A	Harus memahami satu per satu karakter masing-masing anak sehingga kita harus mengetahuinya.
Q	Bentuk dorongan apa si yang biasa di berikan coach Agung kepada para atletnya ketika mereka berada pada penurunan motivasi?
A	Biasanya saya melakukannya dengan sedikit mengajak bercanda mereka,
Q	Apa itu dapat membantu mereka?
A	Sejauh ini iya dan bisa membantu.
Q	Wah berarti terus dilakukan ya sampai sekarang yaa?
A	Iyaaa, agar para atlet tidak stress.
Q	Kemudian, bagaimana coach memberikan sikap disiplin kepada para atlit?
A	Jam latihan harus tiba lebih awal 15 menit sebelum melakukan latihan.
Q	Bagaimana cara coach agung membangun suasana yang menyenangkan untuk para atletnya?
A	Ya harus mengerti satu anak dengan anak yang lainnya. Jadi kita lebih enjoy dalam melakukan latihan.
Q	Apakah coach sering bercanda dengan para atlitnya?
A	Iyaa, kadang suka bercanda.
Q	Bagaimana coach Agung bisa membangun sikap positifnya pada atlet khususnya ketika terjadi penurunan motivasi?
A	Melakukan evaluasi satu per satu, kemudian di praktekkan lagi.
Q	Bagaimana komunikasi pribadi yang dilakukan coach kepada para atletnya?

A	Memanggil satu per satu para pemainnya sehingga kita tau, per orangnya seperti apa. Baik kekurangannya atau kelebihanannya.
Q	Cara coach Agung mendukung atletnya itu seperti gimana sih? Contohnya seperti apa?
A	Jika pemain bermain dengan baik, saya melakukan tepuk tangan tanda apresiasi saya sudah bermain dengan sangat baik.
Q	Jadi nonverbal ya coach yaa...
A	Iyaaa...
Q	Pernah tidak melakukan yang verbal dengan memberi tahu, atau dibilangin ini loh anda melakukan dengan sangat baik.
A	Jarang si kalau saya...
Q	Ohh jadi lebih ke nonverbal yaa coach... Bagaimana ni cara coach lakukan untuk mendukung atlet, khususnya ketika mereka kurang motivasi?
A	Biasanya tetep saya panggil satu per satu, kemudian memberikan solusi untuk si atlet biar atletnya bisa melakukan yang terbaik lagi.
Q	Sebagai pelatih apakah anda memberikan perhatian yang lebih bagi para atlitnya?
A	Kadang ada yang sama kadang ada yang beda
Q	Contohnya?
A	Contohnya seperti si A memiliki kelebihan <i>dribble</i> saya harus memberikan arahan dengan <i>dribble</i> juga. Pemain B dari <i>shooting</i> bagus saya juga memberikan arahan <i>shooting</i> juga.
Q	Sebagai pelatih ni, menurut coach agung kedudukannya sendiri sebagai pelatih dan atlet saat berinteraksi bagaimana?
A	Kalau saya si harus seimbang, karena sebagai pelatih dan juga sebagai orang tua dan juga sebagai teman.
Q	Ooohhh jadi harus bisa menyesuaikan ya coach?
A	Iyaa mba bener sekali.

Q	Bagaimana sikap coach Agung dalam memperlakukan atlet tanpa pilih kasih atau ada tidak si cara-cara biar mereka para atlet tidak menilai coach Agung ni pilih kasih?
A	Oooohh ya menurut saya sama sii Cuman kalau beda ya dipanggil satu per satu. Jangan sampai yang lainnya tau.
Q	Oooohh jadi biar tau bedanya ya coach. Okeyy coach termakasih waktunya dan sekian pertanyaan yang diberikan.
A	Iyaaa, sama-sama

Responden 2

Nama : Pak Yuswo

Profesi : Pelatih Fisik

Tanggal : 20 Maret 2020. Pukul. 19.24.

Ket	Tanya
Q	Selama sore pak Yuswo
A	Soree...
Q	Sudah berapa lama ni bapak di Sahabat?
A	Ya kira-kira 10 tahunan
Q	Mohon izin ya pak saya izin mau wawancara tentang penelitian saya. Ini ada 15 pertanyaan si pak yang ingin saya tanyakan kepada bapak. Pertama ni, menurut bapak ni sebagai pelatih apakah bapak bersikap terbuka kepada para atletnya dalam memberikan pesan?
A	Menurut saya si terbuka...
Q	Contohnya seperti apa pak?
A	Ya kondisi atlet, kehidupan keseharian, segala macam tentang para atlet kita evaluasi.
Q	Bagaimana anda secara jujur menyampaikan pesan dan pendapat baik verbal ataupun non verbal?

A	Ya kita sampaikan saat kita sedang melakukan evaluasi, serta sebelum pertandingan atau latihan kita sampaikan. Atau menjelang pertandingan kalau kita dalam satu tim, kita sampaikan evaluasi untuk penguatan anak-anak.
Q	Kalau di dalam pelatihan bagaimana pak?
A	Kalau pelatihan biasanya kita evaluasi tentang pelaksanaan yang dia lakukan itu seperti apa kita sampaikan.
Q	Sebagai pelatih bagaimana anda menanamkan rasa percaya pada atletnya?
A	Ya kita berikan penguatan kepada dia tentang fungsi. Karena saya pelatih fisik tentang peran, fungsi fisik dan kondisi fisik pada atletnya kalau dia sekedar ingin menjadi pemain-pemain tingkat RT atau kampung ya nggk usah susah-susah tetapi jika ingin menjadi pemain nasional ya siap susah.
Q	Kemudian bagaimana bapak, menunjukkan rasa kepedulian kepada para atletnya, baik interaksi dalam lapangan atau pun di luar lapangan?
A	Terutama saya akan melihat kondisi fisik pada anak. Sedang sakit atau sedang cedera atau tidak. Kalau dia tidak dalam cedera maka saya akan ngepush dia agar dia menjadi yang terbaik. Kalau istilahnya saya marah tujuannya cuma satu karna saya ingin mereka menjadi atlet yang lebih baik dan atlet nomer satu, tidak lebih dari itu.
Q	Okey... Bagaimana ni bapak memahami atletnya dalam kondisi yang cedera ataupun lainnya?
A	Ya kita liat dulu. Apabila sedang cedera tidak mungkin kan kita memberikan latihan yang berat bagi para atlet. Namun apabila sehat, tidak cedera, dan kondisi fisiknya baik ya lanjut.
Q	Dorongan apa saja yang diberikan kepada atlit pada saat atlit mengalami penurunan motivasi?
A	Biasanya secara psikologis kita tingkatkan kemauan dia, target dia atau segala macam. Kalau misalnya dia disitu saja sudah puas ya sudah puas berarti, susah untuk dinaikkan. Tetapi, kalau dia masih ingin naik dan bangkit ya kita <i>push</i> kita berikan masukan-masukan kita evaluasi.

Q	Bagaimana ni pelatih menerapkan perilaku disiplin kepada para atletnya? contohnya seperti apa?
A	Mencoba arahan sebisa dan semampu saya. Dengan datang tepat waktu, saya selama ini tidak pernah datang terlambat pasti selalu datang tepat waktu.
Q	Bagaimana nih cara bapak membangun suasana yang menyenangkan untuk atlet saat berinteraksi?
A	Ya kadang-kadang di ajak main sepak bola atau futsal. Kadang-kadang diajak muter musik, dll.
Q	Kemudian, bagaimana ni cara anda sebagai pelatih membangun sikap positif kepada atlet, ketika atlet turun motivasinya?
A	Ya harus memiliki keyakinan bahwa dia bisa menang dalam pertandingan. Kerja sama tim juga harus baik, saling mengerti, saling merasakan satu pemain dengan pemain yang lainnya sehingga membentuk <i>teamwork</i> yang baik. Itu konsepnya aja.
Q	Gimana komunikasi antar pribadi, yang anda lakukan dengan atlet?
A	Ya interpersonal jika ada yang sakit saya dekati dan saya berikan perhatian, kalau ada yang cedera saya bantu apabila saya bisa.
Q	Cara anda mendukung atletnya itu seperti apa? Contohnya?
A	Ya kalau saya mendukung contohnya kamu sekarang sakit ya tetap saya suruh latihan, yaitu bentuk dorongan bagi saya. Sadar atau tidak itu merupakan dorongan bagi saya agar kamu bisa kembali pulih untuk menjadi yang seperti dulu sebelum cedera.
Q	Cara yang anda lakukan untuk, mendukung atlet waktu pas atlet khususnya dalam keadaan kurang motivasi?
A	Pertama diberikan pengertian tentang status dia sebagai atlet, kedua tanggung jawabnya dia sebagai atlet, harus memiliki kesadaran itu dulu. Ketiga dia sadar akan tugas serta tanggung jawabnya dia sebagai atlet jadi dia harapkan agar bisa menjalankan tugas latihan sebagai atlet. Kemudian kalau misalnya dia sedang sedang capek atau memiliki masalah kalau atletnya mau terbuka kita bantu, tapi kalau atletnya diem aja kita tidak pernah tau permasalahan dia apa dan gimana kita juga tidak pernah tau. Kalau

	misalnya tau-tau kita kasih ternyata dia masalahnya tidak di situ, malah atletnya tertawa nanti. Masalah ku tidak disitu kok pak.
Q	Sebagai pelatih, apa anda memberikan perhatian yang sama pada para atlit?
A	Sama...
Q	Contohnya apa pak?
A	Kalau ada yang atlet senior atau nasional nggk bener ya tetep kita marahin. Memalukan nanti, dia sendiri juga yang malu. Pas dia tampil jelek nanti dia sendiri yang malu. Kaya kamu dulu pernah saya marahin ya karna konsepnya disitu. Sudah memiliki <i>brand</i> dan sudah memiliki nama juga di tingkat nasional. Kalau latihannya nggk bagus ketika nanti dia main dia turun dia jelek pas dia jelek ada yang nonton masa pemain nasional seperti itu. Jadi itu contoh saja untuk mempertahankan performa dia dan juga yang dibawahnya. Kita juga memberikan masukan juga bagi mereka agar bisa bersaing dengan yang diatas dan harus mau bersaing. Kalau nggk mau ya ngapain
Q	Sebagai pelatih ni bagaimana kedudukan anda pada saat berinteraksi dengan para atlit?
A	Ya sebagai pelatih, sebagai bapak, sebagai temen, dan yang jelas tidak sebagai atlet yaa hehehe
Q	Okeeyyy hehe... Bagaimana sikap anda dalam memperlakukan atlet agar tidak pilih kasih. Bagaimana cara-cara atau kiat-kiat agar atlet merasa tidak pilih kasih pada atlitnya?
A	Ya selama kita memberikan program yang sama pada atlet, kalau seandainya ada atlet senior yang salah ya sama-sama diingatkan. Jangan sampai kita memarahi pada atlet-atlet yang level bawah kita marahi abis-abisan tapi yang atas kita biarkan seenaknya sendiri. Kalau ada yang keliru kita ingatkan, tujuannya ya sama biar senior pun kalau salah ya diingatkan kepada pelatih bukan hanya saya saja tapi semuanya.
Q	Baik pak kalau begitu terimakasih atas waktunya karena sudah mau menjawab pertanyaan yang saya berikan.
A	lyaa sama-sama.

Responden 3

Nama : Coach Apri

Profesi : Pelatih Teknik

Tanggal : 23 Maret 2020. Pukul. 17.58.

Ket	Tanya
Q	Selamat malam coach, saya mau tanya udah berapa lama coach di Sahabat kira-kira?
A	Efektif 5 tahun.
Q	Ooohh okey. Jadi saya ingin menanyakan beberapa pertanyaan untuk penelitian saya nih. Yang pertama, menurut coach ni sebagai pelatih apa coach bersikap terbuka kepada para atletnya?
A	Sangat terbuka. Contohnya semua program semua drill disampaikan kepada mereka, terbuka, jelas, dan detail.
Q	Kemudian bagaimana ni coach menyampaikan pesan atau pendapat baik verbal ataupun non verbal?
A	Ya disampaikan ke pointnya aja. Terutama di basket ya, komunikasi itu kan penting jadi ya saya sampaikan apa yang terbaik buat tim apa yang terbaik buat individu masing-masing.
Q	Menurut anda ni sebagai pelatih bagaimana memberikan rasa kepercayaan bagi para atlet?
A	Yang jelas saya membantu mereka dalam menemukan kelebihan mereka sendiri-sendiri. Kita maksimalkan kelebihan mereka kekurangannya kita <i>step up</i> kita bangun pelan-pelan. Ketidakpercayaan diri ini bermula saat ketidaktahuan akan sesuatu yang baru serta tugas kita adalah melatihnya agar bisa melakukan <i>set up</i> nya dengan baik.
Q	Bagaiman anda memberikan sikap rasa peduli anda bagi para atletnya?
A	Rasa peduli itu hal pertama dan terpenting yang harus dimiliki oleh setiap pelatih. Bagaimana kesuksesan pelatih sangatlah penting karena bisa menjadikan sebuah empati

	bagi kelebihan atau kekurangannya dia. Karena setiap individu pelatih memiliki keunikan masing-masing.
Q	Kemudian bagi seorang pelatih, bagaimana coach memahami para atletnya dalam berinteraksi?
A	Ya kalau pelatih dengan cabang olahraga beregu kita harus memahami setiap anak. Contohnya anak ini motivasi anak ini dengan motivasi dengan agak keras, ada yang diajak ngomong dengan nada bimbingan.
Q	Bentuk dorongan apa si yang biasa diberikan coach kepada para atletnya ketika mereka berada pada penurunan motivasi?
A	Pertama penurunan motivasi itu wajar apalagi pelatih biasanya dapat dikatakan sebagai bekas pemain, sehingga itu menjadikan pengalaman kita. Dan di share kepada atlet-atletnya kalau kita jadi pemain. Kedua, kehilangan motivasi itu normal, tinggal sikap kita itu gimana. Berikan motivasi kita agar bisa terus bekerja keras dengan baik. Jangan sampai hilang semangatnya.
Q	Kemudian, bagaimana coach memberikan sikap disiplin kepada para atlet?
A	Disatu sisi disiplin itu ada sebuah peraturan yang harus di patuhi oleh setiap atlet dari segi waktu latihan jangan terlambat, fokus, mengingatkan mereka apa yang harus disiapkan dalam melakukan pertandingan.
Q	Bagaimana cara coach membangun suasana yang menyenangkan untuk para atletnya?
A	Pertama, kita tau di antara pelatih dan pemain memiliki satu visi dan satu tujuan. Jadi ada saatnya kita serius, bercanda, istirahat, tertawa dan lainnya. Jadi disini normal saja bagaimana menjadi pelatih yang baik bagaimana menjadi pemain yang baik juga.
Q	Bagaimana coach bisa membangun sikap positif pada atlet khususnya ketika terjadi penurunan motivasi?
A	1 hal yang penting terhadap atlet adalah <i>mindset</i> . <i>Mindset</i> ini bisa melalui pembicaraan, tindakan, tetapi pointnya adalah jangan pernah berkata negatif. Karena kalau kita bicara negatif hasilnya negatif, kalau positif ya hasilnya juga positif.

Q	Bagaimana komunikasi pribadi yang dilakukan coach kepada para atlet?
A	Dalam proses yang cukup panjang apalagi kita ada target, pelatih punya keinginan pemain juga punya tujuan. Mudah-mudahan pelatih dan atlet memiliki persamaan visi dan misi.
Q	Bagaimana coach mendukung atletnya?
A	Kalau dibidang sikap mendukung kita sangat total dalam mendukung atlet. Kita juga harus tau mana yang menjadi prioritas mana yang menjadi keinginan.
Q	Cara yang anda lakukan untuk mendukung atlet pada waktu para atlet dalam keadaan kurang motivasi?
A	Kita ingatkan bahwa atlet tatkala berlatih, tatkala bekerja keras, tatkala melakukan proses akan ada kendalanya. Satu hal yang terpenting yang diberikan kepada atlet adalah kendala itu bukan dihindari tapi dihadapi baik ringan atau berat. Jadi kita tu sama-sama dengan atlet bahwa kita menemani atlet dalam menghadapi masalah tersebut secara bersama-sama.
Q	Sebagai pelatih, apa anda memberikan perhatian yang sama pada para atlet?
A	Ada 2 bentuk perhatian. Karena apalagi ini bicara yang tim. Jadi sebetulnya secara hati semua anak-anaknya itu sama. Tapi dalam kenyataan setiap individu memiliki keunikan yang berbeda-beda. Perbedaan yang kedua ini bukan berarti kita tidak memperlakukan semua atlet itu tidak sama. Jadi ada 2 yang pertama secara hati itu harus sama, namun yang kedua karena setiap orang memiliki keunikan yang berbeda-beda maka kita harus paham dengan keunikan itu dan memberikan pengertian satu yang lainnya tidak sama melainkan berbeda.
Q	Sebagai pelatih ni bagaimana kedudukan anda pada saat berinteraksi dengan para atlet?
A	Kalau kedudukan antara pelatih dan atlet sebenarnya itu dibidang sama juga nggak dibidang beda juga nggak. Keberadaan pelatih harus ada atlet, keberadaan atlet harus ada pelatih jadi ada hubungan yang saling berhubungan. Jadi saya kira pelatih orang yang memiliki ilmu sedangkan atlet berikanlah sebuah apresiasi yang baik bagi pelatih.

Q	Bagaimana sikap anda dalam memperlakukan atlet agar tidak pilih kasih. Bagaimana cara-cara atau kiat-kiat agar atlet merasa tidak pilih kasih pada atletnya?
A	Sama seperti yang tadi. Ya tidak seharusnya pelatih memberikan perbedaan antara satu dengan yang lain. Jadi kita secara kedudukan harus sama dengan yang lainnya. Karena mereka pun sudah bekerja keras serta menunjukkan yang terbaik. Itu menjadi suatu hal menjadi sebuah pertimbangan, jadi dihindarkan memiliki pemain favorit atau lainnya. Hal ini dikarenakan ini merupakan olahraga beregu yang menjadikan tim ini satu sukses dengan yang lainnya.
Q	Baik coach terimakasih atas waktunya.
A	Iyaaa....

Responden 4

Nama : Nana

Profesi : Atlet

Tanggal : 18 Maret 2020. Pukul. 20.40.

Ket	Tanya
Q	Halo nana, sudah berapa tahun nih di Sahabat Semarang?
A	Ini sudah masuk tahun ke 8.
Q	Wah sudah lama yaa. Hmm jadi aku pengen mengajukan beberapa pertanyaan nih buat penelitian ku, terkait dengan sikap keterbukaan dulu. Gimana sih pelatih memiliki sikap terbuka bagi para atletnya? Contohnya kaya apa gitu di lapangan atau di luar lapangan?
A	Kalau misalnya dilapangan menurut saya, misalnya kita waktu game atau kita sedang melakukan latihan terus kitanya membuat kesalahan pelatihnya langsung memberi tahu kepada kita, tentang salah kita itu apa aja di depan anak-anak yang lainnya secara terbuka.
Q	Kalau diluar lapangan?

A	Kalau diluar lapangan itu misalnya kadang-kadang suka memberikan evaluasi lewat chat kamu tu harusnya gini, dan kamu harus gitu. Besok gini gini yaa.
Q	Kemudian, bagaimana pelatih dalam menyampaikan pesan baik verbal ataupun non verbal kepada atletnya? Kaya gimana sih dan kalau misalnya ada contohnya gitu.
A	Kalau verbal misalnya kita main bagus ni terus pelatih berteriak dari luar lapangan “ya bagus bagus” gitu kan. Terus misalnya non verbal dia paling dari pinggir lapangan terus manggil namanya terus memberikan tanganya seperti jempol atau tepuk tangan gitu ke kita. Pelatih kita juga jarang-jarang juga si memberikan jempol ke kita kalau nggk bagus-bagus banget ya jarang si.
Q	Bagaimana si pelatih anda menanamkan kepercayaan kepada anda dan para atletnya nih? Contohnya kaya gimana?
A	Kalau pelatih menanam kepercayaan kepada diri kita tu dengan memberikan sebuah ucapan gitu. Apalagi kan kita latihannya kan setiap hari dan banyak juga apalagi dalam seminggu bisa sampek 12 kali jadi dia tu selalu bilang fisik kita harus kuat tenaga juga harus ada, skill nya ada ayo dong kalau main itu yang lepas berani jangan kaya ketahan atau terbebani.
Q	Hmmm pertanyaan selanjutnya nih. Menurut anda apakah pelatih anda peduli dengan para atletnya pada saat berinteraksi di lapangan atau di luar lapangan?
A	Ya kalau menurut saya si peduli. Soalnya kalau kita salah pasti dibilangi terus di luar lapangan kalau kita kurang enak badan juga langsung diperhatiin terus langsung ditanyaiin vitamin, obat, makan dan lainnya.
Q	Menurut kamu ni, apakah pelatih memahami perasaan mu nggk sih saat melakukan interaksi?
A	Hmmm, Kalau menurut saya si ya dia paham si kalau kita latihan setiap hari kan ada bedanya misalnya mukanya agak beda pas kita latihan, terus dia juga sadar serta sering bilang kalau basket ya kaya hidup ada naik turunnya jadi ya semangat lagi aja gitu.

Q	Terus kemudian dalam kondisi <i>up</i> and <i>down</i> gitu ada nggk sih dorongan yang diberikan oleh pelatih untuk para atletnya?
A	Ya kalau kita disini kan basket bukan menjadi sebuah hobi tapi kan menjadi sebuah prestasi makanya kalau kita lagi <i>up</i> and <i>down</i> dia akan bilang ayo semangat lagi, maksudnya semangat kalau kita semangat pasti ada jalan lagi. Terus kan kalau kita pretasi yang seneng juga kita juga, orang tua, serta keluarga kita juga.
Q	Pelatih anda disiplin tidak sih? terus bagaimana dia menerapkan kedisiplinan saat interaksi baik dilapangan atau bukan dilapangan?
A	Ya termasuknya pelatihnya kita disiplin ya kalau misalnya latihan jam 9 tu kita datang setengah jam sebelum jam 9, lah jadi dia juga datangnya tepat waktu. Jadi kalau kita datangnya pas dianya sudah masuk jadinya kitanya nggk enak, sehingga kita datang sebelum kita latihan.
Q	Pernah tidak pelatih anda membangun suasana yang lebih seru atau situasi yang lebih genting atau gimana gitu?
A	Ya misalnya ni lagi <i>briefing</i> lagi serius tiba-tiba dia bercanda hal-hal yang gak mutu tapi lucu gitu.
Q	Bagaimana cara pelatih anda membangunkan sifat positif kepada para atletnya khususnya pada saat menghadapi penurunan motivasi ni pada saat mau bertanding atau pada saat latihan?
A	Ya kalau misalnya kita ada penurunan motivasi pelatih kerasa ya kadang-kadang tu pelatih saya tu sering ada video <i>class</i> terus ditayangin motivasi-motivasi atlet-atlet, kata-kata motivasi, film motivasi yang bisa naikin motivasi kita lagi.
Q	Hmmm menurut kamu nih komunikasi antar pribadi yang dilakukan oleh pelatih kamu, apa sudah tepat dengan situasi dan kondisi pribadi mu?
A	Ya kalau buat saya ya kalau orang kan beda-beda yaa. Tapi kalau saya pribadi si sudah tepat. Kalau lagi <i>up</i> gimana kalau lagi <i>down</i> gimana jadi ya sudah pas dan tepat banget si.
Q	Bagaimana si pelatih anda tu ngasih dukungan gitu ke atletnya?

A	Kalau menurut saya si seperti memberikan latihan setiap hari evaluasi kepada kita, menurut saya si sudah banyak dukungan yang diberikan kepada kita.
Q	Gimana sih pelatih anda memberikan sebuah dukungan pada saat anda atau para atlet lain ketika sedang turun ni atau sedang <i>down</i> motivasinya?
A	Ya, kalau lagi <i>down</i> ya tiba-tiba dia <i>briefing</i> kita, terus memberikan kita motivasi-motivasi, terus memberikan statement basket itu kaya hidup. Ya terus dia juga sering si memberikan video-video tentang motivasi yang berguna buat kita.
Q	Kalau atletnya lagi ada masalah biasanya dukungan seperti apa yang diberikan? Masalah pribadi mungkin
A	Ya... dia tu sering tanya ke kita ada apa, kenapa terus kita. Kadang-kadang dia juga memberikan kita solusi juga.
Q	Gimana sih pelatih anda ini memberikan perhatiannya? Apakah sama rata ke semua atletnya?
A	Ya, kalau di dalam lapangan ya sama. Kalau satu dimarahin ya semua dimarahin juga. Tapi kalau diluar lapangan juga ada yang beda kaya atlet yang senior yang udah lama dan atlet yang baru sebentar sama dia itu beda. Mungkin kalau yang lama kalau sama dia udah lebih deket jadi kalau apa-apa penyampaiannya tu lebih enak dibandingkan yang junior. Kalau yang junior itu kaya lebih sungkan ke dia.
Q	Jadi, gimana sih perlakuan pelatih kepada anda dan atlet-atletnya, apakah diperlakukan sama ni derajatnya saat interaksi?
A	Ya kurang lebih sama si seperti jawaban yang pertama tadi mungkin ada bedanya kalau senior dan junior. Ya itu seperti tadi kalau sudah lama deketnya kan komunikasinya lebih enak dibanding yang junior. Mungkin yang senior pelatih lebih bisa memahami.
Q	Menurut anda ni bagaimanapun sikap pelatih anda dalam memperlakukan atletnya tu nggk pilih kasih gitu?
A	Ya kalau pilih kasih si nggk, cuman ya itu ada bedanya. Mungkin kalau yang senior ke pelatihnya lebih fleksibel kalau junior ke pelatihnya lebih formal. Terus pelatihnya ke junior juga ngetreat ke juniornya supaya tidak kurang ajar atau seenaknya sama seniornya,

Q	Oooh gitu ya, terimakasih nana atas waktunya.
A	Iya sama-sama

Responden 5

Nama : Egi

Profesi : Atlet

Tanggal : 19 Maret 2020. Pukul. 18.58.

Ket	Tanya
Q	Hallo Egi... Jadi gini aku pengen ngasih beberapa pertanyaan nih, buat penelitian ku. Yang pertama, sudah berapa lama nih Egi di Sahabat?
A	Kurang lebih 5 tahun
Q	Gimana nih pelatih kamu bersikap terbuka kepada para atletnya nda?
A	Kalau menurut saya pelatih saya itu sangat terbuka, ya contohnya kalau misal latihan dilapangan nih terus saya tidak bisa melakukan gerakan ini nih, pelatih saya langsung memberi tahu kepada saya. Sehingga saya langsung paham karena pelatih langsung memberikan arahan yang jelas kepada saya.
Q	Pernah nggk kamu tanya ke palatihnya terus pelatihnya nggk mau jawab atau nggk mau jelasin?
A	Pernah tapi lebih sering kasih tau. Jadi anak didiknya biar tau dengan jelas yang pastinya.
Q	Bagaimana pelatih kamu menyampaikan berbagai pendapat atau pesan verbal atau non verbal yang ingin disampaikan kepada para atletnya?
A	Pelatih saya biasanya memberi tahu saya dengan menggunakan kalimat verbal, jadi kalau jelek ya jelek. Kalau bagus ya bagus
Q	Kalau non verbal pernah nggk?

A	Ya pernah biasanya keliatan raut mukanya. Kalau kebanyakan melakukan kesalahan ya mukanya beda.
Q	Pelatih kamu peduli tidak dengan para atletnya?
A	Ya menurut saya ya sangat peduli melalui cara dia memberi tau serta memberi masukan kepada para atletnya itu sangat peduli sekali.
Q	Menurut kamu, apakah pelatih kamu mengetahui perasaan yang kamu rasain nggk sih?
A	Ya kadang-kadang memahami. Perasaan kan tergantung kita sendiri. Ya paling hanya sekedar tau aja.
Q	Pelatih mu pernah tidak memberikan sebuah dorongan buat kamu waktu kamu lagi turun motivasinya?
A	Itu sering banget, misalnya kalau aku nggk masukin bola terus kan pelatih jengkel terus saya di motivasi biar saya terbangun dan semangat lagi.
Q	Bagaimana pelatih mu menerapkan sistem disiplin kepada kamu atau atletnya?
A	Misalnya ni datang ke latihan atau lapangan 30 menit sebelumnya biar kita ada pemanasan. Pulang tepat waktu sesuai dengan ketentuan mess.
Q	Gimana cara pelatih mu membangun suasana yang menyenangkan? Di lapangan contohnya apa dan diluar lapangan contohnya apa?
A	Misalnya kalau di lapangan pelatih ku kalau buat guyon kaya garing banget. Kalau diluar lapangan paling ya ngajak main kerumahnya terus kaya nyanyi atau refresing gitu lah.
Q	Itu membantu untuk atletnya tidak si agar merasa senang biar gk bosan pada saat latihan?
A	Menurutku sangat membantu, jadi kaya liburan dan refresing.
Q	Bagaimana cara pelatih membangun sikap positifnya untuk membangun atletnya dalam penurunan motivasi?
A	Missal kalau dipertandingan kita lagi <i>game</i> kalah terus pelatih memberikan motivasi kamu seharusnya itu bisa kenapa nggk.

Q	Komunikasi pribadi yang dilakukan pelatih kepada atletnya apa sudah pas?
A	Ya saya rasa tepat soalnya mungkin karena saya sudah lama dan pelatih lebih memahami karakter saya.
Q	Gimana ni cara pelatih mendukung kamu nih?
A	Misalnya nih kita kan ada grup wa (whatsaap) pelatih sering memberikan video yang membangun biar kita wawasan yang lebih membangun.
Q	Apakah pelatih memberikan dukungan ketika kamu sedang dalam keadaan turun saat latihan atau saat ada masalah?
A	Pelatih si lebbh sering memberikan kata-kata motivasi, video-video membangkitkan.
Q	Sikap pelatih dalam memberikan perhatinnya sama ke semua atlet-atletnya?
A	Ya saya rasa sama, dan semua tergantung kebutuhan per individu pemain. Kalau pemain kurang ini ya ditambah ini kalau kurang ini ya ditambah ini.
Q	Gimana perlakuan pelatih kepada kamu ni sebagai atletnya apakaha sama atau tidak?
A	Ya sama aja si, apalagi saya sudah menganggap pelatih saya seperti ayah saya jadi saya rasa sudah sama lah.
Q	Jadi kalau ngobrol bukan kaya pelatihnya lagi ya, jadi sudah terbuka satu dengan yang lainnya?
A	Iya sudah, jadi seperti keluarga sendiri
Q	Terus, menurut kamu sikap pelatih terhadap kamu dalam perlakuannya sebagai atlet pilih kasih tidak?
A	Ya saya kadang mikir iya, tapi kadang saya berfikir itu demi kebaikan saya.
Q	Contohnya??
A	Ya contohnya seperti kok ini gak dikasih tambahan kok yang ini nggk yaa gitu si. Tapi saya ambil nilai positifnya aja karena ini sangat bermanfaat untuk saya
Q	Ooooohh gitu ya Egi
	Sekali lagi terimakasih yak Egi atas informasinya.

A	lyaa, sama-sama
---	-----------------

Responden 6

Nama : Tari

Profesi : Atlet

Tanggal : 19 Maret 2020. Pukul. 20.22.

Ket	Tanya
Q	Halooo tari... Sudah berapa lama kamu di Sahabat kira-kira?
A	Sudah hampir 8 tahun
Q	Ooohh jadi hampir sama kaya nana yaa. Aku mau ngajuin pertanyaan ni buat penelitian ku. Yang pertama gimana nih pelatih kamu terbuka kepada atletnya?
A	Hmmmm, kalau saya sendiri sih pelatih si lebih terbuka pas diluar lapangan, kalau di dalam lapangan mungkin dia berfikir nggk enak dan jarang memberikan komentar kepada saya.
Q	Mungkin karna kamu sudah bermain di tingkat nasional kali yaa.
A	Mungkin...
Q	Contoh seperti apa?
A	Mungkin kalau lagi pergi bareng-bareng nanti dipanggil ya terus dikasih arahan.
Q	Gimana sih cara pelatih menyampaikan pesan baik pesan verbal atau non verbal?
A	Kalau verbal itu biasanya langsung, kalau non verbal itu dengan menggunakan kode-kode tertentu di lapangan.
Q	Gimana si pelatih menanamkan nilai rasa percaya diri kepada atletnya?
A	Ya mungkin lebih bisa nunjukin <i>skill</i> ku. Soalnya saya kan lebih menonjol pada <i>skill</i> nya. Biasanya ada tambahan <i>skill</i>

	nya, jadi pas main <i>skill</i> ku harus lebih baik dan bagus saat latihan.
Q	Bagaimana cara pelatih memberikan kepercayaan buat kamu, kalau kamu itu mampu?
A	Seringnya lebih konsisten apalagi kita sering latihan jadi harus ditonjolin kemampuannya.
Q	Bagaimana pelatih peduli dengan para atlet-atletnya pada saat berinteraksi dilapangan contohnya?
A	Contohnya kalau kita diberikan gerakan-gerakan yang salah pasti kita akan di stop dan dik oreksi yang bener itu gini kalau ini salah gitu si.
Q	Apakah pelatih memahami perasaanmu saat melakukan interaksi kepada kamu?
A	Ya mengerti si. Contohnya waktu di lapangan pas pertandingan aku <i>down</i> dan capek pasti pelatih memberikan sebuah <i>substitution</i> dan setelah saya kembali semangat saya mulai bertanding lagi.
Q	Dorongan seperti apa yang diberikan pelatih kepada kamu? Waktu kamu mengalami penurunan motivasi?
A	Hmm, ya ngasih semangat kaya perbaiki kesalahan terus memberikan <i>support</i> . Baik secara langsung atau tidak.
Q	Apakah pelatih kamu itu disiplin?
A	Disiplin sekali.
Q	Bagaimana pelatih menerapkan sistem disiplinnya kepada para atletnya?
A	Contohnya sebelum latihan 15 menit harus sudah dilapangan.
Q	Bagaimana pelatih membangun suasana yang menarik dilapangan?
A	Kalau dilapangan dia ikut <i>game</i> gitu loh kadang ngajakin bercanda juga tapi nggak sering. Ada <i>timing</i> tertentu saat bercanda-bercanda seperti itu.
Q	Kalau di luar lapangan?
A	Kalau di luar ya mungkin ya di suruh nyanyi atau main kerumah dia lah.

Q	Apakah pelatih memberikan dukungan ketika kamu sedang dalam keadaan penurunan motivasi?
A	Hmmm, mungkin pelatih tu melihat kita tu yakin dan mampu menghadapi semau rintangan yang sedang kita hadapi.
Q	Menurut kamu ni, komunikasi yang dilakukan oleh pelatih dengan kamu sudah pas sebagai atlet?
A	Kadang-kadang, biasanya kita abis <i>game</i> terus nggk <i>mood</i> pas di evaluasi tiba-tiba panggil saya buat mengevaluasi. Padahal posisi kita tu capek.
Q	Bagaimana si pelatih kamu mendukung atletnya?
A	Lebih sering memberikan dukungan kepada atletnya si dan memberikan evaluasi.
Q	Bagaimana pelatih memberikan dukungan ketika anda dalam keadaan turun motivasi?
A	Lebih memberikan komunikasi vebal atau langsung.
Q	Menurut kamu apakah pelatih memberikan perhatiannya sama atau tidak si ke sesama atlet?
A	Kalau di lapangan menurut saya si sama saja namun kalau di luar sepertinya beda.
Q	Apa si yang membedakan?
A	Mungkin ya disini kan ada junior dan senior. Pelatih mungkin lebih deket ke yang senior dibanding ke junior. Kalau junior mungkin masih sungkan.
Q	Bagaimana si perlakuan pelatih kepada kamu sebagai atletnya?
A	Ya kita kan disini udah lama, jadi ya udah dianggap kaya orantua sendiri.
Q	Apakah ada kesenjangan sosial, antara pelatih dan atlet?
A	Kadang masih takut kalau mau ngbrol, soalnya kan pelatih sama pemain kan jauh ya. Cuman ya kalau udah biasa ngobrol bareng ya dan agak deket ya enak.
Q	Menurut kamu apakah pelatih disini memperlakukan sama kesemua atletnya atau ada yang dibedakan?

A	Kalau pilih kasih kayanya si nggk ada ya, semuanya sama rata.
Q	Ko bisa dibilang sama rata?
A	Yakan materi kita juga sama saja, aplikasinya juga sama. Mungkin dulu aku pernah mengalami pas junior jadi pas junior itu lebih ditambah ekstra latihannya. Sekarang saya sudah senior jadi ya tidak merasakan lagi yang merasakan juniornya sekarang ini.
Q	Okeyy, terimakasih Tari sukses selalu.
A	Iya, sama-sama

Responden 7

Nama : Sungging

Profesi : Atlet

Tanggal : 23 Maret 2020. Pukul. 16.06.

Ket	Tanya
Q	Hallo Sungging sudah berapa lama di Sahabat?
A	Halo kak, sudah 8 tahun ni ka.
Q	Ooohh, aku ingin mengajukan beberapa penelitian untuk penelitian ku. Pertama menurutmu apakah pelatih mu terbuka dalam menyampaikan pendapat baik verbal atau non verbal?
A	Menurut saya pelatih saya sangat terbuka kepada saya. Contohnya apa yang menjadi <i>concern</i> dia pada pemain-pemainnya pasti akan diomongin saat itu juga.
Q	Bagaimana pelatih mu secara jujur menyampaikan pesan atau pendapat yang ingin disampaikan?
A	Kalau soal kejujuran pelatih saya tidak bisa diragukan lagi, karna pelatih saya amat sangat <i>to the point</i> dalam menyampaikan pendapatnya. Jadi kalau kejujurannya jadi sangat terbuka dan sangat jujur kepada para atletnya.
Q	Bagaimana ni pelatih kamu menanamkan rasa percaya kepada para atletnya?
A	Kalau aku si yang penting aku punya <i>mindset</i> dulu aja si, jadi kalau pelatih menanamkan rasa percaya jadi itu

	dianggap sebagai tantangan buat aku. Kalau kita bisa melewati tantangan itu pelatih akan percaya kepada kita bahwa kita bisa. Selain itu pelatih saya juga sudah memberikan <i>improvenya</i> kepada kita jadi kita sama-sama belajar. Contohnya kalau dulu menyampaikan nasehat seperti marah-marah. Namun sekarang ini pelatih saya lebih bisa mengontrol emosinya.
Q	Cara pelatih memberikan dukungan kepada kamu itu gimana si?
A	Biasanya lebih ke verbal kak. Contohnya memberikan motivasi, menurut saya yang paling membekas bagi saya adalah ketika pelatih memberikan saya kalimat yang membangun bagi saya dengan memberikan semangat yang membuat saya semakin terdorong.
Q	Bagaimana pelatih kamu memberikan motivasi ke kamu saat kamu lagi dalam keadaan <i>down</i> ?
A	Hmmm caranya diajak ngobrol ditanyai topiknya, dimotivasi gitu. Karena tidak semua pelatih mau melakukan hal seperti itu.
Q	Sikap kesetaraan pada pelatih dalam memberikan kamu motivasi apakah sama dengan yang lain atau tidak?
A	Ya sama saja si menurut saya tidak ada ada yang dibedakan.
Q	Apakah pelatih peduli dengan atletnya baik di luar atau di dalam lapangan? Contohnya?
A	Sangat-sangat peduli, karena pelatih saya merupakan sosok yang perhatian dengan sangat detail. Misal nanti ada kelas, sehingga pelatih lebih bisa memahami dan tidak bersikap otoriter.
Q	Bagaimana pelatih kamu saat memahami atlet-atletnya pada saat berinteraksi?
A	Akhir-akhir ini si sudah sangat membaik si kak bagi saya, kalau ditanya bisa memahami atau tidak. Ya ngobrolnya dari hati ke hati si ka ngobrolnya.
Q	Bagaimana pelatih kamu menerapkan sistem disiplin pada atletnya?

A	Hmmm, menurut saya pelatih saya sangat disiplin kak, apalagi soal urusan ketepatan waktu. Misalnya latihan jam 7 pelatih saya sebelum jam 7 sudah ada dilapangan.
Q	Bagaimana pelatih kamu membangun suasana yang menyenangkan pada saat berinteraksi dengan para atlet?
A	Kalau misalnya latihan lagi keras, dia dengan nyamperin kita untuk membuat bahan lucu-lucuan.
Q	Bagaimana sikap pelatih dalam membangun sikap positif kepada para atlet ketika terjadi penurunan motivasi?
A	Dengan mengingatkan kita, kenapa kita mau melakukan ini semua. Coba liat keluarga mu masa kamu akan kalah disini tidak berhasil di sini gitu si ka.

Responden 8

Nama : Nia

Profesi : Atlet

Tanggal : 19 Maret 2020. Pukul. 10.55.

Ket	Tanya
Q	Hallo Nia, sudah berapa lama ni di Sahabat Semarang?
A	Hampir 5 tahun.
Q	Ooohh, aku ingin mengajukan beberapa penelitian untuk penelitian ku. Apakah pelatih bersikap terbuka kepada atletnya?
A	Iya kalau pelatihnya itu sangat terbuka bagi para atletnya. Ya kalau ada atletnya ada gerakan yang salah atau apa nanti dikasih tau mana yang ener. Apabila kondisinya tidak baik nanti dikasih arahan juga. Kalau diluar lapangan si saya kurang paham.
Q	Kalau buat km sendiri ni, bagaimana pelatih kamu ke kamunya sendiri?
A	Dia percaya sama aku, jadi kamu harus ini kamu harus itu. Semuanya dibilangin gak ad yang ditutupin.
Q	Gimana sih pelatih kamu menyampaikan pesan baik verbal ataupun non verbal? Contohnya?

A	Kalau yang verbal kalau salah langsung dipanggil, buat ngomong personal kalau ada yang salah. Kalau yang non verbal itu biasanya ada kode-kode waktu di lapangan.
Q	Bagaimana pelatih menanamkan nilai kepercayaan kepada atletnya?
A	Buat aku ya dikasih <i>minute play</i> diatas 30 pada saat main <i>game</i> , jadi menurut saya ini adalah rasa kepercayaan yang diberikan kepada saya. Soalnya belum tentu seangkatan ku mendapatkan kesempatan yang sama.
Q	Gimana nih pelatih kamu peduli terhadap atlet-atlek yang lainnya?
A	Peduli si kalau buat aku. Kalau misalnya kurang bagus dalam bermain pasti akan diberikan arahan yang baik agar bisa lebih baik lagi bermainnya.
Q	Apakah pelatih kamu memahami kamu ketika kamu sedang melakukan interaksi?
A	Ya tergantung kondisi dan situasi. Kalau misalnya timnya lagi <i>down</i> mesti ya memahami. Kan soalnya pelatih juga paham jadi pelatih tidak terlalu memberikan respon yang berlebihan.
Q	Dorongan apa saja yang diberikan oleh pelatih pada saat kalian lagi penurunan motivasi?
A	Ya, kan ada <i>briefing</i> jadi kadang diberikan motivasi-motivasi berupa video atau semangat agar kita tamb ahyakin lagi. Ternyata kekuatan kita tu bisa lebih dari pada yang ini. Serta ada semangat agar kita memacu semangat kita.
Q	Apakah pelatih kalian itu disiplin?
A	Disiplin bangetttt...
Q	Bagaimana penerapan disiplinnya tersebut?
A	Misalnya kalau datang harus datang lebih awal 30 menit sebelum dimulai latihannya. Kalau nggk latihan harus ijin dulu, jadi tidak dadakan tidak berangkat.
Q	Bagaimana pelatih kamu membangun suasana yang menyenangkan di lapangan?
A	Ya dengan itu tiap hari minggu dan sabtu ada game. Misalnya pemain lawan pelatih jadi seru banget.

Q	Kalau yang di luar lapangan?
A	Biasanya si <i>outbond</i> kalau nggak liburan keluar gitu.
Q	Bagaimana pelatih memberikan sikap positif kepada kamu? Khususnya ketika kamu lagi turun motivasinya?
A	Ya dengan cara memberikan <i>support</i> dan dukungan. Misalnya saya berfikir saya tidak bisa. Tapi nanti dibilangin kamu itu bisa semua itu sudah ada porsinya jadi semuanya bisa dilakukan juga. Jadi jangan pantang menyerah.
Q	Menurutmu ni komunikasi antar pribadi yang dilakukan pelatih kamu apa sudah tepat dengan situasi dan suasana pribadi kamu?
A	Iya itu kadang tepat kadang tidak. Tapi semua itu sangat membantu buat diri sendiri. Ya mungkin dengan adanya obrolan serius jadi paham banget apa yang diinginkan dari kedua belah pihak. Jadi hubungan dilapangan bagus dan baik komunikasinya.
Q	Gimana cara pelatih mendukung kamu nih?
A	Sesuai yang saya sampaikan tadi, dengan motivasi yang diberikan kepada para pelatih membuat kita semakin percaya diri.
Q	Bagaimana pelatih anda memberikan motivasi ketika kamu sedang <i>drop</i> ?
A	Ya dengan gebrakan marah-marah. Karena dengan kata-kata halus biasanya kita tidak mempan jadi kaya kurang peka.
Q	Kira-kira pelatih kamu memberikan motivasi kepada atletnya itu sama atau tidak si adil atau tidak?
A	Iya adil si, kadang kalau ada yang kurang suruh ditambahin si, biasanya jumlah berbeda-beda. Semuanya sama, cuman pelatih ngerasa kalau ada yang kurang baru ditambahin.
Q	Bagaimana pelatih memperlakukan kamu, apakah akan dilakukan sama derajatnya pada saat berinteraksi? Apakah merasa takut?
A	Ya kalau merasa takut pasti si ada, ya mungkin bagaimana kita bisa membatasi ketakutan itu sendiri. Jadi udah dekat berasa seperti orang tua gitu si. Karena sudah lama juga jadi apa-apa ya bilang

Q	Apakah pelatih memberikan perhatian kepada anda itu pilih kasih atau tidak?
A	Yaaaa menurut saya itu pilih kasih itu sesuai persepsi kita sendiri sih.
Q	Kalau dilapangan ada yang latihanya banyak, atau nggk latihan, dikasih makanan sedikit, dikasih makanan yang banyak?
A	Kalau makan di setara aja si sama semua. Kalau kita pilih makanan bebas mau pilih apa aja. Kalau dilapangan paling ya kalau ada yang kurang ditambahin aja biar lebih baik lagi.
Q	Ooohh gitu ya, makasih ya Nia.
A	Iya, sama-sama





9.22% PLAGIARISM
APPROXIMATELY

Report #11089120

BAB I Pendahuluan 1.1 Latar Belakang Komunikasi menjadi kebutuhan yang mutlak dalam kehidupan manusia. Semua aktivitas dan kegiatan yang dilakukan manusia akan selalu melibatkan komunikasi di dalamnya. Thomas M. Scheindel menjelaskan bahwa manusia berkomunikasi untuk menyatakan dan mendukung identitas diri serta untuk membangun hubungan atau relasi sosial dengan orang lain disekitar mereka. Selain itu dengan adanya komunikasi dapat mempengaruhi seseorang untuk berfikir dan berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan. Maka dari itu komunikasi berperan penting dalam segala aktivitas yang dilakukan oleh manusia, termasuk olahraga. Dalam kegiatan olahraga, komunikasi memberikan manfaat untuk menciptakan hubungan yang selaras sehingga memudahkan dalam pencapaian tujuan dalam tim. Selain itu, dengan adanya komunikasi pelatih dan atlet akan lebih mudah dalam mengolah potensi dan bakat. Untuk mengembangkan bakat dan potensi pada atlet dibutuhkan sebuah dorongan atau motivasi sebagai penunjang keberhasilan. Motivasi menurut Wursanto yakni sebuah dorongan yang muncul dari diri seseorang untuk melakukan serta mengarahkan perilaku untuk mencapai sebuah tujuan. Salah satu karakteristik pelatih dan atlet yang baik adalah mereka yang memiliki motivasi yang baik. Memiliki motivasi yang baik akan memungkinkan mereka