

**PENERAPAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL
YANG EFEKTIF PELATIH DENGAN ATLET DAN
PEMBENTUKAN MENTAL *JIYU KUMITE* DI DOJO
ZEN KYOKUSHINKAI JAWA TENGAH**



Disusun Oleh :

YOSHUA WIDAYAT PUTRA

17.M1.0049

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS HUKUM DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG 2022**

LAPORAN SKRIPSI

**Penerapan Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Atlet Dan
Pembentukan Mental Jiyu Kumite Di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah**



Disusun oleh:

YOSHUA WIDAYAT PUTRA

17.M1.0049

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS HUKUM DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2022

LAPORAN SKRIPSI

**Penerapan Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Atlet Dan
Pembentukan Mental Jiyu Kumite Di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah
Sebagai**

SKRIPSI

Diajukan Dalam Rangka Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar

Sarjana Strata-1 Dalam Ilmu Komunikasi



Disusun oleh :

YOSHUA WIDAYAT PUTRA

17.M1.0049

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

FAKULTAS HUKUM DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2022

HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yoshua Widayat Putra

NIM : 17.M1.0049

Progdi / Konsentrasi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Fakultas Hukum dan Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul "Penerapan Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Atlet Dan Pembentukan Mental Jiyu Kumite Di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah" tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 06 Desember 2022

Yang menyatakan,


METERAI
TEMPEL
KOPAKIX201707793
Yoshua Widayat Putra

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi:

**PENERAPAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF PELATIH
DENGAN ATLET DAN PEMBENTUKAN MENTAL JIYU KUMITE DI ZEN
KYOKUSHINKAI JAWA TENGAH**

Disusun oleh:

Nama : Yosua Widayat Putra
NIM : 17.M1.0049

Telah dipertaharkan di depan Dewan Penguji
pada tanggal: 21 Desember 2022

Dosen Penguji:

1. Rohaniar Pasariba, SS.S., M.I.Kom. 

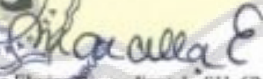
2. Drs. St. Hardiyarso, M.Hum. 

3. V. Ananda Arum P., S.I.Kom. 

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I Ilmu Komunikasi

Pada tanggal:
Semarang, 21 Desember 2022




Dr. Marcella Etwing Simandjuntak, SH, CN, M.Hum
Dekan Fakultas Hukum dan Komunikasi
Universitas Katolik Soegijapranata
Semarang

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yoshua Widayat Putra
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Fakultas Hukum dan Komunikasi
Jenis Karya : Tugas akhir/ Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Penerapan Komunikasi Interpersonal Yang Efektif Pelatih Dengan Atlet Dan Pembentukan Mental *Jiyu Kumite* Di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 21 Desember 2022

Yang menyatakan



Yoshua Widayat Putra

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan kemurahan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF PELATIH DENGAN ATLET DALAM PEMBENTUKAN MENTAL JIYU *KUMITE* DI ZEN KYOKUSHINKAI JAWA TENGAH sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S-1) Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Hukum dan Komunikasi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penelitian selanjutnya didalam ilmu komunikasi dan olahraga karate kyokushin di Indonesia.

Dalam kesempatan hari ini, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membimbing dan memberikan dukungan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

1. Tuhan Yesus Kristus yang senantiasa memberikan kesehatan dan hikmat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan masa studi dari awal hingga akhir.
2. Ibu Rotumiari Pasaribu, SS., M.I.Kom dan Bapak Drs. Stefanus Hardiyarso, M.Hum, selaku dosen pembimbing pertama dan kedua penulis yang telah sabar dan tulus dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Ibu Vincentia Ananda A. P., S.I.Kom., M.I.Kom, selaku dosen penguji penulis yang juga telah memberikan masukan-masukan dan motivasi untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Untuk teman-teman kuliah dan komunitas yang telah mendukung lewat doa dan motivasi untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Untuk Trisna Carolina yang telah memberi motivasi untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

Semarang, 21 Desember 2022



Yoshua Widayat Putra

ABSTRAK
PENERAPAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF
PELATIH DENGAN ATLET DALAM PEMBENTUKAN MENTAL JIYU
KUMITE DI ZEN KYOKUSHINKAI JAWA TENGAH

Yoshua Widayat Putra
Universitas Katolik Soegijapratana
2022

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang terjadi antara dua orang atau sekelompok kecil yakni sebagai pengirim pesan dan penerima pesan dengan beberapa efek dan umpan balik seketika. Komunikasi interpersonal terjadi disetiap aspek kehidupan manusia yakni salah satunya pada olahraga karate kyokushin. Kyokushin merupakan olahraga karate beraliran *full body contact* yakni *kumite* (bertarung) dengan bertujuan melumpuhkan lawan. Oleh karena itu, dibutuhkan mental yang kuat bagi atlet-atlet *kumite* di kyokushin karate ini. oleh karena itu, pelatih memiliki peranan penting selain memberikan teknik dan fisik yakni membentuk mental bertarung terhadap atletnya. Dalam pembentukan mental yang diberikan pelatih kepada atlet terdapat aktivitas komunikasi interpersonal yang efektif. Peneliti dalam kesempatan kali ini akan melakukan penelitian terkait penerapan komunikasi interpersonal yang efektif menurut Joseph Devito antara pelatih dengan atlet dalam pembentuk mental *jiyu kumite* di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah. Peneliti memilih Zen Kyokushinkai Jawa Tengah karena memiliki pelatih-pelatih yang berpengalaman serta melakukan penerapan komunikasi interpersonal efektif dan melahirkan atlet-atlet tingkat nasional hingga internasional. Peneliti kali ini mencari data dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif untuk menggambarkan bagaimana proses komunikasi interpersonal atlet dengan pelatih dan pembentukan mental *jiyu kumite*, yakni dengan teknik observasi dan wawancara di dojo Unimar AMNI, dan dojo Ungaran, dan mengolah data mentah (reduksi) dan disajikan berupa teks naratif, foto, dan transkrip wawancara. Penerapan komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet yakni kedua belah pihak saling menanggapi informasi yang diterima dengan melaksanakan pesan yang diterima (keterbukaan), lalu kedua belah pihak saling

menghargai seperti pada saat atletnya mengalami kekalahan, pelatih memberikan perhatian dengan memotivasi untuk bangkit kembali dan kekalahan tersebut juga dirasakan pelatih (empati). Selain itu, sikap saling mendukung antara pelatih dengan atlet juga terlihat pada saat atlet memberikan masukan kepada pelatih mengenai pola latihan untuk lebih bervariasi, dan pelatih menanggapi dengan membuat program latihan diluar agar atlet terhibur dan proses latihan berjalan lebih efektif. Pelatih juga mendorong atlet yang kurang percaya diri untuk lebih aktif dengan mengajak komunikasi personal sehingga atlet tersebut merasa bahwa dirinya itu diperhatikan dan timbul sikap percaya diri (rasa positif). Pelatih dan atlet keduanya saling menghargai, bahwa pelatih memiliki wewenang untuk menentukan program latihan di dojo maupun di rumah, dan atlet melaksanakan program latihan tersebut baik di dojo maupun di rumah pada saat tidak ada pelatih, karena keduanya saling menghargai (kesetaraan). Lalu pembentukan mental dalam *jiyu kumite* yakni pelatih membentuk sikap percaya diri atlet dengan memberikan latihan keras dan memberikan rangsangan pukulan untuk membentuk kepercayaan diri atletnya. Lalu untuk kedisiplinan, pelatih memberikan contoh kepada atlet untuk tepat waktu dan mematuhi peraturan yang ada di dojo. Lalu untuk membentuk kemauan dan motivasi, pelatih memberikan masukan kepada atlet untuk tidak menyerah, berpikir positif, tidak mudah puas, optimis dan *enjoy* dalam menyelesaikan program latihan. Dan pelatih menanamkan sikap tanggung jawab kepada diri atlet dengan memberikan materi latihan fisik yang keras untuk mengoptimalkan potensi diri atlet sehingga pada saat *jiyu kumite* atlet dapat menyelesaikan pertandingan dengan baik.

Kata kunci : Komunikasi Interpersonal, Efektivitas Komunikasi Interpersonal, Mental, Pelatih dan Atlet, Zen Kyokushinkai

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF EFFECTIVE INTERPERSONAL COMMUNICATION WITH ATHLETES IN *JYU KUMITE* MENTAL ESTABLISHMENT IN ZEN KYOKUSHINKAI CENTRAL JAVA

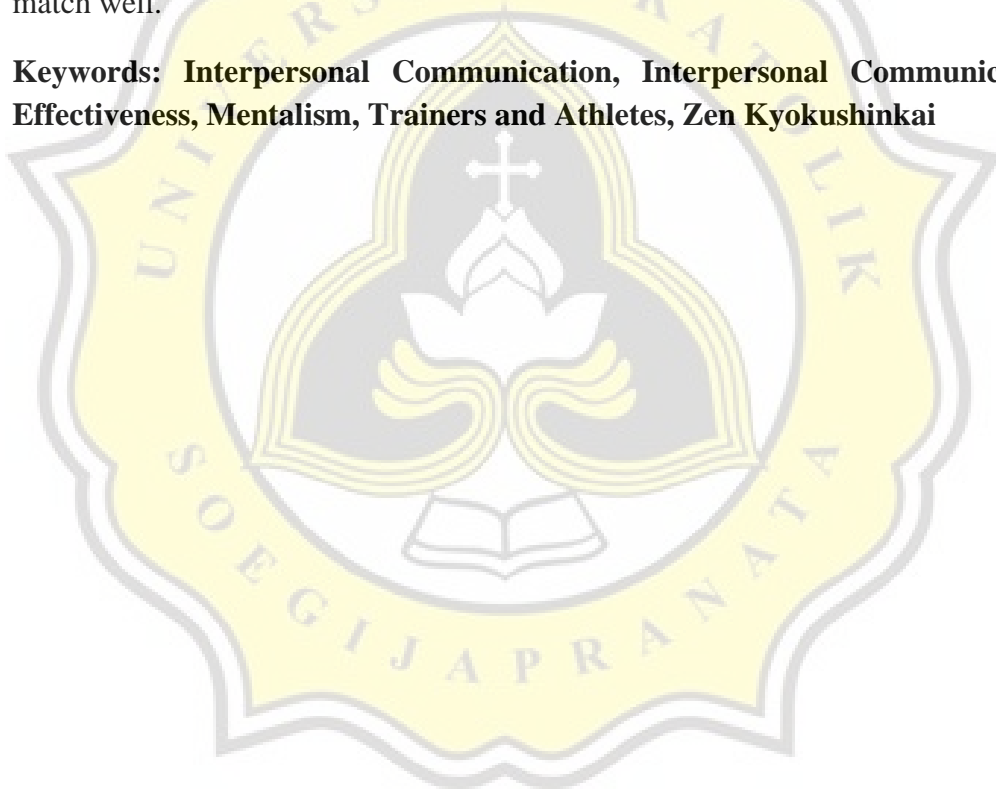
Yoshua Widayat Putra
Soegijapratana Catholic University

2022

Interpersonal communication is communication that occurs between two people or a small group, namely as the sender of the message and the recipient of the message with some effects and instant feedback. Interpersonal communication occurs in every aspect of human life, one of which is Kyokushin karate. Kyokushin is a karate sport with full body contact, namely kumite (fighting) with the aim of paralyzing the opponent. Therefore, it takes a strong mentality for kumite athletes in this kyokushin karate. Therefore, the coach has an important role apart from providing technical and physical training, namely forming a fighting mentality for his athletes. In the mental formation given by coaches to athletes there are effective interpersonal communication activities. Researchers on this occasion will conduct research related to the application of effective interpersonal communication according to Joseph Devito between coaches and athletes in the mental formation of jiyu kumite at Zen Kyokushinkai, Central Java. Researchers chose Zen Kyokushinkai Central Java because it has experienced trainers and implements effective interpersonal communication and produces athletes at national and international levels. This time the researcher looked for data using a qualitative descriptive research method to describe how the process of interpersonal communication between athletes and coaches and the mental formation of jiyu kumite, namely by observation and interview techniques at the Unimar AMNI dojo, and Ungaran dojo, and processed the raw data (reduction) and presented in the form of narrative text, photos, and interview transcripts. The application of interpersonal communication between coaches and athletes, namely that both parties mutually respond to information received by carrying out messages received (openness), then both parties respect each other as when an athlete loses, the coach pays attention by motivating them to get back up and the coach also feels the defeat (empathy). In addition, mutual support between coaches and athletes is also seen when athletes provide input to coaches regarding training patterns to be more varied, and coaches respond by making training programs outside so that athletes are entertained and the training process runs more effectively. The coach also encourages athletes who lack self-confidence to be more active by inviting personal communication so that the athlete feels that he is being cared for and an attitude of self-confidence arises

(a positive feeling). Coaches and athletes both respect each other, that the coach has the authority to determine the training program at the dojo and at home, and athletes carry out the training program both at the dojo and at home when there is no coach, because both of them respect each other (equality). Then mental formation in jiyu kumite, namely the coach forms the athlete's confident attitude by providing hard training and providing stimulus blows to form the athlete's confidence. Then for discipline, the coach set an example for the athletes to be on time and comply with the rules in the dojo. Then to form will and motivation, the trainer provides input to athletes not to give up, think positively, not be easily satisfied, be optimistic and enjoy completing the training program. And the coach instills an attitude of responsibility to the athlete himself by providing hard physical training material to optimize the athlete's potential so that during Jiyu Kumite the athlete can finish the match well.

Keywords: Interpersonal Communication, Interpersonal Communication Effectiveness, Mentalism, Trainers and Athletes, Zen Kyokushinkai



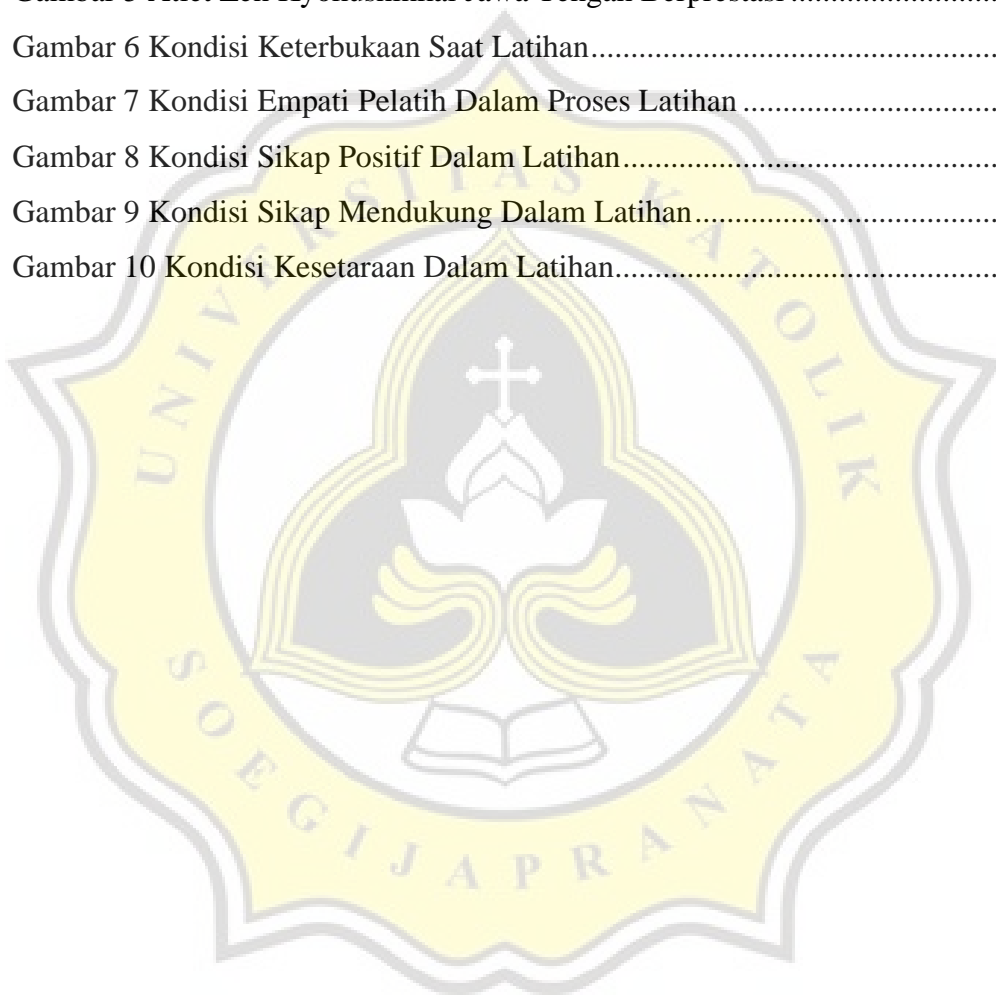
DAFTAR ISI

LAPORAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS Error! Bookmark not defined.	
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Komunikasi.....	7
2.2 Komunikasi Interpersonal.....	8
2.2.1 Tujuan Komunikasi Interpersonal	8
2.2.2 Efektivitas Komunikasi Interpersonal	9
2.3 Mental.....	9
2.4 Pertarungan Bebas (Jiyu Kumite).....	12
2.5 Zen Kyokushinkai.....	13
2.6 Kerangka Pikir.....	14
2.7 Penelitian terdahulu	17
Tabel 1 Penelitian Terdahulu	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	19

3.1	Metodologi Penelitian.....	19
3.2	Teknik Pengumpulan Data	20
3.3	Teknik Analisis Data	21
3.4	Sistematika Penelitian.....	23
3.5	Tatakala Penulisan.....	24
	Tabel 2 Tatakala Penulisan	25
	BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
4.1	Gambaran Umum	27
4.2	Profil Zen Kyokushinkai Jawa Tengah.....	28
4.3	Struktur Organisasi Zen Kyokushin Jawa Tengah	31
4.4	Penerapan Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Atlet.....	32
4.5	Pembentukan Mental	41
	BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
	DAFTAR PUSTAKA	53
	Waktu dan Tempat Penelitian	69
1.1.	Waktu Penelitian.....	69
1.2.	Tempat Penelitian	69
	Identitas Peneliti.....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Pikir.....	16
Gambar 2 Profil Zen Kyokushinkai Jawa Tengah	28
Gambar 3 Pertandingan Zen Kyokushinkai	30
Gambar 4 Kejuaraan Kyokushin Grand Prix Yogyakarta.....	30
Gambar 5 Atlet Zen Kyokushinkai Jawa Tengah Berprestasi	31
Gambar 6 Kondisi Keterbukaan Saat Latihan.....	34
Gambar 7 Kondisi Empati Pelatih Dalam Proses Latihan	36
Gambar 8 Kondisi Sikap Positif Dalam Latihan.....	37
Gambar 9 Kondisi Sikap Mendukung Dalam Latihan.....	39
Gambar 10 Kondisi Kesetaraan Dalam Latihan.....	41



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terdahulu	18
Tabel 2 Tatakala Penulisan	25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Transkrip Wawancara	56
Lampiran 2 Foto Wawancara dan Observasi	67

