

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Komunikasi interpersonal pada dasarnya merupakan proses penyampaian dan penerimaan pesan antara individu satu dengan individu lain yang terbagi 2 (dua) yaitu sebagai komunikator (pengirim pesan) dan komunikan (penerima pesan) dengan melalui proses hubungan yang tercipta, tumbuh, dan berkembang (Ngalimun, 2020:2). Komunikasi antarpribadi juga dapat terjadi antara dua orang atau dengan sekelompok kecil orang- orang dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika (Ngalimun, 2020:3). Komunikasi yang efektif merupakan komunikasi yang dapat menimbulkan efek sesuai dengan tujuan yang diharapkan oleh komunikator. Efek yang ditimbulkan oleh komunikasi tersebut dapat dikelompokkan menjadi tiga efek.

Menurut (Ngalimun, 2020:62) tiga efek tersebut adalah efek kognitif, yakni bila ada perubahan pada apa yang diketahui, dipahami, dipersepsi oleh komunikan atau yang berkaitan dengan pikiran dan nalar/akal pikir, atau dalam arti kata lain yakni pesan yang disampaikan ditujukan kepada pikiran komunikan. Efek afektif, yakni bila ada perubahan pada apa yang dirasakan atau yang berhubungan dengan perasaan, atau dalam arti kata lain yakni tujuan komunikator tidak hanya agar komunikan tahu tetapi juga mendapatkan simpati atau tergerak hatinya. Efek konatif, yakni perilaku yang nyata meliputi pola- pola tindakan, kegiatan, kebiasaan atau juga dapat diartikan dapat menimbulkan itikad baik untuk berperilaku dalam melakukan tindakan atau kegiatan yang bersifat fisik (jasmani). Tercapainya tujuan

komunikasi dilalui melalui beragam cara, demikian juga dalam komunikasi interpersonal. Proses komunikasi antar dua orang atau lebih berlangsung dalam hampir semua interaksi manusia, salah satunya antara pelatih dan atlet olahraga karate kyokushin. Komunikasi interpersonal yang berlangsung efektif antara pelatih dan atlet akan mencapai tujuan pelatihan, satu diantaranya adalah pembentukan mental dalam *jiyu kumite*.

Ada banyak organisasi karate aliran kyokushin di Indonesia, salah satunya yaitu perguruan karate World Zen Kyokushinkai Indonesia. Zen Kyokushinkai merupakan organisasi beladiri karate yang menganut sistem ajaran kyokushin yang diciptakan oleh Sosai Masutatsu Oyama yang memiliki sistem pertandingan berbeda dengan karate pada umumnya (Zenkyokushin.net, 2022). Di dalam dunia karate, kyokushin merupakan aliran satu-satunya karate yang menganut sistem *full body contact* yaitu bertarung pukul dan tendang tanpa menggunakan pelindung dengan sistem kemenangan KO (*Knock Out*). Oleh karena itu petarung atau atlet karate kyokushin harus memiliki kekuatan dan ketahanan tubuh yang prima. Selain kekuatan dan ketahanan tubuh yang prima, juga dibutuhkan mental yang kuat bagi seorang atlet karate aliran kyokushin karena dalam pertandingan atlet harus siap menerima rasa sakit dari hasil kontak penuh karena potensi, kekuatan, dan teknik dapat seketika hilang ketika atlet mengalami rasa sakit yang mengakibatkan mental atlet menjadi jatuh (*down*).

Dalam hal ini, peneliti memilih Dojo Unisbank, Dojo Unimar AMNI, dan Dojo Ungaran sebagai objek penelitian karena di Dojo tersebut sering meraih juara umum dari semua kategori kelas di kejuaraan Jawa Tengah dan D.I.Yogyakarta dan

banyak menyumbang atlet-atlet sebagai wakil dari Jawa Tengah untuk berkompetisi di ajang nasional hingga internasional. Hal tersebut tentunya tidak lepas dari peranan pelatih atau *sensei* dalam memberikan pelatihan dan motivasi dalam pembentukan mental *jiyu kumite* kepada para atletnya. Pelatih memiliki peranan penting dibalik keberhasilan atlet-atletnya. Karena apa yang dilakukan atlet pada saat dipertandingan merupakan hasil latihan yang diberikan pelatih kepada atletnya.

Pada saat pelatihan, tentunya pelatih memiliki cara dan strategi agar atletnya bertarung dengan baik dan memiliki mental yang kuat. Di Dojo Zen Kyokushin Semarang memiliki pelatih bernama Machmoed. Selain menjadi pelatih dan guru (*sensei*), *sensei* Machmoed adalah seorang mantan petarung (atlet) karate kyokushin yang sering menjuarai kejuaraan tingkat daerah hingga nasional, beliau juga pernah berpartisipasi di ajang Internasional karate kyokushin. Dari pengalamannya, *sensei* Machmoed menurunkan ilmunya yakni salah satunya pada pembentukan mental *jiyu kumite* kepada atlet-atletnya. Dalam kegiatan pelatihan, diperlukan komunikasi interpersonal yang efektif dengan atlet agar apa yang ia berikan dapat diterima, dipahami, dirasakan, dan dilakukan oleh atletnya guna pembentukan mental *jiyu kumite*.

Pada dasarnya mental adalah bagian keadaan dari sehat. Sehat adalah suatu kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara penuh. Menurut definisi Zakiah Darojad (1982, dalam (Sundari, 2005, p. 1) kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin. Oleh karena itu mental yang sehat merupakan aspek yang penting dalam diri manusia

untuk beraktivitas sehari-hari diantaranya adalah pada olahraga karate kyokushin. Dalam karate kyokushin dikenal dengan gaya bertarungnya (*kumite*) yang brutal dan berbeda dengan aliran karate pada umumnya.

Disaat karate pada umumnya hanya fokus pada latihan *kata* (jurus) dan praktik *kumite* (bertarung) dengan sistem *non contact* atau mengutamakan poin masuknya serangan tanpa benar-benar memukul untuk melumpuhkan lawan, kyokushin justru mengedepankan praktik *kumite* (bertarung) dengan sistem *full body contact* dan serangannya bertujuan untuk melumpuhkan lawan. Oleh karena itu, pada *jiyu kumite* bagi para atlet dibutuhkan kemampuan untuk menyesuaikan dan memaksimalkan potensi pada diri sendiri agar memiliki ketenangan, keberanian, dan menyelesaikan pertarungan dengan baik dan pantang menyerah. Tentunya mental tersebut didapati dari adanya peran pelatih dalam menyampaikan komunikasi interpersonal yang efektif kepada para atlet baik pada saat latihan maupun diluar latihan.

Peneliti dalam kesempatan kali ini akan melakukan penelitian terkait penerapan komunikasi interpersonal yang efektif pada pelatih dengan atlet dalam pembentukan mental *jiyu kumite* di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah. Zen Kyokushinkai Jawa Tengah memiliki pelatih- pelatih yang berhasil melahirkan atlet- atlet yang berprestasi baik dalam kejuaraan daerah maupun nasional, yang salah satunya berasal dari Dojo Unisbank, Dojo Unimar AMNI, dan Dojo Ungaran. Peran pelatih sebagai komunikator (pengirim pesan) kepada anggotanya sebagai komunikan (penerima pesan) dapat menghasilkan tiga efek yaitu kognitif, afektif,

dan konatif. Sehingga para atlet mampu menerima, memahami, menjadi memiliki rasa simpati dan mau melakukan apa yang diinstruksikan pelatih sehingga para atlet dapat memiliki mental *jiyu kumite* di dojo maupun pada saat kejuaraan. Hal tersebut dapat menjadi dasar ketertarikan peneliti untuk dijadikan objek penelitian.

Berdasarkan data dan keaslian penelitian ini untuk dikerjakan, maka dalam penelitian kali ini peneliti telah memutuskan penelitian ini dengan judul **”PENERAPAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF PELATIH DENGAN ATLET DAN PEMBENTUKAN MENTAL *JIYU KUMITE* DI ZEN KYOKUSHINKAI JAWA TENGAH”**

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merumuskan masalah yaitu bagaimana penerapan komunikasi interpersonal yang efektif pelatih dengan atlet dalam pembentukan mental *jiyu kumite* di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan komunikasi interpersonal yang efektif pelatih dengan atlet dalam pembentukan mental *jiyu kumite* di Zen Kyokushinkai Jawa Tengah.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini, yakni :

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini secara konseptual mengarah pada pemahaman dan penerapan komunikasi interpersonal dalam olahraga, khususnya cabang karate kyokushin dalam pembentukan mental *jiyu kumite*.

## **2. Manfaat Praktis**

Peneliti berharap penelitian ini dapat digunakan pembaca sebagai referensi yang ingin mengetahui tentang bagaimana penerapan komunikasi interpersonal yang efektif pada pelatih terhadap atletnya khususnya pada pembentukan mental atlet *jiyu kumite*.

