

**ANALISIS KOMUNIKASI PEMBINAAN SEBAGAI UPAYA MENJAGA
MOTIVASI ATLET KARATE KATA DALAM PERSIAPAN PEKAN
OLAHRAGA NASIONAL**

Detrina Sabda Nugraha, Lintang Ratri Rahmiaji, Turnomo Rahardjo

detrina10@gmail.com

Program Studi S1 Ilmu Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Soedarto, SH, Tembalang, Semarang Kotaak Pos 1269 Telepon (024)

746407 Faksimile (024) 746504 Laman: <https://fisip.undip.ac.id> Email:

fisip@undip.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis komunikasi pembinaan dalam menjaga motivasi atlet karate kata dalam persiapan menuju Pekan Olahraga Nasional (PON). Komunikasi antara pelatih dan atlet merupakan elemen kunci dalam pembinaan olahraga, khususnya dalam memotivasi atlet untuk mencapai performa terbaik mereka. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini mengumpulkan data melalui wawancara mendalam dengan pelatih dan atlet serta observasi langsung selama sesi latihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif, meliputi pemberian umpan balik yang konstruktif, dukungan emosional, serta penetapan tujuan yang jelas, berperan signifikan dalam mempertahankan dan meningkatkan motivasi atlet. Selain itu, strategi komunikasi yang bersifat personal dan sesuai dengan kebutuhan individu atlet terbukti mampu mengurangi stres dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Penelitian ini menekankan pentingnya peran komunikasi pembinaan dalam mencapai keberhasilan di ajang kompetisi bergengsi seperti PON, serta memberikan rekomendasi praktis bagi pelatih dalam mengoptimalkan komunikasi dengan atlet mereka.

Kata kunci: Komunikasi pembinaan, Motivasi Atlet Karate Kata, Pekan Olahraga Nasional

Abstract

This study aims to analyze coaching communication in maintaining karate kata athletes' motivation in preparation for the National Sports Week (PON). Communication between coaches and athletes is a key element in sports coaching, especially in motivating athletes to achieve their best performance. Using a qualitative approach, this study collected data through in-depth interviews with coaches and athletes and direct observation during training sessions. The results showed that effective communication, including providing constructive feedback, emotional support, and setting clear goals, played a significant role in maintaining and improving athlete motivation. In addition, communication strategies that are personalized and tailored to the needs of individual athletes have been shown to reduce stress and increase their self-confidence. This study emphasizes the

importance of the role of coaching communication in achieving success in prestigious competitions such as PON, and provides practical recommendations for coaches in optimizing communication with their athletes.

Keyword: Coaching communication, Motivation of Karate Kata Athletes, National Sports Week

Pendahuluan

Komunikasi pembinaan (coaching communication) berperan penting dalam hubungan antara pelatih dan atlet, terutama dalam memahami strategi, taktik, dan membangun koordinasi tim. Komunikasi ini memengaruhi motivasi dan perkembangan atlet secara langsung. Pelatih harus mampu memberikan arahan dan umpan balik yang tepat untuk menjaga hubungan interpersonal yang baik, yang merupakan elemen kunci dalam menjaga motivasi atlet (O'Donoghue & Mayes, 2013; Isoard-Gauthier et al., 2016). Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi dua arah lebih efektif dibandingkan satu arah, karena memungkinkan interaksi yang lebih erat antara pelatih dan atlet, yang berpengaruh pada performa atlet (Bippus et al., 2003; Loughhead & Carron, 2004).

Di Indonesia, salah satu cabang olahraga populer adalah karate, yang diperlombakan di ajang nasional seperti Pekan Olahraga Nasional (PON). Karate terbagi menjadi dua kategori, yaitu Kata dan Kumite. Proses pelatihan untuk setiap kategori memerlukan pendekatan berbeda, di mana Kata lebih berfokus pada keindahan dan presisi teknik (Joachim, 2009; Emad et al., 2020). Namun, pelatihan yang monoton dan repetitif dalam kategori Kata bisa menyebabkan kebosanan dan menurunkan motivasi atlet (Martarelli et al., 2022).

Dalam konteks PON dan pra-PON, proses pembinaan di Jawa Tengah masih menghadapi tantangan, meskipun potensi atletnya besar. Komunikasi yang efektif antara pelatih dan atlet dianggap mampu menjaga motivasi selama proses persiapan yang panjang (Sosiawan et al., 2023a). Untuk memahami lebih dalam bagaimana komunikasi pembinaan berperan dalam menjaga motivasi atlet, penelitian ini berfokus pada pembinaan atlet karate kata di Jawa Tengah yang sedang mempersiapkan diri untuk PON (Kemendikbud, 2019; Noorhidayat, 2023).

Tujuan penelitian ini adalah memahami bagaimana komunikasi pembinaan antara pelatih dan atlet karate di Jawa Tengah mempengaruhi motivasi atlet selama persiapan menuju PON, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi

efektivitas komunikasi tersebut. Hal ini diharapkan bisa membantu meningkatkan kinerja atlet karate dalam ajang kompetisi nasional.

Tinjauan Pustaka

Komunikasi Olahraga (Sport Communication)

Komunikasi olahraga adalah proses interaktif yang melibatkan pertukaran informasi, baik secara verbal maupun non-verbal, dalam dunia olahraga. Ini mencakup berbagai interaksi, mulai dari komunikasi antara atlet dan pelatih hingga penggunaan media dalam olahraga. Efek dari komunikasi ini dapat berupa motivasi, memberikan petunjuk, hingga menawarkan solusi (Wenner, 2021). Sport communication melibatkan simbol-simbol dan menciptakan makna melalui interaksi antar individu dalam lingkungan olahraga (Pedersen, 2017).

Teori Pertukaran Sosial (Social Exchange Theory)

Teori Pertukaran Sosial (SET) menjelaskan bahwa orang cenderung mempertahankan hubungan yang memberikan imbalan positif dan meminimalkan biaya. Ini relevan dalam hubungan antara pelatih, atlet, dan manajer, di mana pemahaman tentang manfaat dari hubungan ini membantu dalam menciptakan kepercayaan dan komunikasi yang efektif dalam tim olahraga (Roloff, 2015; Trevino & Tilly, 2016).

Komunikasi Pembinaan (Coaching Communication)

Komunikasi pembinaan adalah proses interaksi antara pelatih dan atlet yang mencakup instruksi teknis, motivasi, dan pembinaan hubungan yang kuat. Komunikasi ini penting dalam membangun kepercayaan dan pemahaman antara pelatih dan atlet untuk mencapai prestasi maksimal (O'Donoghue & Mayes, 2013). Melalui umpan balik yang jelas dan konstruktif, pelatih dapat membantu atlet berkembang secara teknis dan mental (Milroy et al., 2019).

Teori Tindakan Beralasan (The Reasoned Action Theory)

Teori Tindakan Beralasan menekankan bahwa tindakan individu didasari oleh niat yang dipengaruhi oleh sikap terhadap tindakan dan norma sosial. Dalam konteks olahraga, pemahaman terhadap alasan di balik tindakan dapat membantu pelatih

dalam menyampaikan pesan yang lebih efektif dan membangun hubungan yang baik dengan atlet (Ajzen & Fishbein, 2017).

Motivasi Atlet

Motivasi adalah dorongan internal yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks atlet, motivasi bisa berasal dari keinginan untuk memenangkan kompetisi atau mengeksplorasi potensi diri. Pelatih memainkan peran penting dalam memelihara motivasi atlet melalui komunikasi yang mendukung dan memberikan umpan balik yang konstruktif (Menno A. Mennes, 2023). Motivasi atlet juga dipengaruhi oleh teori-teori seperti hierarki kebutuhan Maslow dan teori nilai harapan yang menjelaskan bagaimana keyakinan dan nilai-nilai memengaruhi tingkat motivasi (Prihartanta et al., 2015).

Teori Nilai Harapan (Expectancy Value Theory)

Teori Nilai Harapan menjelaskan bahwa motivasi atlet dipengaruhi oleh keyakinan bahwa usaha mereka akan menghasilkan hasil yang diinginkan, serta pentingnya hasil tersebut. Pelatih dapat memanfaatkan teori ini untuk merancang strategi komunikasi yang mempertahankan motivasi atlet dalam latihan dan kompetisi (Littlejohn & Karen, 2009).

Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yang berfokus pada deskripsi fenomena tanpa manipulasi data. Sesuai dengan pendapat Sukmadinata (2011), tujuan pendekatan ini adalah untuk menggambarkan proses komunikasi pembinaan antara pelatih dan atlet cabang olahraga Karate Kata di Pekan Olahraga Nasional (PON) di Semarang, Jawa Tengah.

Subjek penelitian terdiri dari pelatih dan atlet Karate Kata yang terlibat dalam PON di Semarang, yang dipilih karena peran kunci mereka dalam komunikasi pembinaan. Penelitian ini mengandalkan dua jenis data:

1. Data Primer: Diperoleh melalui wawancara mendalam dengan pelatih dan atlet, mencakup pengalaman dan pandangan mereka.
2. Data Sekunder: Diperoleh dari literatur seperti jurnal, buku, dan artikel yang relevan.

Teknik utama yang digunakan adalah metode wawancara (Kothari, 2004), yang memungkinkan peneliti untuk mendapatkan informasi yang mendalam dan spesifik mengenai komunikasi antara pelatih dan atlet.

Analisis data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Reduksi Data: Menyederhanakan dan memilih data yang relevan dari data mentah.
2. Penyajian Data: Menyajikan data secara sistematis dalam bentuk narasi, tabel, grafik, atau media lainnya untuk memudahkan pemahaman.
3. Verifikasi atau Penarikan Kesimpulan: Melakukan verifikasi temuan dengan teori yang relevan dan memastikan kesimpulan sesuai dengan bukti yang ada.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi pembinaan antara pelatih dan atlet Karate Kata di Pekan Olahraga Nasional (PON) berlangsung dalam pola dua arah, di mana pelatih memberikan instruksi teknis yang jelas selama latihan, dan atlet diberi kesempatan untuk memberikan masukan. Informan 1 mengungkapkan bahwa ia merasakan kenyamanan dalam pola komunikasi ini karena adanya evaluasi dan umpan balik rutin dari pelatih yang membantu meningkatkan performanya. Hubungan antara atlet dan pelatih lebih bersifat profesional, dengan komunikasi yang terbatas pada hal-hal teknis selama latihan, dan tidak banyak komunikasi di luar latihan. Media seperti WhatsApp digunakan untuk koordinasi latihan dan pemberian instruksi tambahan, tetapi tidak ada interaksi yang berlebihan di luar kebutuhan latihan.

Informan 2 juga mengakui pentingnya komunikasi dua arah, terutama saat pelatih memberikan instruksi. Hal ini memungkinkan atlet untuk mengklarifikasi arahan yang mungkin kurang jelas. Meskipun selama latihan pelatih sering berteriak atau memberikan arahan dengan nada keras, informan 2 merasa hal tersebut adalah bentuk motivasi yang dibutuhkan untuk menjaga semangat. Ia menambahkan bahwa hubungan dengan pelatihnya lebih bersifat profesional, tetapi jika ia merasa dekat dengan pelatih tertentu, ia lebih terbuka untuk berbagi masalah pribadi. Interaksi melalui WhatsApp juga terjadi, terutama dalam hal penyampaian informasi umum terkait latihan.

Informan 3 menggambarkan dinamika komunikasi dengan pelatih sebagai sesi berbagi masukan. Ia merasa bahwa komunikasi berlangsung dua arah dan pelatih sering memberikan koreksi setelah sesi latihan. Meskipun demikian, informan 3 menyatakan bahwa beberapa sindiran dari pelatih kadang membuatnya merasa tidak

nyaman. Di luar latihan, komunikasi masih berlangsung, terutama ketika ia membutuhkan bimbingan lebih lanjut mengenai teknik atau kekurangannya. Meskipun terdapat tantangan dalam komunikasi, ia tetap merasa terbuka untuk menerima kritik yang membangun dari pelatihnya.

Sebagai pelatih, informan 4 menekankan pentingnya komunikasi dua arah. Ia secara aktif mendengarkan masukan dari atletnya dan sering melakukan kegiatan bersama di luar latihan untuk membangun hubungan yang lebih kuat. Pelatih ini juga sering mengunjungi mess atlet untuk mengetahui kebutuhan dan keluhan mereka, menunjukkan bahwa ia peduli terhadap kesejahteraan atletnya di luar konteks latihan. Komunikasi melalui WhatsApp digunakan untuk memberikan informasi mengenai latihan, tetapi interaksi langsung tetap menjadi prioritas.

Informan 5, juga sebagai pelatih, menerapkan komunikasi yang tegas dan terstruktur selama latihan. Ia menekankan pentingnya tanggung jawab atlet dalam mencapai target mereka. Meskipun tegas, ia menjaga hubungan baik dengan atlet di luar latihan melalui kegiatan santai seperti minum kopi bersama. Pendekatan personal ini membantu pelatih untuk lebih memahami kondisi mental dan emosional atlet, sehingga bisa memberikan dukungan yang tepat. Media sosial, terutama WhatsApp, juga digunakan sebagai sarana untuk memantau perkembangan atlet di luar latihan.

Dari segi motivasi, Informan 1 menyatakan bahwa motivasi terbesarnya adalah membuat orang tua bangga, dan pelatihnya memahami hal tersebut, sehingga dapat membangun sinergi yang baik dalam pembinaan. Pelatih tidak hanya berperan dalam memberikan instruksi teknis tetapi juga memahami orientasi motivasi setiap atlet, yang kemudian memengaruhi cara pelatih memberikan dorongan. Informan 2, dengan ambisi kuat untuk meraih kemenangan, merasa bahwa motivasinya diperkuat oleh pelatih yang selalu mengingatkannya tentang pentingnya kerja keras dalam latihan. Meskipun sering mendapat teguran keras, ia tidak keberatan karena hal tersebut membantunya tetap fokus.

Informan 3 menegaskan bahwa prestasi yang ia raih sangat dipengaruhi oleh pelatih yang membimbingnya. Meskipun ada teguran keras, pelatih juga menunjukkan dukungan emosional yang kuat, terutama saat ia mengalami kekalahan. Informan 4 menggunakan pendekatan personal untuk memahami motivasi setiap atlet, dan memberikan dorongan melalui apresiasi kecil seperti hadiah atau perayaan. Sementara itu, Informan 5 menerapkan metode reward and punishment yang seimbang. Ia sering memberikan penghargaan kecil kepada atlet yang mencapai target, dan memberikan

sindiran tajam kepada mereka yang kehilangan motivasi, tetapi selalu menutup dengan dukungan moral yang membangkitkan semangat atlet.

Tahap lanjutan dari pemaparan hasil penelitian ini menyoroiti dua tema utama, yaitu komunikasi pembinaan antara pelatih dan atlet serta motivasi atlet. Dalam hal komunikasi pembinaan, penelitian menggunakan Teori Tindakan Beralasan untuk menganalisis bagaimana pola komunikasi yang tegas dan langsung, yang sering kali disertai kritik dan penghargaan, membentuk sikap positif atlet terhadap latihan. Pelatih berusaha menyeimbangkan otoritas dengan keterbukaan, memastikan bahwa komunikasi efektif dan membantu atlet merasa didukung. Atlet merespons pola komunikasi pelatih dengan rasa penghargaan, menyadari bahwa instruksi keras bertujuan untuk kebaikan mereka, sementara keterbukaan membantu mereka merasa lebih nyaman dan didukung.

Dalam konteks motivasi atlet, penelitian memanfaatkan Teori Nilai Harapan untuk menjelaskan bagaimana pelatih membangun keyakinan diri atlet dan menekankan nilai dari tujuan yang ingin dicapai, seperti memenangkan medali atau membanggakan keluarga. Pelatih berperan aktif dalam memahami motivasi individu setiap atlet dan menggunakan penghargaan serta teguran untuk menjaga semangat atlet tetap tinggi. Pelatih juga berupaya menjaga suasana latihan yang bervariasi untuk menghindari kejenuhan dan menjaga fokus atlet.

Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian ini dapat menjawab tujuan penelitian yang mana Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan teori tindakan beralasan dapat secara efektif mempengaruhi sikap dan norma subjektif atlet selama latihan. Melalui komunikasi yang tegas dan langsung, pelatih berhasil mengembangkan sikap positif atlet terhadap latihan yang keras dan menantang serta meningkatkan motivasinya untuk mencapai hasil terbaik. Norma subyektif, yang dibentuk oleh tekanan sosial dan harapan dari pelatih, tim, dan lingkungan, juga berperan penting dalam mendorong komitmen atlet. Atlet merasa harus memenuhi harapan tersebut, tidak hanya demi keuntungan pribadi tetapi juga demi tim dan pelatih. Pada akhirnya, dengan menyesuaikan komunikasi dengan kebutuhan individu, pelatih dapat meningkatkan motivasi dan dedikasi atlet, sehingga mendorong mereka untuk mencapai performa terbaiknya selama berkompetisi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan tujuan penelitian bahwa komunikasi antar pelatih menyoroti pentingnya peran pelatih dalam mengembangkan motivasi atlet melalui pendekatan berdasarkan teori nilai harapan. Teori ini menjelaskan bahwa atlet dimotivasi oleh keyakinan mereka tentang kemampuan mereka untuk mencapai tujuan mereka (harapan) dan pentingnya hasil yang ingin mereka capai (nilai). Pelatih berperan tidak hanya dari sisi teknis, tetapi juga dari sisi psikologis dan emosional atlet, dengan memberikan dukungan untuk membangun kepercayaan diri dan pentingnya menekankan nilai hasil yang diinginkan. Melalui komunikasi dan pemahaman yang berkelanjutan terhadap kebutuhan individu, pelatih dapat memberikan insentif yang lebih personal dan spesifik yang mendorong atlet untuk tetap berkomitmen dalam latihan dan mencapai performa terbaiknya dalam kompetisi.

Penelitian ini menghasilkan implikasi teoritis, praktis, dan sosial yang penting. Implikasi teoritis menunjukkan bahwa komunikasi efektif dari pelatih yang mencakup arahan jelas, umpan balik membangun, dan insentif positif memainkan peran penting dalam memotivasi atlet. Dengan memanfaatkan Teori Tindakan Beralasan dan Teori Nilai Harapan, penelitian ini memperdalam pemahaman tentang bagaimana komunikasi memengaruhi sikap dan motivasi atlet dalam cabang olahraga karate kata.

Implikasi praktis penelitian ini berfokus pada penerapan strategi komunikasi pembinaan yang efektif. Komunikasi yang personal dan suportif dari pelatih dapat membantu atlet mempertahankan motivasi tinggi, meningkatkan kinerja, serta mengurangi tekanan mental dan emosional menjelang kompetisi besar seperti PON. Atlet yang merasa didukung oleh pelatih mereka akan lebih percaya diri, yang berdampak positif pada performa mereka.

Implikasi sosial dari penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet dapat memperkuat hubungan antara keduanya, menciptakan lingkungan pelatihan yang positif dan produktif. Temuan ini juga dapat dimanfaatkan oleh pelatih lain dan organisasi olahraga untuk meningkatkan pendekatan mereka terhadap pembinaan atlet, yang berpotensi meningkatkan kinerja atlet di tingkat nasional.

Rekomendasi teoritis mengusulkan untuk memperluas penelitian ini dengan mengeksplorasi berbagai model komunikasi pembinaan di berbagai jenis olahraga dan mempertimbangkan faktor-faktor eksternal lain yang mempengaruhi motivasi dan performa atlet, seperti lingkungan sosial dan tekanan publik.

Rekomendasi praktis menyarankan pelatih untuk menerapkan metode komunikasi yang mendukung dan personal, serta peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi pendekatan ini di olahraga lain. Penelitian tambahan juga dapat menilai bagaimana dukungan keluarga, rekan tim, dan lingkungan pelatihan memengaruhi motivasi atlet.

Rekomendasi sosial menekankan pentingnya program pelatihan komunikasi bagi pelatih yang mencakup dimensi psikologis dan emosional, dengan tujuan meningkatkan interaksi sosial antara pelatih dan atlet. Penelitian mendatang juga bisa mengeksplorasi dampak komunikasi pembinaan terhadap dinamika tim dan dukungan sosial dari pelatih serta keluarga terhadap kesejahteraan mental atlet.

Daftar Pustaka

- Bippus, A. M., Kearney, P., Plax, T. G., & Brooks, C. F. (2003). Teacher access and mentoring abilities: Predicting the outcome value of extra class communication. *Journal of Applied Communication Research*, 31(3), 260–275.
- Choi, H., Jeong, Y., & Kim, S. K. (2020). The relationship between coaching behavior and athlete burnout: Mediating effects of communication and the coach– athlete relationship. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 1–17.
- Croucher, S. M., & Cronn-Mills, D. (2018). The interpretive paradigm. In *Understanding communication research methods* (pp. 29-36). Routledge. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228618>
- Davis, L., Jowett, S., & Tafvelin, S. (2019). Communication strategies: The fuel for quality coach-athlete relationships and athlete satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 10(SEP). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02156>
- Eccles, D. W., & Tran, K. B. (2012). Getting them on the same page: Strategies for enhancing coordination and communication in sports teams. *Journal of Sport Psychology in Action*, 3(1), 30–40. <https://doi.org/10.1080/21520704.2011.649229>
- Emad, B., Atef, O., Shams, Y., El-Kerdany, A., Shorim, N., Nabil, A., & Atia, A. (2020). Ikarate: Karate Kata guidance system. *Procedia Computer Science*, 175, 149–156. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2020.07.024>

- Gould, D., Nalepa, J., & Mignano, M. (2020). Coaching Generation Z Athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(1), 104–120. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1581856>
- Hale, J. L., Householder, B. J., & Greene, K. L. (2002). The theory of reasoned action. *The persuasion handbook: Developments in theory and practice*, 14(2002), 259-286.
- Hamasy, A. I. (2023). Raih 24 Medali, Indonesia Tempati Peringkat Ketiga pada SEAKF 2023. *Kompas..Id*. <https://www.kompas.id/baca/olahraga/2023/03/22/raih-24-medali-indonesia-menjadi-peringkat-ketiga-pada-seakf-2023>
- Hosek, A. M. (2018). *Handbook of Instructional Communication*. New York: Routledge
- Humas Undip. (2022). UNDIP Raih 13 Emas, 3 Perak, dan 1 Perunggu pada POMPROV Jateng 2022 Cabor Karate. *Undip.Ac.Id*. <https://www.undip.ac.id/post/26152/undip-raih-13-emas-3-perak-dan-1-perunggu-pada-pomprov-jateng-2022-cabor-karate.html>
- Isoard-Gauthier, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2016). Associations between the perceived quality of the coach-athlete relationship and athlete burnout: An examination of the mediating role of achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 210–217. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.003>
- Jung, K. I., Lim, D. K., & Choi, H. H. (2019). Analyzing the relationship between coaching behavior, coach-athlete interaction, team atmosphere, and athlete burnout through path analysis. *J. Learn. Cent. Curr. Ins*, 19, 1081–1101.
- Kankam, P. K. (2019). The use of paradigms in information research. In *Library and Information Science Research* (Vol. 41, Issue 2, pp. 85–92). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.lisr.2019.04.003>
- Kaufmann, R., & Frisby, B. N. (2017). Dimensions of Instructor Disclosure: Implications for Rhetorical and Relational Goals of Instruction. *Communication Research Reports*, 34(3), 221–229. <https://doi.org/10.1080/08824096.2017.1286469>
- Kemendikbud. (2019). PEKAN OLAHRAGA NASIONAL. *Kebudayaan.Kemdikbud.Go.Id*. <https://kebudayaan.kemdikbud.go.id/muspres/pekan-olahraga-nasional/>

- KEMENPORA. (2023). Cabor Karate Sumbang Dua Emas, Sekjen PB FORKI Nilai Penampilan Atletnya Sudah Maksimal. <https://www.kemenpora.go.id/detail/3492/cabor-karate-sumbang-dua-emas-sekjen-pb-forki-nilai-penampilan-atletnya-sudah-maksimal>
- Khan, A., Iqbal Butt, M. Z., & Jamil, M. (2022). COMMUNICATION AS A KEY DETERMINANT OF THE SUCCESSFUL COACHING. *Gomal University Journal of Research*, 38(02), 205–213. <https://doi.org/10.51380/gujr-38-02-07>
- Kim, Y., & Park, I. (2020). “Coach really knew what i needed and understood me well as a person”: Effective communication acts in coach–athlete interactions among Korean olympic archers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph17093101>
- Kothari, C. R. (2004). *Research methodology : methods & techniques*. New Age International (P) Ltd.
- Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (Eds.). (2009). *Encyclopedia of communication theory* (Vol. 1). Sage.
- Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (2010). *Theories of human communication*. Waveland press.
- Loughead, T. M., & Carron, A. V. (2004). The mediating role of cohesion in the leader behavior–satisfaction relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(3), 355–371.
- Martarelli, C. S., Berthouzoz, P., Bieleke, M., & Wolff, W. (2022). Bored of sports? Investigating the interactive role of engagement and value as predictors of boredom in athletic training.
- Mennes, Menno. (2023). *Motivation – Mechanisms of the Mind and their Quest for Expression: Introduction to a Study on a Theoretical Model of the Process of Motivation*. 10.1515/9789048556199.
- Miele, D. (2009). *Handbook of motivation at school* (Vol. 704). K. R. Wentzel, & A. Wigfield (Eds.). New York, NY: Routledge.
- Milroy, J. J., Wyrick, D. L., Sanders, L., Refistek, E., & Beamon, E. (2019). Student-athlete concussion disclosure and coach communication within collegiate athletics. *Journal of Concussion*, 3, 205970021989410. <https://doi.org/10.1177/2059700219894104>
- Miner, J. B. (2005). *Organizational Behavior: Essential theories of motivation and leadership*. one (Vol. 1). Me Sharpe.

- Moreno-Murcia, J. A., Hernández, E. H., Marín, L. C., & Nuñez, J. L. (2019). Coaches' motivational style and athletes' fear of failure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph16091563>
- Nickytha, E. A., Fitri, M., & Sultoni, K. (2019). Comparison of aerobic and anaerobic abilities between kata and kumite athlete in karate. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(2), 184. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i2.12917
- Ningsih, O. S., Mistar, J., Rangkuti, Y. A., Kunci, K., Motivasi, :, & Karate, B. A. (2021). MOTIVASI BERPRESTASI PADA ATLET KARATE DI DOJO WADOKAI PEMKO LANGSA. In *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra (JORS) : Jurnal Ilmu Olahraga* (Vol. 4, Issue 1). <https://ejurnalunsam.id/index.php/jors>
- Noorhidayat. (2023). 500 Karateka Dari Berbagai Wilayah Bakal Ikuti Pra PON Karate 2023 di Kalsel. *Tribunnews.Com*. <https://banjarmasin.tribunnews.com/2023/08/15/500-karateka-dari-berbagai-wilayah-bakal-ikuti-pra-pon-karate-2023-di-kalsel>
- O'Donoghue, P., & Mayes, A. (2013). Performance analysis, feedback and communication in coaching. In *Routledge handbook of sports performance analysis* (pp. 155–164). Routledge.
- Pedersen, P. M. (2017). *Strategic sport communication*. Human Kinetics. ISBN: 0736065245
- Prihartanta, W., Perpustakaan, J. I., & Komunikasi, D. (2015). TEORI-TEORI MOTIVASI. In *Universitas Islam Negeri Ar-raniry* (Vol. 1, Issue 83).
- Rehman, A. A., & Alharthi, K. (2016). An introduction to research paradigms. *International journal of educational investigations*, 3(8), 51-59.
- Rumhadi Tri Rumhadi Balai Diklat Keagamaan Jl Ketintang Madya, T. S. (2017). URGENSI MOTIVASI DALAM PROSES PEMBELAJARAN THE URGENT OF MOTIVATION IN LEARNING PROCESS.
- Sosiawan, E. A., Wibowo, R., & Ratnawati. (2023a). Unlocking Karate Athlete Performance: The Power of Effective Coaching Communication (pp. 468–475). https://doi.org/10.2991/978-2-38476-048-0_49
- Sosiawan, E. A., Wibowo, R., & Ratnawati. (2023b). Unlocking Karate Athlete Performance: The Power of Effective Coaching Communication (pp. 468–475). https://doi.org/10.2991/978-2-38476-048-0_49

- Sosiawan, E. A., & Saptono, T. (2020). Coaching Communications Model For Improving Athlete Achievement. 200–207. <https://doi.org/10.31098/pss.v1i1.197>
- Sukmadinata, N. S. 2011. Landasan psikologi proses pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wenner, L. A. (2021). Playing on the communication and sport field: Dispositions, challenges, and priorities. *Handbook of Communication and Sport*, 23–42
- West, L. (2016). Coach-Athlete Communication: Coaching Style, Leadership Coach-Athlete Communication: Coaching Style, Leadership Characteristics, and Psychological Outcomes Characteristics, and Psychological Outcomes. https://scholarworks.bgsu.edu/hmsls_mastersprojects
- World Karate Federation. (2024). Peraturan Pertandingan WKF. <https://www.wkf.net/structure-statutes-rules>
- Xie, F., & Derakhshan, A. (2021). A Conceptual Review of Positive Teacher Interpersonal Communication Behaviors in the Instructional Context. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.708490>
- Yzer, M. C. (2013). Reasoned action theory. *The SAGE handbook of persuasion: Developments in theory and practice*, 2, 120-136.
- Zuniarti, F. (2021). PERAN KOMUNIKASI ANTARPRIBADI PELATIH DALAM MENINGKATKAN KETANGGUHAN MENTAL ATLET (STUDI PADA PELATIH DAN ATLET KARATE KUMITE JUNIOR GOKASI JAKARTA BARAT).