KOMUNIKASI INSTRUKSIONAL PELATIH DALAM MELATIH ATLET UNTUK MENGEMBANGKAN KETANGGUHAN MENTAL KARATE BUDOKAI DKI JAKARTA

SKRIPSI

Oleh :

Intan Dwi Yuliana

202110415392

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2025

KOMUNIKASI INSTRUKSIONAL PELATIH DALAM MELATIH ATLET UNTUK MENGEMBANGKAN KETANGGUHAN MENTAL KARATE BUDOKAI DKI JAKARTA

SKRIPSI

Oleh :

Intan Dwi Yuliana

202110415392

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2025

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi	: Komunikasi Instruksional Pelatih Dalam Melatih Atlet Untuk Mengembangkan Ketangguhan Mental Karate Budokai DKI Jakarta
Nama Mahasiswa	: Intan Dwi Yuliana
Nomor Pokok Mahasiswa	: 202110415392
Program Studi/Fakultas	: Ilmu Komunikasi/Ilmu Komunikasi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi	: 04 Februari 2025

Jakarta, 14 Februari 2025

MENYETUJUI,

Pembimbing

Fadli Muhammad Athalarik, S.I.Kom., M.I.Kom

NIDN. 0327119701

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi	: Komunikasi Instruksional Pelatih Dalam Melatih Atlet Untuk Mengembangkan Ketangguhan Mental Karate Budokai DKI Jakarta
Nama Mahasiswa	: Intan Dwi Yuliana
Nomor Pokok Mahasiswa	: 202110415392
Program Studi/Fakultas	: Ilmu Komunikasi/Ilmu Komunikasi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi	: 04 Februari 2025

Jakarta, 14 Februari 2025

MENGESAHKAN,

Ketua Penguji	: Novrian, S.Sos., M.I.Kom NIDN. 0309097603	.....
Penguji	: Fadli Muhammad Athalarik, S.I.Kom, M.I.Kom NIDN. 0327119701	.....
Sekretaris Penguji	: Tabrani Sjafrizal, S.Sos., M.I.Kom NIDN. 0306046603	.....

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi	Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi
Syahrul Hidayanto, S.Sos., M.Si	Dra. Truly Wangsalegawa, M.A., M.Ed., Ph.D
NIP. 2203551	NIP. 1908425

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul Komunikasi Instruksional Pelatih Dalam Melatih Atlet Untuk Mengembangkan Ketangguhan Mental Karate Budokai DKI Jakarta ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai peraturan yang berlaku.

Saya mengiizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 14 Februari 2025

Yang membuat pernyataan,



Intan Dwi Yuliana

202110415392

ABSTRAK

Intan Dwi Yuliana 202110415392, Komunikasi Instruksional Pelatih Dalam Melatih Atlet Untuk Mengembangkan Ketangguhan Mental Karate Budokai DKI Jakarta.

Pada penelitian ini penulis meneliti mengenai komunikasi instruksional di Karate Budokai DKI Jakarta. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan komunikasi instruksional pelatih dalam melatih atlet untuk mengembangkan ketangguhan mental atlet. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif , data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukan lima proses utama : spesifikasi isi dan tujuan instruksional, penafsiran perilaku mula, penetapan strategi instruksional, organisasi satuan instruksional, serta pemberian umpan balik yang kontstruktif. Pelatih menyesuaikan strategi komunikasi berdasarkan usia dan tingkat kemampuan atlet. komunikasi efektif terbukti meningkatkan ketahanan mental atlet, kemampuan mengelola tekanan, serta kesiapan menghadapi kompetisi. Penelitian ini memberikan wawasan baru mengenai pentingnya komunikasi instruksional sebagai elemen kunci dalam pengembangan mental dan performa atlet karate.

Kata Kunci : Komunikasi Instruksional, Ketangguhan Mental, Pelatih, Karate Budokai, Pengembangan Atlet

ABSTRACT

Intan Dwi Yuliana 202110415392, *Coach Instructional Communication in Training Athletes to Develop Mental Toughness Karate Budokai DKI Jakarta.*

In this research the author examines instructional communication at Karate Budokai DKI Jakarta. The purpose of this research is to describe the trainer's instructional communication in training athletes to develop athletes' mental toughness. This research uses a qualitative method, data is collected through in-depth interviews, observation and documentation. The results of this research show five main processes: specification of instructional content and objectives, interpretation of initial behavior, determination of instructional strategies, organization of instructional units, and provision of constructive feedback. Coaches adjust communication strategies based on the athlete's age and ability level. Effective communication has been proven to increase athlete's mental resilience, ability to mange pressure, and readiness to face competition. This research provides new insight into the importance of instructional communication as a key element in the mental development and performance of karate athletes.

Keywords ***:*** *Instructional Communication, Mental Toughness, Coach, Karate Budokai, Athlete Development*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang Maha Esa atas berkat, karunia dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul "Komunikasi Instruksional Pelatih dalam Melatih Atlet untuk Mengembangkan Ketangguhan Mental Karate Budokai DKI Jakarta". Penelitian skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada program studi Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada kedua orang tua tercinta, Ibu Dewi Puji Lestari dan Bapak Dody Rochadi yang tidak bosan-bosannya memberikan banyak nasihat dan doa yang senantiasa di tunjukan kepada penulis sebagai wujud rasa cintanya yang tulus.

Selain itu, dalam penyusunan skripsi ini, penelitian telah mendapatkan bimbingan dan pengarahan serta dukungan dari berbagai pihak, maka kesempatan ini dengan segala hormat peneliti ucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Irjen Pol (Purn) Prof. Dr. Drs H. Bambang Karsono, S.H., M.M., Ph.D., D.Crim., HC Selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Dra. Trully Wangsalegawa, M.A., M.Ed., Ph.D, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Bapak Syahrul Hidayanto, S.Sos., M.Si., Selaku ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Bapak Fadli Muhammad Athalarik, S.I.Kom., M.I.Kom. Selaku Dosen Pembimbing saya, terimakasih sudah meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan skripsi
5. Ibu Dr. Diah Ayu Permatasari, ST, S.IP, M.IR Selaku Dosen Pembimbing Akademik kelas B1 yang turut membantu penulis dalam bidang perkuliahan dan senantiasa selalu memberikan dukungan.

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

6. Kepada Dika Muhammad Ramadhan, Terimakasih selalu mendengarkan keluh kesah penulis, memberikan semangat dan motivasi dalam proses ini.
7. Kepada teman seperjuangan penulis, Syakira Rizka Maulida. Terimakasih atas dukungan satu sama lain, terimakasih karena tidak meninggalkan penulis sendirian dalam proses ini mulai penyusunan, pengurusan berkas sampai persiapan sidang.
8. Kepada Affifah, Della, Umie, Aiia, Fika, Fahrani, Sembagi Arutalla dan lainnya yang tidak bisa disebutkan satu-satu. Terimakasih sudah menjadi teman seperjuangan selama perkuliahan.

Penulis tentu menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna dan masih banyak kesalahan mengharapkan masukan dan saran dalam skripsi ini agar nantinya skripsi ini dapat menjadi penelitian yang lebih baik untuk kedepannya. Demikian, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca, akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Jakarta, 14 Februari 2025

Peneliti,



Intan Dwi Yuliana

202110415392

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
LEMBAR PERNYATAAN ..... **iv**
ABSTRAK ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR BAGAN ..... **xiv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Fokus Penelitian 8
1.3 Pertanyaan Penelitian 8
1.4 Tujuan Penelitian 8
1.5 Manfaat Penelitian 8
1.5.1 Manfaat Teoritis 8
1.5.2 Manfaat Praktis 9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **10**
2.1 Penelitian Terdahulu 10
2.2 Tinjauan Konseptual 13
2.2.1 Komunikasi 13
2.2.2 Unsur-Unsur Komunikasi 14
2.2.3 Jenis-Jenis Komunikasi 14
2.2.4 Fungsi Komunikasi 16
2.2.5 Tujuan Komunikasi 16
2.3 Komunikasi Instruksional. 17

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

2.3.1 Fungsi Komunikasi Instruksional 18
2.3.2 Proses Komunikasi Instruksional 18
2.3.3 Strategi Komunikasi Instruksional 20
2.4 Karate 21
2.5 Latihan 23
2.5.1 Jenis- jenis latihan 23
2.6 Mental 25
2.7 Ketangguhan Mental 25
2.8 Kerangka Berpikir 28
BAB III METODE PENELITIAN 29
3.1 Pendekatan Penelitian 29
3.2 Desain Penelitian 29
3.3 Subjek dan Objek Penelitian 30
3.4 Teknik Penentuan Informan 30
3.5 Teknik Pengumpulan Data 31
3.6 Teknik Analisis Data 33
3.6.1 Pengumpulan Data 33
3.6.2 Reduksi Data 33
3.6.3 Penyajian Data 34
3.6.4 Penarikan Kesimpulan 34
3.7 Keabsahan Data 34
3.8 Tempat dan Waktu Penelitian 35
3.8.1 Tempat 35
3.8.2 Waktu Penelitian 36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 38
4.1 Hasil Penelitian 38
4.1.1 Budokai DKI Jakarta 38
4.1.2 Visi dan Misi 39
4.1.3 Prestasi Atlet Budokai 39
4.1.4 Profil Informan Penelitian 40
4.1.5 Spesifikasi Isi dan Tujuan Komunikasi Instruksional 42

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

4.1.6 Penafsiran Perilaku Mula 43
4.1.7 Penetapan Strategi Komunikasi Instruksional 45
4.1.8 Organisasi Satuan Instruksional 50
4.1.9 Umpan Balik 52
4.1.10 Representasi Komunikasi Instruksional 56
4.2 Pembahasan Penelitian 58
4.2.1 Proses komunikasi instruksional pelatih dalam melatih atlet 58
4.2.2 Ketangguhan Mental Pada Atlet 61
BAB V PENUTUP 62
5.1 Kesimpulan 62
5.2 Saran 62
5.2.1 Akademis 62
5.2.2 Praktis 63
DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu 11
Tabel 3.1 Waktu Penelitian 36
Tabel 4.1 Tabel Prestasi Atlet 39
Tabel 4.2 Tabel Informan 40
Tabel 4.3 Komunikasi Instruksional 57
Tabel 4.4 Rangkaian Proses Komunikasi Instruksional 59

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Atlet Budokai - Sumber Dokumentasi Pelatih Budokai DKI Jakarta . 4
Gambar 4.1 Logo Budokai 38
Gambar 4.2 Observasi pada saat latihan 44
Gambar 4.3 Observasi pada saat atlet bertanding 46
Gambar 4.4 Kejurnas Budokai 2025 48
Gambar 4.5 Instruksi seorang pelatih Budokai 51
Gambar 4.6 Metode Pelatihan Kumite 51
Gambar 4.7 Observasi pada saat latihan 53
Gambar 4.8 Observasi pada saat latihan 55

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Berpikir 28

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Biodata Mahasiswa
Lampiran 2 : Pedoman Wawancara
Lampiran 3 : Pedoman Observasi
Lampiran 4 : Transkrip Wawancara
Lampiran 5 : Reduksi Data
Lampiran 6 : Observasi
Lampiran 7 : Dokumentasi
Lampiran 8 : Kartu Konsultasi Skripsi
Lampiran 9 : Form Perbaikan Skripsi

Komunikasi Instruksional.., Intan Dwi Yuliana, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025