BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti mengenai komunikasi interpersonal pelatih dengan pemain *club* futsal Sayur Pucung FC dalam membangun motivasi untuk meningkatkan prestasi, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa komunikasi interpersonal dapat membantu pelatih dalam melatih dan pembinaan mental pada pemain Sayur Pucung FC.

Adapun kaitannya dengan sudut pandang teoritis yang mendukung kualitas komunikasi interpersonal diantaranya, keterbukaan (openness) meliputi kejujuran dan memberikan masukan untuk lebih baik lagi, empati (empathy) dengan memahami dan peduli satu sama lain, sikap mendukung (supportiveness) yaitu support dan saling membantu, sikap positif (positiveness) dengan menjalin kerjasama dan memberikan pujian atau penghargaan, dan kesetaraan (equality) yang berarti adil serta menciptakan suasana yang akrab dan nyaman terhadap pemain Sayur Pucung FC dapat diterapkan dengan baik oleh pelatih sehingga tercipta hubungan yang baik, kondusif, dan nyaman dalam berinteraksi satu sama lain sehingga dapat berprestasi.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis telah dilakukan peneliti mengenai Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Pemain *Club* Futsal Sayur Pucung FC Dalam Membangun Motivasi Untuk Meningkatkan Prestasi, maka penulis menyampaikan saran-saran yang diharapkan dapat membantu pelaksanaan komunikasi interpersonal antara pelatih dengan pemain. Adapun masukan dan saran yang peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

5.2.1 Saran Teoritis

Dari sudut pandang teoritis, penelitian ini menguatkan konsep bahwa komunikasi interpersonal yang efektif dapat meningkatkan motivasi dan prestasi atlet. Oleh karena itu, beberapa saran teoritis yang dapat diberikan adalah:

- Penelitian lebih lanjut dapat mengembangkan model komunikasi interpersonal yang lebih spesifik untuk konteks olahraga, khususnya dalam pembinaan mental atlet.
- Dapat dilakukan kajian lebih mendalam mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi efektivitas komunikasi interpersonal dalam tim olahraga, seperti budaya tim, pengalaman pelatih, dan karakteristik pemain.
- Mengkaji bagaimana penggunaan teknologi dan media digital dapat membantu meningkatkan komunikasi interpersonal antara pelatih dan

pemain, seperti melalui platform komunikasi tim atau analisis data kinerja atlet.

5.2.2 Saran Praktis

Untuk meningkatkan efektivitas komunikasi interpersonal antara pelatih dan pemain di klub futsal Sayur Pucung FC, beberapa saran praktis yang dapat diterapkan adalah:

- Meningkatkan keterbukaan: Pelatih sebaiknya lebih aktif dalam memberikan umpan balik yang konstruktif serta membuka ruang dialog yang lebih fleksibel dengan pemain.
- Menumbuhkan empati: Pelatih dapat lebih memahami kondisi psikologis dan emosional pemain dengan melakukan pendekatan yang lebih personal, seperti sesi konsultasi individu untuk membahas masalah di dalam maupun di luar lapangan.
- Menunjukkan sikap mendukung: Pelatih harus secara konsisten memberikan motivasi, dorongan, serta menciptakan lingkungan yang nyaman bagi pemain untuk berkembang.
- Menerapkan sikap positif: Memberikan penghargaan terhadap pencapaian kecil maupun besar pemain agar mereka merasa dihargai dan semakin termotivasi untuk berprestasi.
- Menjaga kesetaraan: Pelatih perlu bersikap adil dan tidak membeda-bedakan pemain, baik dalam pemberian kesempatan bermain maupun dalam proses pembinaan mental dan fisik.
- Mengadakan pelatihan komunikasi: Mengadakan sesi pelatihan komunikasi efektif bagi pelatih dan pemain guna meningkatkan pemahaman serta keterampilan komunikasi interpersonal dalam tim.

Dengan menerapkan saran-saran tersebut, diharapkan komunikasi interpersonal antara pelatih dan pemain di Sayur Pucung FC dapat semakin berkembang dan berkontribusi pada peningkatan prestasi tim.