

SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW: PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PELATIH DALAM PEMULIHAN MOTIVASI ATLET BASKET REMAJA PASCA CEDERA

Renita Enji Oktavia¹, Ida Bagus Gde Agung Yoga Pramana², I Gusti Agung Ananda Putra³, Melati Budi Srikandi⁴
Universitas Pendidikan Nasional ^{1,2,3,4}
Reyn.enji@gmail.com¹

| INFO ARTIKEL | ABSTRACT |
|---|---|
| <p>Diterima: 20 Des 2025 Disetujui: 17 Jan 2026 Diterbitkan: 05 Mei 2026</p> | <p><i>This study is a literature review that aims to describe previous research as a source of academic literature and to identify patterns and trends in research themes. The review was conducted by examining a number of articles published between 2020 and 2025 using the Systematic Literature Review (SLR) method. The article selection process followed the PRISMA guidelines, and the data were subsequently analyzed using thematic analysis techniques. The findings indicate that out of 10 articles that passed the title and abstract screening stages, there is a relationship between communication patterns and interpersonal communication models applied by coaches and athletes in motivating basketball athletes during post-injury recovery. Theoretically, this study contributes to the development of DeVito's interpersonal communication theory by demonstrating the relevance and application of the components of openness, empathy, support, positivity, and equality within the context of coach-athlete communication. The findings also show that interpersonal communication plays a role in building supportive relationships and serves as one aspect of coaching competence in motivating adolescent athletes to return to training after injury. Furthermore, this review identifies a research gap in interpersonal communication studies that integrate motivational psychology within the sports context, which may provide opportunities for future research.</i></p> <p>Keywords: Adolescent Basketball Athletes; Coaches; Coach-Athlete Communication; Interpersonal Communication; Post-Injury Motivational Psychology; Sports Communication;</p> |

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan studi kajian literatur yang bertujuan untuk menggambarkan penelitian terdahulu sebagai bahan literatur akademik serta mengidentifikasi pola dan kecenderungan tema penelitian. Kajian ini dilakukan dengan menelaah sejumlah artikel yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2025 menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR). Proses seleksi artikel menggunakan pedoman PRISMA, kemudian data dianalisis melalui teknik analisis tematik. Hasil kajian menunjukkan bahwa dari 10 artikel yang lolos tahap penyaringan judul dan abstrak, terdapat keterkaitan antara pola komunikasi dan model komunikasi antar pribadi yang diterapkan oleh pelatih dan atlet dalam memotivasi atlet basket pasca cedera. Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan teori komunikasi interpersonal DeVito dengan menunjukkan

relevansi dan penerapan komponen keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan dalam konteks komunikasi pelatih atlet. Temuan juga menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berperan dalam membangun hubungan yang suportif dan menjadi salah satu aspek kompetensi pelatih dalam memotivasi atlet remaja untuk kembali berlatih setelah mengalami cedera. Kajian ini juga mengidentifikasi adanya celah penelitian pada aspek komunikasi interpersonal yang mengaitkan psikologi motivasi dalam konteks olahraga, sehingga berpotensi menjadi peluang bagi penelitian selanjutnya.

Kata Kunci: Atlet Basket Remaja dan Pelatih; Komunikasi Interpersonal; Komunikasi pelatih atlet; Komunikasi Olahraga; Psikologi Motivasi Pasca Cedera;

PENDAHULUAN

Latar belakang penelitian ini diawali dengan tingginya minat remaja terhadap olahraga basket terlihat dari data survei yang menunjukkan 84% terdiri dari remaja, milenial, dan Gen Z memilih olahraga yang dilakukan di luar lapangan dan basket menjadi olahraga keempat yang dipilih dengan persentase 24% (Populix, 2025). Penelitian terdahulu yang menunjukkan partisipasi remaja yang tinggi dalam kegiatan basket juga diperkuat dengan hasil analisis penelitian yang menunjukkan indikator pada variabel minat peserta didik kelas XI dalam partisipasinya mengikuti ekstrakurikuler bola basket sebanyak 69%, yang jika dikonversikan ke dalam interval jumlah tersebut masuk ke kategori tinggi (Kusuma & Suwiwa, 2023). Namun, dalam proses pengembangan performa, atlet remaja sering dihadapkan pada intensitas latihan yang tinggi dan berkelanjutan, yang meningkatkan risiko cedera, khususnya pada olahraga dengan kontak fisik tinggi seperti bola basket. Cedera pada atlet remaja tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga berdampak signifikan pada aspek psikologis, terutama motivasi, kecemasan, dan kesehatan mental. Atlet yang mengalami cedera berpotensi mengalami demotivasi, kehilangan identitas atlet, hingga keinginan untuk berhenti dari olahraga yang ditekuninya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan meringkas penelitian terdahulu yang berhubungan dengan komunikasi interpersonal pelatih dalam membangun dan memulihkan motivasi atlet pasca cedera. Secara khusus, penelitian ini bermaksud untuk mengidentifikasi peran dan bentuk komunikasi interpersonal pelatih, seperti dukungan, empati, dan sikap positif, yang berkontribusi dalam menjaga serta memulihkan motivasi atlet selama masa pemulihan. Melalui pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR), penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai kecenderungan pola, serta

celah penelitian yang dapat menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya di bidang komunikasi interpersonal dan psikologi olahraga.

Dari penjelasan latar belakang penelitian tersebut, cukup banyak ditemui kajian penelitian yang membahas mengenai komunikasi dalam konteks psikologi seperti motivasi maupun olahraga. Namun penelitian yang menghubungkan tiga variabel antara bidang komunikasi dan psikologi dalam konteks olahraga masih belum atau kurangnya penelitian yang membahas secara spesifik. Seperti mengenai peran komunikasi antara pelatih dan atlet terutama komunikasi interpersonal dalam memperkuat motivasi pada masa pemulihan dalam konteks olahraga basket. Penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif dan mendalami pengalaman komunikasi interpersonal antara hubungan pelatih dan atlet masih jarang diteliti. Kondisi tersebut menunjukkan masih adanya tantangan dalam memahami bagaimana pola komunikasi antara pelatih dengan atlet dalam membantu atlet untuk optimis dan menjaga motivasi pada masa pemulihan.

KAJIAN PUSTAKA

Komunikasi Interpersonal

Menurut DeVito (1992) menyebutkan komunikasi interpersonal diartikan dalam jenis komunikasi yang berlangsung antara dua orang yang memiliki hubungan yang jelas, dimana orang-orang tersebut terhubung dalam cara tertentu (dalam Dehasen, 2022). Dalam DeVito J. (2016). *The Interpersonal Communication Book* (14th ed., hlm 30-37). Mengemukakan terdapat unsur atau komponen antara lain, sumber-penerimaan, pesan, saluran, gangguan, konteks dan etika dalam berkomunikasi. Komunikasi interpersonal dapat dikaji dari berbagai perspektif, salah satunya dalam sudut pandang humanistik. Berdasarkan buku yang berjudul *Teori Komunikasi* oleh Ruliana & Lestari (2021), sudut pandang humanistik pada sistem komunikasi interpersonal memiliki beberapa sifat yakni keterbukaan, empati, dan sikap mendukung yang selaras dengan DeVito (2016), menyebutkan komunikasi interpersonal yakni:

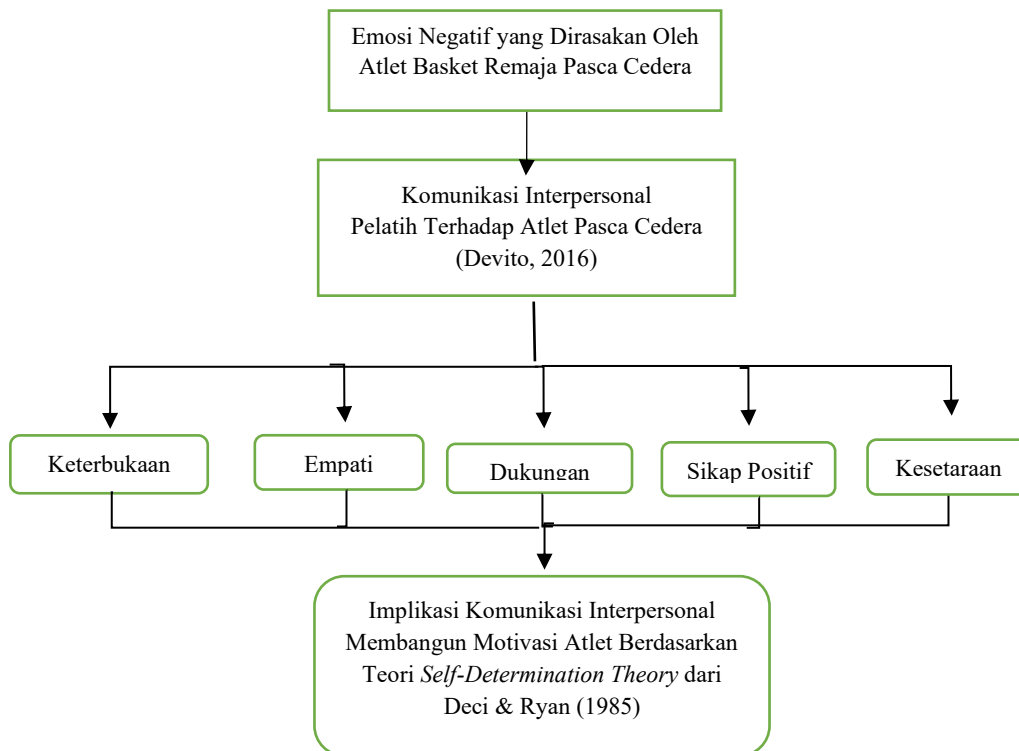
1. Keterbukaan. Dalam pandangan humanistik, proses dalam komunikasi interpersonal dapat berlangsung dengan efektif karena individu akan terbuka terhadap individu lain yang menjadi peserta dalam komunikasi tersebut untuk kelangsungan proses komunikasi.
2. Empati. Pada komunikasi interpersonal perlu memahami dan ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain.

3. Dukungan. Dukungan antar individu dalam berkomunikasi merupakan keterkaitan dengan empati sebelumnya. Karakteristik ini menunjukkan perilaku perhatian atau memberikan bantuan pada orang lain dan sekitarnya.
4. Sikap positif. Untuk membangun lingkungan yang baik dan merealisasikan elemen karakteristik sebelumnya perlu *action* atau tindakan yang positif. Sikap yang optimis dan menghargai satu sama lain antara komunikator akan meningkatkan kualitas interaksi bahkan dapat memperkuat hubungan antar keduanya.
5. Kesetaraan. Hal ini adalah karakteristik yang menunjukkan adanya rasa hormat dan adil dalam berkomunikasi. Dengan kesetaraan, komunikasi yang terjalin memiliki karakteristik alur yang saling memenuhi dan berkesan pada setiap individu.

Motivasi

Menurut *Self-Determination Theory* dari Deci & Ryan (2017), yang mengemukakan bahwa teori ini menekankan jika manusia secara alami memiliki atau dapat terdorong untuk berkembang dan teori ini didukung oleh banyak bukti penelitian terdahulu dengan fokus pada pemahaman motivasi, perilaku dan perkembangan kepribadian. Teori ini juga secara khusus menyoroti faktor-faktor apa saja seperti kontekstual pada hal yang mendukung dan menghambat perkembangan optimal seseorang melalui pemenuhan kebutuhan psikologi dasar akan kompetisi, keterhubungan, dan otonomi. Pada penelitian ini memegang teori self-determination atau SDT dari Deci & Ryan karena teori ini tidak hanya fokus pada “apa” yang memotivasi tetapi juga bagaimana motivasi dapat berkembang dan berjangka panjang dalam mempertahankan semangat motivasi seseorang. Teori ini relevan dengan konteks olahraga yakni dalam motivasi seorang atlet remaja. Dalam teori SDT, menyebutkan bahwa individu memiliki kebutuhan dasar dalam psikologis (Deci & Ryan, 2017). Kebutuhan tersebut menjadi komponen dalam terciptanya suatu motivasi. Tiga komponen tersebut yakni *Autonomy* atau otonomi, *Competence* atau kompetensi, *Relatedness* atau keterhubungan.

Berdasarkan kajian pustaka yang telah diuraikan, dapat disintesis bahwa komunikasi interpersonal pelatih yang ditandai oleh keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan memiliki keterkaitan dalam membangun hubungan yang suportif antara pelatih dan atlet. Hubungan ini menjadi landasan psikologis yang membantu atlet mempertahankan optimisme serta memulihkan motivasi selama proses pemulihan pasca cedera, khususnya dalam konteks olahraga basket. Hubungan antara pengaruh peran komunikasi interpersonal dengan teori motivasi yang dijelaskan tersebut, digambarkan dalam bagan dibawah ini:



Gambar 1. Bagan konseptual Komunikasi Interpersonal dalam membangun motivasi

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan SLR atau *Systematic Literature reiew* (SLR). Objek pada penelitian ini yaitu peran komunikasi interpersonal pelatih dalam memotivasi atlet pasca cedera, dengan menganalisis hasil literatur, mengidentifikasi, mengevaluasi dan mensintesis penelitian yang sesuai dengan topik atau pertanyaan penelitian. Sumber yang digunakan dapat berasal dari pencarian literatur seperti Google Scholar, PubMed dan Garuda dengan rentang waktu lima tahun terakhir. Beberapa langkah pengumpulan data yakni menggunakan tahapan PRISMA untuk melakukan SLR antara lain

a) Mendefinisikan suatu kriteria kelayakan (Inclusive and Exclusive). Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi:

1. Artikel penelitian yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2025.
2. Artikel yang membahas komunikasi interpersonal pelatih dan atlet dalam konteks olahraga.
3. Penelitian yang mengkaji motivasi atlet pasca cedera atau aspek psikologis pemulihan atlet.
4. Artikel dengan metode kualitatif, kuantitatif, atau mixed methods.

5. Artikel yang tersedia dalam teks lengkap (full text) dan berbahasa Indonesia atau Inggris.

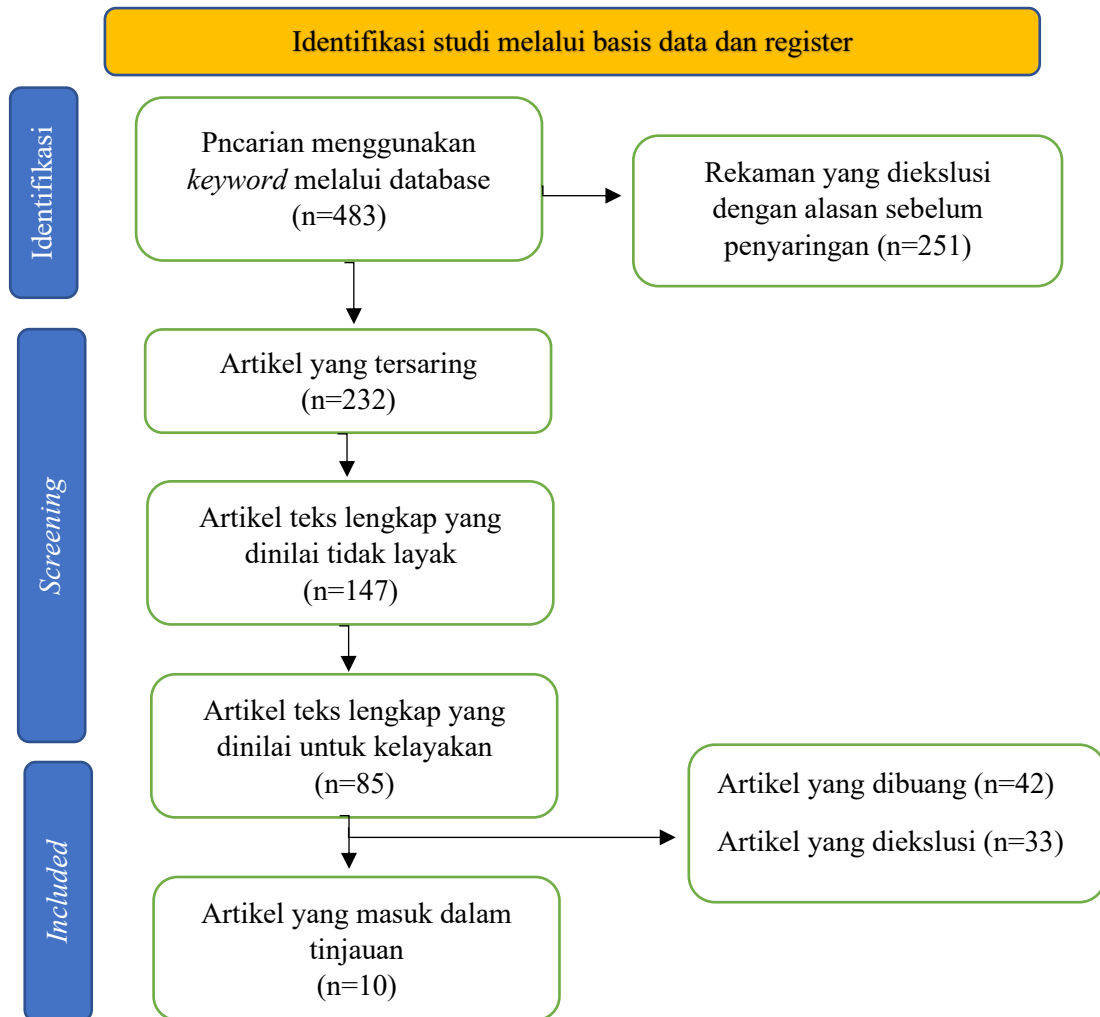
Kriteria eksklusi meliputi:

1. Artikel yang dipublikasikan di luar rentang tahun 2020–2025.
2. Artikel yang tidak secara spesifik membahas hubungan komunikasi pelatih–atlet.
3. Artikel berupa prosiding, editorial, opini, atau artikel non-ilmiah.
4. Artikel yang tidak membahas aspek motivasi atau pemulihan atlet pasca cedera.
5. Artikel duplikat atau artikel yang tidak dapat diakses secara penuh.

- b) Mendefinisikan sumber informasi yang digunakan (electronic Database), tahap ini menentukan sumber informasi pencarian artikel yang digunakan. Pada tahap pencarian literatur, peneliti menggunakan beberapa basis data elektronik (electronic database) sebagai sumber informasi, yaitu Google Scholar, Garuda dan PubMed. Basis data tersebut dipilih karena menyediakan artikel ilmiah yang relevan dan terindeks secara luas dalam bidang komunikasi, psikologi, dan olahraga. Penggunaan basis data elektronik tersebut memungkinkan peneliti memperoleh artikel yang membahas komunikasi interpersonal pelatih dan atlet serta aspek psikologi motivasi dalam konteks olahraga, khususnya bola basket.
- c) Pemilihan Literatur (Study Selection), pemilihan artikel dengan kata kunci “Atlet remaja pasca cedera”, “Komunikasi interpersonal pelatih”, “Motivasi Atlet”. Artikel yang teridentifikasi selanjutnya melalui tahap penyaringan bertahap yang meliputi penilaian judul, abstrak, dan teks lengkap (full-text) guna menilai relevansi dan kelayakan artikel terhadap tujuan penelitian. Proses penilaian kualitas artikel (Quality Assessment / Critical Appraisal), penilaian kualitas artikel dilakukan untuk memastikan kelayakan studi yang dianalisis. Kriteria penilaian meliputi kejelasan tujuan penelitian, kesesuaian metode, kejelasan subjek penelitian, prosedur pengumpulan dan analisis data, kejelasan hasil penelitian, serta relevansi temuan dengan fokus kajian.
- d) Pengumpulan data (Collecting Data), tahap ini dilakukan dengan mengumpulkan dan menyimpan artikel-artikel yang telah lolos seluruh tahapan seleksi pada tahap sebelumnya. Artikel yang terpilih kemudian didokumentasikan secara sistematis untuk memudahkan proses pengolahan, penilaian kualitas, dan analisis data lebih lanjut.
- e) Pemilihan item data (Extracting Data), tahap ini adalah tahap penyajian data dari artikel yang sudah dikumpulkan. Data yang diekstraksi meliputi judul artikel, tujuan penelitian,

metode penelitian, subjek penelitian, serta temuan utama yang relevan dengan fokus kajian. Tahap ini dilakukan untuk memastikan data yang diperoleh tersusun secara sistematis dan siap dianalisis pada tahap selanjutnya.

Alur metode penelitian tersebut tergambar dalam alur PRISMA sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram PRISMA proses seleksi artikel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini diawali dengan munculnya pertanyaan “Bagaimana peran komunikasi interpersonal pelatih dalam memulihkan motivasi atlet basket remaja pasca cedera?” Untuk menjawab pertanyaan tersebut, telah dilakukan pengumpulan data literatur melalui Google Scholar, Pubmed dan Garuda dengan kata kunci kunci “Atlet remaja pasca cedera”, “Komunikasi interpersonal pelatih”, “Motivasi Atlet” dengan retan waktu 2020-2025.

Setelah diseleksi kelayakan dan kesesuaian ditemukan 10 artikel yang telah dianalisis dan di evaluasi berdasarkan judul dan abstrak dengan kesesuaian variable penelitian.

Tabel 1. Artikel yang telah dianalisis

| Penulis, Tahun | Judul | Variable | Hasil/Abstrak |
|--|--|--|--|
| (Cindy Anisa Dyah Permata, Djoko Setyabudi, Nurist Surayya Ulfa, 2024) | Pengaruh Intensitas Komunikasi Interpersonal Pelatih Dengan Atlet dan Motivasi Berprestasi Terhadap Performa Atlet | Komunikasi Interpersonal, Motivasi Berprestasi Atlet | Berdasarkan hasil analisis statistik, pengujian hipotesis menunjukkan bahwa intensitas komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet memiliki pengaruh yang signifikan terhadap performa atlet. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 22,2%. Selain itu, variabel motivasi berprestasi juga terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap performa atlet, yang ditunjukkan melalui nilai signifikansi $0,00 < 0,05$ serta nilai R^2 sebesar 24,7%. Temuan ini mengonfirmasi bahwa baik intensitas komunikasi interpersonal pelatih-atlet (X1) maupun motivasi berprestasi (X2) berkontribusi terhadap peningkatan performa atlet (Y). |
| (Agung Triantoro, Wahyu Rahardjo, 2023) | Konsep Diri, Komunikasi Interpersonal Dengan Pelatih Dan Motivasi Berprestasi Atlet Basket | Komunikasi Interpersonal, Pelati dan atlet, Motivasi berprestasi dan Olahraga Basket | Temuan penelitian menunjukkan bahwa motivasi berprestasi atlet bola basket dipengaruhi oleh konsep diri serta komunikasi interpersonal dengan pelatih. Di antara kedua faktor tersebut, komunikasi interpersonal dengan pelatih memiliki pengaruh yang lebih |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | | | dominan, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,001 |
| (Edwi Arief Sosiawan, Tri Saptono 2022) | Model Komunikasi Kepelatihan Untuk Peningkatan Prestasi Atlet | Komunikasi Interpersonal, Motivasi, Pelatih dengan Atlet | Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi kepelatihan pada empat cabang olahraga yang berbeda berkembang baik selama proses latihan maupun di luar sesi latihan. Bentuk komunikasi yang paling dominan digunakan oleh pelatih dan atlet adalah komunikasi langsung secara tatap muka. Dalam pelaksanaannya, pelatih menerapkan pendekatan keterbukaan, kekeluargaan, dan personal dengan memanfaatkan metode ceramah, demonstrasi, serta penggunaan media video. Pemilihan pendekatan dan metode komunikasi tersebut terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri atlet, serta membantu atlet memahami dan menafsirkan pesan instruksional sesuai dengan tujuan yang disampaikan oleh pelatih. |
| (Indah Atifah Anwar et al., 2025) | Analisis Multidimensional Faktor Determinan Pemulihan Fisik dan Psikologis Atlet Pasca Cedera Melalui Program Rehabilitasi — fokus pada pemulihan atlet pasca cedera, ada aspek motivasi & dukungan sosial/psikologis | Pemulihan fisik dan psikologi pasca cedera, Motivasi dan dukungan sosial | Hasil data penelitian ini menunjukkan konvergensi kuat antara persepsi dukungan sosial dan peningkatan kecepatan pemulihan subjektif. Secara praktis, penelitian merekomendasikan penerapan screening psikologis rutin dan <i>return-to-sport readiness scale</i> sebelum progresi beban latihan. Keterbatasan mencakup desain non-eksperimental dan variasi |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | | | tingkat cedera antar cabang olahraga (2025). |
| (Marisa Januke, Rocky Prasetyo Jati 2025) | Komunikasi Interpersonal Pelatih-Athlet untuk Peningkatan Motivasi Berprestasi pada Pelatihan Bola Basket Universitas | Komunikasi interpersonal, Pelatih dan atlet, Pelatihan bola basket, | Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan model komunikasi interaktif dan transaksional mencakup penyampaian instruksi secara langsung, proses evaluasi, serta pemberian umpan balik yang efektif. Selain itu, elemen komunikasi interpersonal, seperti keterbukaan, empati, dukungan emosional, sikap positif, dan kesetaraan, memiliki peran penting dalam membangun hubungan interpersonal yang kuat dan menciptakan lingkungan yang mendukung pencapaian prestasi atlet. |
| (Roqi Abinaskholani, Limpad Nurrachmad 2024) | Komunikasi Interpersonal Manajemen, Pelatih dan Atlet Bolabasket Putri dalam Meningkatkan Motivasi Berprestasi | Komunikasi Interpersonal, Pelatih dan atlet, Motivasi berprestasi | Penelitian ini mengidentifikasi dua model komunikasi yang diterapkan, yaitu model interaktif dan transaksional. Keefektifan komunikasi tersebut didukung oleh lima sikap utama, yakni keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan, yang secara kolektif membentuk lingkungan yang kondusif bagi perkembangan tim. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi |

| | | | |
|-------------------------------------|---|--|---|
| | | | komunikasi yang lebih efektif untuk meningkatkan motivasi dan prestasi atlet, serta menjadi rujukan bagi kajian selanjutnya yang membahas peran komunikasi dalam konteks olahraga tim. |
| (Hanifan Kurnia Lubis et al., 2025) | <i>Systematic Literature Review: Dampak Sport Psychology Intervention terhadap Motivasi dan Kinerja Atlet Bola Basket</i> | Pulih dari cedera secara mental, Motivasi dan kinerja atlet bolabasket | Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa intervensi psikologi olahraga memberikan dampak positif yang signifikan terhadap berbagai aspek psikologis dan performa atlet, termasuk peningkatan motivasi intrinsik (effect size $d = 0,89$), self-efficacy ($d = 0,82$), konsentrasi ($d = 0,76$), serta performa teknis ($d = 0,71$). Selain itu, analisis tematik mengungkap lima mekanisme utama yang berperan, yaitu restrukturisasi kognitif, regulasi emosi, optimalisasi penetapan tujuan, penguatan self-talk, dan efektivitas latihan imagery. Integrasi temuan tersebut menunjukkan bahwa penerapan kombinasi berbagai teknik intervensi selama periode 8–12 minggu dengan frekuensi 2–3 sesi per minggu menghasilkan adaptasi psikologis yang lebih menyeluruh dan berkelanjutan dalam meningkatkan motivasi serta kinerja atlet bola basket. |
| (Doni Pranata, 2023) | Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket | Peran pelatih, Atlet Bolabasket, Rasa percaya | Penelitian yang dilakukan oleh Doni Pranata menegaskan bahwa peran pelatih memiliki kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan motivasi siswa melalui aktivitas |

| | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|
| | | diri dan motivasi | permainan bola basket di lingkungan sekolah. Pelatih dituntut untuk mampu menjalin hubungan yang positif dengan siswa, memberikan umpan balik yang konstruktif, serta menyajikan tantangan yang disesuaikan dengan kemampuan siswa guna menumbuhkan kepercayaan diri dan motivasi belajar mereka. |
| (Ambarani Hidayat & Kurniawan, 2021) | Pengaruh terhadap <i>Grit Self-Determination</i> Atlet Memutuskan Kembali Cedera Berat | Atlet, Pasca cedera, Motivasi dan kegigihan | Penelitian ini mengungkapkan bahwa tingkat grit memiliki hubungan yang signifikan dengan self-determination atlet dalam proses pengambilan keputusan untuk kembali berlatih pasca cedera berat. |
| (Torvik et al., 2025) | Perceived Social Support In The Rehabilitation Process Among Elite Female Handball Players | Sosial support/ Komunikasi interpersonal, Rehabilitasi Cedera, Pelatih, Fisioterapi dan Atlet. | Temuan penelitian menunjukkan bahwa setiap kelompok (pelatih, fisioterapis, rekan satu tim, serta keluarga dan teman) memberikan jenis dukungan sosial yang berbeda, namun semuanya dianggap penting untuk mencapai rehabilitasi yang optimal. Dalam berbagai cara, dukungan yang diterima para pemain membantu mereka tetap merasa menjadi bagian dari tim, termotivasi, serta mendapatkan tantangan yang optimal untuk berkembang sebagai atlet handball, sekaligus merasa aman dan diperhatikan selama proses rehabilitasi. Berdasarkan hasil tersebut, kami berpendapat bahwa pelatih harus menyadari dampak positif dari dukungan |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | sosial selama proses rehabilitasi (2025) |
|--|--|--|--|

Sumber. Data diperoleh dari (Renita Enji/Universitas Pendidikan Nasional, 2025)

Dari analisis tersebut didapat temuan-temuan yang menunjukkan kesesuaian faktor komunikasi interpersonal sebagai berikut;

a) **Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Dan Atlet**

Komunikasi menjadi kunci dan alat yang penting dalam menukar pikiran maupun mengembangkan hubungan antara pelatih dan atlet. Dari artikel penelitian Anisa et al., (2024) penelitian tersebut menunjukkan terdapat pengaruh antara intensitas komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet yang berpengaruh terhadap performa atlet dan motivasi berprestasi atlet. Penelitian terdahulu tersebut mengamati adanya intensitas komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet terhadap performa atlet cabang olahraga shorinji kempo di Jawa Tengah yang mempengaruhi motivasi atlet dengan menggunakan metode kuantitatif. Sementara itu, penelitian ini ingin memperluas pemahaman tersebut dengan memfokuskan kajian pada konteks cabang olahraga basket, pemulihan pasca cedera, serta menelaah lebih dalam bentuk komunikasi interpersonal pelatih, seperti empati, dukungan, dan sikap positif, yang berperan dalam membantu atlet remaja mempertahankan motivasi selama masa rehabilitasi. Penelitian Pujijurniarto dalam Saputro et al., (2024), juga mendukung penelitian tersebut dengan menyebutkan komunikasi interpersonal yang diterapkan pelatih dapat membuat atlet merasa termotivasi untuk berprestasi. Gaya dan pola komunikasi pelatih dan atlet dapat membuat atlet merasa dekat dan memberikan semangat kepada atlet untuk mengusahakan performa terbaik kepada tim, pelatih dan orang-orang disekitar atlet. Menurut DeVito (2016), menyebutkan kualitas komunikasi interpersonal yakni:

1. Keterbukaan.

Dalam perspektif humanistik, komunikasi interpersonal perlu berlangsung secara efektif karena individu dituntut untuk terbuka terhadap individu lain yang terlibat dalam komunikasi tersebut. Keterbukaan ini berfungsi sebagai pertanggung jawaban atas informasi yang diberikan. Penerima maupun pemberi informasi memerlukan keterbukaan sepeseperti perasaannya, pikirannya atau sesuatu untuk dapat membentuk komunikasi yang saling menerima dan memberi. Dengan sikap keterbukaan seperti pelatih yang menjelaskan tujuan, alasan dan alur proses latihan

yang akan berlangsung membuat atlet akan dapat lebih memahami isi sesi latihan yang akan berlangsung. Keterbukaan pelatih tersebut memuat atlet merasa dipercaya dan terlibat dalam kegiatan tersebut. Komponen ini juga dikemukakan pada Sosiawan (2022), yang menyebutkan Pola komunikasi kepelatihan pelatih PBSI Kabupaten Sleman dengan atlet Puslatkab ditandai dengan keterbukaan yang tidak hanya berada di saat latihan/lapangan tetapi juga diluar jadwal latihan.

2. Empati.

Empati pada komunikasi interpersonal diartikan sebagai kemampuan individu untuk memahami situasi dan keadaan emosional orang lain. Adanya rasa empati memungkinkan seseorang untuk dapat memberikan respon atau umpan balik terhadap pesan yang diterima dengan sikap yang mendukung dan penuh perhatian. Empati yang diberikan pelatih dapat seperti mendengarkan atlet berpendapat tanpa menunggu giliran sehingga membuat atlet dihargai dan di perhatikan oleh pelatih.

3. Dukungan.

Dukungan merupakan keterkaitan dengan empati sebelumnya. Karakteristik ini menunjukkan perhatian dan memberikan bantuan pada orang lain ataupun sekitarnya. Sehingga dengan dukungan komunikasi interpersonal dapat membangun lingkungan yang positif dan suportif. Dalam aspek dukungan, pelatih memberikan ruang aman, nyaman dan meningkatkan *self- efficacy* dan motivasi pada atlet.

4. Sikap positif.

Untuk membangun lingkungan yang baik dan merealisasikan elemen karakteristik sebelumnya perlu *action* atau tindakan yang positif. Sikap yang optimis dan menghargai orang lain akan meningkatkan kualitas interaksi bahkan dapat memperkuat hubungan antar individu. Seperti pelatih membantu atlet tetap merasa percaya diri dengan mengizinkan atlet yang cedera ringan untuk datang ke sesi latihan walau dalam masa pemulihan, hal ini adalah salah satu upaya pelatih dalam menghindari perasaan negative atlet yang dapat berpotensi menjatuhkan mental atlet dalam proses penyembuhan yang beresiko membuat atlet demotivasi.

5. Kesetaraan.

Hal ini adalah karakteristik yang menunjukkan adanya rasa hormat dan adil dalam berkomunikasi. Dengan kesetaraan, komunikasi yang terjalin memiliki karakteristik alur yang saling memenuhi dan berkesan pada setiap individu. Dalam

aspek kesetaraan dapat dilihat dari sikap membangun lingkungan komunikasi yang kolaboratif dan supportif baik antara pelatih dengan atlet maupun atlet dengan atlet.

b) Model dan Pola Komunikasi Pelatih dengan Atlet Remaja

Selama masa latihan, pelatih maupun atlet tentu pernah mengalami kesenjangan dan perbedaan pendapat yang mempengaruhi hubungan interpersonal mereka. Pola komunikasi yang tepat antara pelatih dan atlet memberikan arahan maupun sebagai bentuk komunikasi yang efektif dalam kepelatihan. Pola Komunikasi dapat dipahami sebagai cara atau metode komunikasi yang diterapkan individu atau kelompok dalam menyampaikan dan menerima suatu pesan yang sesuai dengan karakteristik setiap individu (Pierce dalam Siga & Suryawati, 2025). Pada temuan literatur dari Sosiawan (2022), menyampaikan pesan instruksional oleh pelatih menunjukkan pemahaman terhadap karakteristik seorang atlet dengan melalui pola komunikasi formal dan informal.

Penelitian Sosiawan mengemukakan model pengembangan komunikasi kepelatihan olahraga khususnya dalam proses pelatihan fisik dan mental terhadap atlet dalam meningkatkan prestasi dengan metode kualitatif deskriptif analitik. Sosiawan menemukan pemilihan metode dan pendekatan komunikasi kepelatihan pada pelatih terhadap atlet terbukti dapat membangun kepercayaan diri atlet dan motivasi berprestasi, dalam penelitian tersebut konteks diterapkannya masih luas di beberapa cabang olahraga. Namun, temuan penelitian sosiawan tersebut dapat membantu penelitian ini untuk membahas komunikasi dalam konteks olahraga dan pendekatan komunikasi yang perlu diterapkan untuk membangun motivasi atlet khususnya dalam cabang olahraga basket. Dari penelitian sosiawan, cara pelatihan atau pendekatan pada cabang olahraga bulutangkis, dansa, karate dan pancak silat untuk meningkatkan motivasi dan kualitas performa atlet yakni dengan memperhatikan fasilitas yang memadai agar atlet dapat berlatih dengan giat. Selain itu juga didukung pola komunikasi yang terbuka, dukungan dan sikap positif terhadap penyampaian proses latihan berlangsung. Lalu pelatih juga menekankan bentuk komunikasi seperti ceramah, demonstrasi, diskusi dan video baik komunikasi verbal maupun nonverbal dalam proses pelatihan yang efektif agar mencapai tujuan pelatihan untuk penampilan yang maksimal.

Berdasarkan data literatur diatas, dalam penelitian Abinaskholani dan Nurrachmad (2024), juga menemukan dan mengidentifikasi adanya dua model komunikasi yang

diterapkan pada pelatih ke atlet, yaitu model yang interaktif dan model yang transaksional. Penelitian Abinaskholani dan Nurrachmad tidak hanya mengemukakan hubungan antar pelatih dan atlet saja tetapi juga mengkaitkan peran manajemen sebagai wadah organisasi yang menaungi pelatih dan atlet. Walau penelitian tersebut merelasasikan keorganisasian pihak manajemen sebagai perencana dan pengelola, penelitian tersebut dapat membantu penelitian ini dalam menjelaskan kebaruan pola komunikasi interaktif dan transaksional pada peran komunikasi. Penelitian komunikasi interpersonal dalam cabang olahraga basket dari Januke & Jati, (2025), juga mengemukakan model komunikasi interaktif dan transaksional yang meliputi instruksi langsung, evaluasi, serta umpan balik yang efektif. Dari penelitian-penelitian tersebut, dijelaskan pada model atau pola interaktif, yakni pelatih menyampaikan intruksi secara langsung kepada atlet terkait program latihan dan strategi pertandingan. Model interaktif diterapkan secara langsung kepada atlet dalam penyampaian program latihan serta strategi saat pertandingan, dan juga digunakan dalam sesi evaluasi serta koreksi apabila strategi yang telah direncanakan tidak dijalankan secara optimal. Sedangkan model transaksional adalah model yang bersifat dua arah, seperti adanya pertemuan rutin antara pelatih dan atlet dalam membahas masalah atau sesi diskusi yang dimana atlet dan pelatih saling memberikan input dan output dalam berkomunikasi. Sehingga terjadinya komunikasi yang timbal balik antar keduanya.

Selain itu penelitian Azhari dalam Abinaskholani dan Nurrachmad (2024) menyebutkan dalam kebaruan penelitian tersebut terletak pada penekanannya terhadap kombinasi model komunikasi interaktif dan transaksional dalam konteks komunikasi olahraga. Dalam model komunikasi transaksional, manajemen, pelatih, dan atlet tidak hanya membahas aspek teknis yang berkaitan dengan pertandingan, tetapi juga memperhatikan aspek non-teknis, seperti kendala psikologis yang dialami atlet. Temuan penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi komunikasi yang lebih efektif guna meningkatkan motivasi serta prestasi atlet.

Hal tersebut selaras dengan penelitian Januke & Jati, (2025), yang juga menemukan dua model komunikasi utama yang digunakan dalam proses pelatihan olahraga basket, yakni model interaktif dan model transaksional. Penelitian Januke & Jati menyebutkan efektivitas komunikasi interpersonal dalam proses pelatihan bergantung pada relasi dan keterbukaan antar anggota tim. Seperti interaksi dan aktivitas yang dibangun sehari-hari mencerminkan pola komunikasi yang didukung komponen-komponen yang telah

disebutkan yakni keterbukaan dalam komunikasi, empati, dukungan emosional, sikap positif dalam memberi *feedback* dan kesetaraan memegang peran penting dalam membentuk suatu hubungan interpersonal yang supportif. Situasi tersebut juga menunjukkan keberhasilan antara pelatih maupun atlet dalam mendukung dan menyelesaikan permasalahan secara terbuka yang tidak hanya ditentukan dalam segi teknis tetapi juga dalam kualitas hubungan interpersonal yang terbangun.

c) Komunikasi Interpersonal Sebagai Dukungan Psikologis Pasca Cedera

Implikasi dari terciptanya komunikasi interpersonal yang efektif dan baik antara hubungan pelatih dan atlet yakni dapat berpengaruh terhadap keadaan psikologi atlet khususnya atlet yang mengalami cedera. Proses pemulihan yang panjang sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang berat bagi atlet. Banyak diantara mereka mengalami frustrasi, kehilangan kepercayaan diri, bahkan depresi ketika tidak dapat kembali ke performa semula (Jones, Han & Lee dalam Anwar et al., (2025). Penelitian Indah Atifah Anwar et al., (2025) tersebut juga menjeaskan dalam kerangka psikologis dukungan emosional dari pelatih, keluarga dan rekan tim memiliki dampak besar terhadap peningkatan kepercayaan diri dan ketahanan mental atlet selama masa rehabilitasi. Hal tersebut sejalan dengan tinjauan penelitian dari Weiß et al., (2024), menekankan pentingnya faktor psikologi dari lingkungan sosial seperti pelatih, tim, maupun support system dalam rehabilitasi dan pencegahan cedera pada atlet muda.

Penelitian Anwar et al., (2025), yang membahas Analisis Multidimensional Faktor Determinan Pemulihan Fisik dan Psikologis Atlet Pasca Cedera Melalui Program Rehabilitasi menghasilkan temuan empiris yang menggambarkan keterkaitan antara faktor fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan terhadap percepatan pemulihan atlet setelah mengalami cedera. Terdapat 68% atlet yang mengalami peningkatan dalam pemulihan fisik pada minggu ke-8 setelah mengikuti program rehabilitasi multidimensional yang mencakup terapi fisik dan psikologis. Dan 74% responden atlet melaporkan penurunan gejala stress dan kecemasan maupun peningkatan motivasi untuk kembali berkompetensi. Hal tersebut berkorelasi positif dengan tingginya tingkat dukungan sosial pelatih, rekan tim dan keluarga. Dari penelitian *mix method* tersebut menunjukkan keseimbangan perawatan fisik maupun psikologis dari peran hubungan interpersonal yang terjadi. Sehingga dukungan sosial berpengaruh pada proses rehabilitasi atlet yang mengalami cedera.

Penelitian tersebut juga sehubungan dengan penelitian Torvik et al., (2025), yang juga menemukan bahwa pelatih, fisioterapi, rekan satu tim, teman dan keluarga memberikan jenis dukungan sosial yang berbeda, namun semuanya dianggap penting untuk mencapai rehabilitasi yang optimal. Penelitian Trovik et al, memiliki fokus yang sama pada konteks olahraga tetapi mengambil sudut pandang cabang olahraga bola tangan elit putri. Dengan berbagai cara, dukungan yang diterima para atlet membantu mereka untuk tetap merasa bagian dari tim, termotivasi, berkembang serta membuat mereka merasa aman dan diperhatikan selama proses rehabilitasi. Dari penelitian tersebut, Torvik et al., berpendapat bahwa pelatih harus menyadari dampak positif dari dukungan sosial selama proses rehabilitasi.

Dari kedua penelitian tersebut dapat membantu penelitian ini untuk menunjukkan sikap dukungan sebagai salah satu komponen terbentuknya komponen-komponen komunikasi interpersonal salah satunya komponen dukungan suportifitas antar individu dalam konteks olahraga. Penelitian Anwar et. al yang menggunakan *mix method* memberikan gambaran dari segi interpretatif–konstruktivis maupun objektivistik–positivistik dalam realisasi penguatan pada dukungan sosial dalam proses rehabilitasi atlet berbagai cabang olahraga lain pasca cedera yang dapat di interprestasikan pada penelitian ini. Sedangkan penelitian dari Torvik et al, menekankan pada penelitian kualitatif dengan wawancara mendalam kepada atlet dan menemukan adanya berbagai bentuk dukungan yang diterima oleh atlet dalam membantu mereka untuk tetap merasa bagian dari tim, termotivasi dan tertantang untuk berkembang semaksimal mungkin. Penelitian tersebut memiliki fokus pada cabang olahraga bola tangan yang dimana atlet bekerja sama dengan anggota timnya dan tentunya mengandalkan hubungan yang baik pada sesama anggota tim, pelatih maupun pihak-pihak yang mendukung proses rehabilitasi. Walau demikian, penelitian tersebut dapat mendukung penelitian ini yang juga mengkaji cabang olahraga tim seperti basket dan penelitian tersebut menunjukkan dampak yang menonjol dari dukungan sosial yakni pencegahan perasaan kesepian, memberikan emosi positif terhadap motivasi serta kelancaran proses rehabilitasi.

Dukungan sosial tersebut tentu erat kaitannya dengan membangun hubungan interpersonal yang memerlukan komunikasi dalam mengembangkan suatu hubungan di dalamnya. Berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Hidayat & Kurniawan, (2021) menyebutkan cedera pada atlet seringkali menimbulkan konsekuensi yang negatif, baik secara fisik maupun psikologis. Dengan itu, dukungan sosial juga memerlukan persepsi

dan ketangguhan yang datang dari diri atlet tersebut. Penelitian Hidayat & Kurniawan, (2021) tersebut menemukan hasil analisis regresi sederhana yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa *grit* (kegigihan) mempengaruhi *self-determination* (motivasi) secara signifikan dengan hasil dari *R squer* atau data kuantitatif menunjukkan terdapat pengaruh sebesar 19,7% antara variable. Penelitian tersebut juga melibatkan informan yang mengungkapkan adanya pengaruh signifikan antara *grit* (kegigihan) dan *self-determination* (motivasi) pada atlet yang memutuskan untuk kembali beraktivitas setelah mengalami cedera berat. Penelitian Hidayat dan Kurniawan yang menggunakan dan menggambarkan teori *self-determination* (motivasi) yang menunjukkan kebutuhan psikologi individu yang terus berkembang dan melekat sejak lahir (inner) dengan konteks olahraga. Temuan ini membantu peneliti untuk mendapatkan pemahaman mengenai motivasi pada atlet yang mempengaruhi kegigihan yang tinggi pada atlet. Hal tersebut menunjukkan adanya sikap kegigihan yang tinggi berimplikasi menunjukkan sifat yang konsisten akan sesuatu yang disukainya.

Dari tiga penelitian tersebut, proses rehabilitasi pasca cedera erat kaitannya dengan kemampuan atlet itu sendiri dan kondisi lingkungannya yang saling berhubungan. Walau dari penelitian terdahulu mengkaji konteks yang cukup luas seperti cabang olahraga yang berbeda, sudut pandang sosial yang berbeda hingga metode penelitian yang berbeda, penelitian tersebut dapat membantu peneliti untuk mengisi kekosongan atau sebagai bahan penelitian yang relevan dengan konteks penelitian ini. Dari penelitian terdahulu tersebut hubungan interpersonal yang dimiliki atlet mempengaruhi kondisi psikologis dan motivasi atlet tersebut sehingga pentingnya peran komunikasi dalam mempertahankan hubungan yang positif dan dinamis antara atlet dengan pelatih, rekan tim, teman hingga keluarga. Sedangkan dalam diri atlet tersebut perlu ditanam prinsip dan motivasi yang membangun sejak dini agar tetap optimis dalam menghadapi suatu masalah seperti cedera saat bertanding.

d) Motivasi Berprestasi

Self-Determination Theory dari Deci & Ryan yang mengemukakan bahwa teori ini menekankan jika manusia secara alami memiliki atau dapat terdorong untuk berkembang dan teori ini fokus pada pemahaman motivasi, perilaku dan perkembangan kepribadian. Teori ini juga secara khusus menyoroti faktor-faktor kontekstual pada hal yang mendukung dan menghambat perkembangan optimal individu melalui pemenuhan

kebutuhan psikologi dasar akan kompetisi, keterhubungan, dan otonomi (Deci & Ryan, 2017). Jadi, motivasi ialah suatu hal yang mendorong diri seseorang untuk dapat mengarahkan dan mempertahankan perilaku yang mengacu seorang individu.

Fungsi motivasi pada atlet yakni membuat atlet memiliki pribadi dan karakter yang tidak patah semangat, optimis dan bersemangat menjadi suatu hal yang baik untuk membangun lingkungan yang positif maupun mendukung kesejahteraan psikologis atlet salah satunya pada bidang olahraga. Atlet dengan motivasi otonom yang kuat merasakan energi dan kepuasan dalam olahraga pada kesejahteraan mental atau psikologis dapat seperti rasa hidup, kepuasan diri, kebahagiaan, dan fungsi psikologis (Fajri et al., 2022). Selain itu fungsi motivasi pada bidang olahraga dapat mendorong internalisasi nilai-nilai sportifitas dan kebugaran, motivasi ekstrinsik yang dikemas dan berkembang dengan baik tentu didukung lingkungan otonom yang sportif dapat menjadi nilai atau bagian dari identitas atlet seperti menghargai olahraga kebugaran dan dedikasi berdasarkan bidang olahraga yang ditekuni (Fernández-Espínola et al., 2020). Motivasi pada diri atlet juga dapat mencegah penurunan prestasi, dengan dorongan yang konsisten, semangat yang tumbuh dan kegigihan dalam diri atlet membuat performa atlet cenderung meningkat dan stabil.

Terdapat dua jenis motivasi, motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah dorongan yang berasal dari diri individu itu sendiri seperti dorongan yang muncul ketika seseorang melakukan suatu aktivitas karena aktivitas tersebut memiliki nilai, menyenangkan atau bahkan membuat seorang individu tertantang. Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang muncul karena adanya pengaruh dari luar seperti ketika seseorang memiliki suatu tujuan atau mendapatkan sesuatu seperti hadiah, pengakuan, hingga tekanan dan sebagainya. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa motivasi memiliki pengaruh yang tinggi dalam kinerja seorang atlet yang meraih prestasi, namun hasil pengaruh motivasi intrinsik memiliki hasil yang sedikit lebih tinggi dari pada motivasi ekstrinsik yang dimana motivasi intrinsik secara signifikan dapat lebih kuat memengaruhi kinerja atlet (Masitoh et.al 2025).

Dalam penelitian Januke & Jati, (2025), dukungan yang bersifat menyeluruh, apresiasi, motivasi dan perhatian emosional memiliki dampak langsung terhadap pembentukan lingkungan pelatih yang kondusif dan suportif. Dalam konteks komunikasi interpersonal dukungan berfungsi sebagai bentuk pesan bersifat afektif yang memperkuat ikatan sosial, membangun dan menumbuhkan rasa kepercayaan diri dalam

menghadapi suatu masalah atau tantangan. Motivasi secara langsung menjadi instrument yang mencerminkan sikap positif dan dukungan dalam komunikasi interpersonal. Penelitian Januke & Jati juga

Selain adanya dukungan dan perhatian emosional yang di dapat atlet, penelitian Suak et al., (2023), menemukan adanya pengaruh terhadap konsep diri dan komunikasi interpersonal secara bersamaan mempengaruhi motivasi berprestasi pada atlet bola basket. Menurut Brooks, (1976) Konsep diri adalah persepsi, perasaan, serta penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang berkembang melalui pengalaman pribadi dan interaksi sosial dengan orang lain. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan atlet basket yang memiliki konsep diri akan semakin memiliki motivasi berprestasi yang tinggi (Suak et al., 2023).

Sedangkan penelitian dari Doni Pranata, (2023), menyebutkan peran pelatih sangat mendukung dalam memotivasi siswa dalam olahraga basket. Pelatih memiliki tanggung jawab yang penting untuk mendukung, mengarahkan dan membimbing siswa remaja dengan keterampilan dan kompetensi yang dimiliki oleh seorang pelatih. Penelitian tersebut juga menemukan beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa seperti adanya tujuan, kepercayaan diri atas kemampuannya, dorongan eksternal yakni pada lingkungannya serta faktor ketangguhan mental. Dari penelitian tersebut membantu penelitian ini dalam melihat dari prespektif kepelatihan yang di miliki pelatih sebagai seorang yang memiliki kemampuan dalam menyeimbangkan konteks teori dan praktik untuk memotivasi atlet pada usia remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelusuran terhadap sejumlah penelitian, komunikasi interpersonal terbukti memiliki keterkaitan dalam membangun hubungan interpersonal yang suportif dan menjadi kriteria dalam aspek kompetensi bagi pelatih untuk memotivasi atlet remaja kembali berlatih pasca mengalami cedera. Komunikasi interpersonal berperan dalam membangun motivasi atlet seperti menciptakan hubungan yang bersifat dua arah atau timbal balik antar pelatih dan atlet. Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berperan signifikan dalam meningkatkan motivasi atlet untuk kembali menjalani latihan setelah mengalami cedera. Mayoritas penelitian menegaskan bahwa pola atau model komunikasi dan komponen komunikasi interpersonal itu sendiri membentuk hubungan yang positif dan suportif antar pelatih dan atlet.

Dari penelitian diatas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan implikasi praktis yang menegaskan bahwa pelatih perlu secara sadar dan terstruktur menerapkan komunikasi interpersonal yang bersifat dua arah dalam proses pendampingan atlet pasca cedera, seperti memberikan ruang dialog terbuka, menunjukkan empati, serta menyampaikan umpan balik yang jelas dan memotivasi sesuai kondisi psikologis atlet. Bagi klub olahraga, hasil ini dapat dijadikan dasar untuk mengintegrasikan pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal dalam program pengembangan pelatih, khususnya dalam penanganan atlet remaja yang sedang menjalani masa rehabilitasi. Sementara itu, lembaga pendidikan olahraga disarankan untuk memasukkan materi komunikasi interpersonal sebagai kompetensi inti dalam kurikulum kepelatihan, sehingga calon pelatih tidak hanya dibekali kemampuan teknis, tetapi juga keterampilan komunikasi yang mendukung pemulihan motivasi dan kesiapan mental atlet untuk kembali berlatih. Namun, beberapa studi tidak menekankan hasil penelitian yang hanya berlaku pada atlet remaja saja. Selain itu, masih terdapat kekurangan dalam penelitian sebelumnya. Seperti keterkaitan langsung antar komunikasi interpersonal yang membahas motivasi dalam konteks olahraga basket remaja secara khusus. Dengan demikian penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam terutama pada aspek ilmu komunikasi interpersonal dalam bidang psikologis dan olahraga yang simultan berhubungan satu samalain. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan manfaat bagi pengembangan kajian komunikasi interpersonal dan psikologi, khususnya terkait motivasi dalam konteks keolahragaan di masa mendatang.

REFERENCES

- Ambarani Hidayat, A., & Kurniawan, A. (2021). Pengaruh grit terhadap self-determination pada atlet yang memutuskan kembali pasca cedera berat. *BRPKM Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1172-1179. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Anisa, C., Permata, D., Setyabudi, D., & Surayya Ulfa, N. (2023.). Pengaruh intensitas komunikasi interpersonal pelatih dengan atlet dan motivasi berprestasi terhadap performa atlet. *Interaksi Online*, 12(2), 326-335. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/43817>
- Dehasen, J. M. (2024). Dinamika komunikasi interpersonal dan pengaruhnya terhadap pengembangan pemain muda dalam tim basket sman 1 medan. *Indonesia Journal of Humanities and Social Science*. 5(2), 831-846. <https://ejournal.uit-lirboyo.ac.id/index.php/IJHSS>
- Doni Pranata. (2023). Peningkatan motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket. *Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2040-2054. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

- Dr. Dra. Poppy Ruliana, M. Si., & Dr. Puji Lestari, S. IP., M. Si. (2021). *Teori komunikasi* (2nd ed.). PT. RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Fajri, A., W., Setyawati, H., Rahayu, T., Wira, D., Kusuma, Y., Rafikoh, R., Rohmah, I., & Chen, C.-W. (2022). Self-efficacy, self-confidence, achievement motivation, and its relationship towards competitive anxiety. *Journal of Physical Education and Sports*, 11(4), 426–434. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Fernández-Espínola, C., Almagro, B. J., Tamayo-Fajardo, J. A., & Sáenz-López, P. (2020). Complementing the self-determination theory with the need for novelty: motivation and intention to be physically active in physical education students. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01535>
- Hanifan Kurnia Lubis, Hairani Evelin Ambarita, Genhart Yerikho Pos-Pos, Fusthothul Anwarsyah, Fadya Afarin, & Muhammad Fadli6. (2025). Systematic literature review: dampak sport psychology intervention terhadap motivasi dan kinerja atlet bola basket. *Journal Pshycal Health Recreation (JPHR)*, 3(5), 320-329. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JP>
- Indah Atifah Anwar, N., Hamzah, A., Studi Pendidikan Jasmani, P., & Rekreasi, dan. (2025). Analisis Multidimensional Faktor Determinan Pemulihan Fisik dan Psikologis Atlet Pasca Cedera Melalui Program Rehabilitasi. *Empiricism Journal* 6(4), 2745–7613. <https://doi.org/10.36312/ej.v6i4.3764>
- Januke, M., & Jati, R. P. (2025). Komunikasi Interpersonal Pelatih-Athlet untuk Peningkatan Motivasi Berprestasi pada Pelatihan Bola Basket Universitas. In *Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika dan Komunikasi (JIMIK)* (Vol. 6, Issue 2). <https://journal.stmiki.ac.id>
- Joseph A. DeVito. (2016). *The Interpersonal Communication Book 14th Edition*. PEARSON
- Kusuma, I. M. A., & Suwiwa, I. G. (2023). Minat Peserta Didik Kelas XI terhadap Ekstrakurikuler Olahraga Bola Basket. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(1), 69–76. <https://doi.org/10.23887/jiku.v11i1.55860>
- , Roqi Abinaskholani dan Nurrachmad, L. (2021). Komunikasi interpersonal manajemen, pelatih, dan atlet bola basket putri dalam meningkatkan motivasi berprestasi. *Diterbitkan Oleh: LPPM STKIP Taman Siswa Bima Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(5), 344. <https://doi.org/10.37630/jpo.v14i5.1955>
- Richard M. Ryan, E. L. D. (2017). *Self-Determination Theory*. The Guilford Press
- Saputro, T. A., Naryoso, A., & Rahardjo, T. (2024). Komunikasi antar pribadi atlet dalam pemeliharaan hubungan pada tim olahraga basket pon jawa tengah. *Interaksi Online*, 12(2) 1-19 <https://fisip.undip.ac.id>
- Siga, N. A. luthfiana, & Suryawati, I. (2025). Pola komunikasi antarpribadi pelatih dalam membangun prestasi tim. *Komunikata57*, 6(1), 42–51. <https://doi.org/10.55122/kom57.v6i1.1600>
- Sofiatul Masitoh, Fransisca Januarumi M. W & R. I. Avandi. (2025). Motivasi intrinsik dan ekstrinsik : faktor psikologis yang mempengaruhi kinerja atlet kabupaten pamekasan peraih medali porprov 2023. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 8(5) 1292-1295. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/71155>
- Sosiawan, E. A. (2022). Model Komunikasi Kepelatihan untuk Peningkatan Prestasi Atlet. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 19(3), 352. <https://doi.org/10.31315/jik.v19i3.4734>
- Suak, A. V. V., Anderson, E., & Manoppo, A. (2023). Konsep Diri dengan Komunikasi Interpersonal. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(6), 1546–1557. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i6.10454>

-
- Torvik, L. M. J., Aspvik, N. P., Sæther, S. A., & Høigaard, R. (2025). Perceived social support in the rehabilitation process among elite female handball players. *Scandinavian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7, 10–18. <https://doi.org/10.7146/sjsep.v7i.149077>
- Triantoro, A., & Rahardjo, W. (2023). Self-concept, interpersonal communication with coaches and achievement motivation of basketball athletes. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2). <https://idm.or.id/JSER/index>.
- Indah Tanip & Susan Adi Putra. (2025). *Understanding Indonesia's Sports Trends*. <https://info.populix.co/id/data-hub/reports/understanding-indonesias-sports-trends>
- Weiß, M., Büttner, M., & Richlan, F. (2024). The Role of Sport Psychology in Injury Prevention and Rehabilitation in Junior Athletes. In *Behavioral Sciences* (Vol. 14, Issue 3). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/bs14030254>