

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Komunikasi adalah sarana paling penting di dalam kehidupan manusia. Berarti dimana tak ada seorang pun yang bisa menarik diri dari proses komunikasi baik dalam fungsi sebagai seorang individu maupun makhluk sosial. Komunikasi itu sendiri dapat kita temui diberbagai tempat seperti dirumah, sekolah, kantor, rumah sakit, dan di semua tempat yang melakukan aktivitas sosialisasi. Dapat disimpulkan bahwa hampir semua kegiatan yang dilakukan oleh manusia selalu ada komunikasi. Jadi komunikasi merupakan bagian terpenting dalam setiap kehidupan manusia.

Di dalam sebuah komunikasi feedback merupakan hal yang diharapkan, untuk mampu mencapai tujuan yang dimaksud dalam berkomunikasi. Komunikasi berasal dari bahasa latin *cum* yaitu kata depan yang berarti *dengan, bersama dengan*, dan *unus* yaitu kata bilangan yang berarti *satu*. Dari kedua kata- kata itu terbentuk kata benda *cummunio* yang dalam bahasa Inggris menjadi *cummunion* yang berarti *kebersamaan, persatuan, persekutuan, gabungan, pergaulan, hubungan*.

Definisi komunikasi menurut beberapa ahli itu sendiri salah satunya adalah J.A Devito (1997) mengartikan bahwa komunikasi merupakan suatu tindakan oleh satu orang atau lebih yang mengirim dan menerima pesan yang terdistorsi oleh gangguan terjadi dalam satu konteks tertentu, mempunyai pengaruh tertentu dan ada kesempatan untuk melakukan umpan balik.

Komunikasi dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Komunikasi secara langsung adalah komunikasi yang dilakukan secara langsung dengan lawan bicara. Komunikasi ini sangat efektif untuk bisa mengetahui respon dari lawan bicara. Yang mana dapat mengetahui lawan bicara tersebut menerima atau tidak pesan yang disampaikan. Kemudian selain itu, ada komunikasi secara tidak langsung. Komunikasi ini biasanya dilakukan melalui alat bantu atau media. Misalnya melalui email, surat, sms, ataupun media social lainnya. Komunikasi ini bisa terbilang efisien, tapi lebih di anjurkan melakukan komunikasi secara langsung, dikarenakan kedua belah pihak dapat lebih memahami informasi yang disampaikan, selain itu dapat lebih mengenal karakteristik lawan bicara kita, sehingga resiko salah paham dapat diminimalisir.

Dapat diartikan komunikasi merupakan salah satu penunjang penampilan dan keberhasilan latihan. Komunikasi merupakan jembatan penghubung antara pelatih dengan atlet. Tujuan sebuah latihan disampaikan menggunakan komunikasi seperti aba-aba, larangan, perintah, maupun saran dan kritik dalam evaluasi. Latihan tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya komponen komunikasi seperti bahasa, suara, gerakan tubuh, gerakan muka, isyarat maupun kata-kata. Perintah yang disampaikan seorang pelatih kepada atlet untuk melakukan sesuatu tidak akan mungkin sampai jika seorang atlet tidak mengerti bahasa atau isyarat yang digunakan oleh pelatih. Pesan yang disampaikan seorang pelatih juga akan terasa datar dan kurang menarik apabila disampaikan tidak menggunakan tambahan gerakan muka serta mimik wajah. Begitu artinya sebuah komunikasi yang sering dilupakan bahwa komunikasi itu sangat penting.

Pada dasarnya komunikasi memiliki banyak bentuk, baik itu komunikasi olahraga maupun komunikasi pada umumnya. Salah satu bentuk komunikasi adalah komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang satu dengan orang satunya lagi maupun dengan beberapa orang. Komunikasi interpersonal termasuk dalam komunikasi yang paling efektif, karena pihak yang memberikan informasi dapat berinteraksi dengan dengan orang yang menjadi lawan bicara. Komunikasi ini tentu sangat cocok digunakan dalam situasi latihan maupun pada saat evaluasi setelah latihan.

Berdasarkan banyaknya pemberitaan Phil Jackson dan Michael Jordan memiliki hubungan pelatih - pemain yang paling menarik dalam sejarah olahraga. Bagaimana tidak, dalam game ke-lima final NBA 1991 pertandingan yang diprediksi berakhir dengan kekalahan itu justru berujung kemenangan berkat saran sederhana Phil Jackson ke Michael Jordan. Ini menunjukkan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal pelatih merupakan hal yang penting dan menunjang keberhasilan atlet saat bertanding.

Menurut Pederson, Miloch dan Laucella (Rusdianto: 2009) mengatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan bentuk komunikasi yang sering dilakukan oleh pelaku olahraga profesional dalam kegiatan sehari-hari dalam organisasi-organisasi olahraga. Komunikasi interpersonal terus dilakukam agar terciptanya hubungan yang saling mendukung antara pelatih dengan atlet. Tujuannya membuat atlet merasa nyaman dan tidak ada rasa canggung lagi ketika saat berlatih, dan membuat atlet dapat meningkatkan kemampuan dan potensi yang dimiliki secara maksimal. Dengan melakukan komunikasi interpersonal seorang pelatih dapat menginstruksikan dengan

cara penyampaian yang dapat diterima oleh atlet dan dengan bahasa yang sesuai umur atlet tersebut yang bisa dikatakan rata-rata umur mereka masih muda.

Effendy juga berpendapat pada hakekatnya komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar komunikator dengan komunikan, komunikasi jenis ini dianggap paling efektif dalam upaya mengubah sikap, pendapat atau perilaku seseorang, karena sifatnya yang dialogis berupa percakapan. Arus balik bersifat langsung, komunikator mengetahui tanggapan komunikan ketika itu juga. Pada saat komunikasi dilancarkan, komunikator mengetahui secara pasti apakah komunikasinya positif atau negatif, berhasil atau tidaknya. Jika ia dapat memberikan kesempatan pada komunikan untuk bertanya seluas-luasnya (Sunarto,2003: 13).

Pelatih dengan atlet bagaikan satu kesatuan keluarga didalam dunia olahraga. Jika didalam kehidupan nyata pelatih diibaratkan seperti seorang ayah ataupun ibu, dan bisa juga pelatih dianggap sebagai seorang kakak mamupun teman. Pelatih harus memiliki hubungan yang baik dengan atlet, dan di sisi lain harus tegas dalam menghadapi atlet. Hal inilah yang dirasakan oleh tim basket putra Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan hadirnya pelatih baru, mereka merasa nyaman dan cocok karena dapat menganggap pelatih yang sekarang dapat memposisikan dirinya sebagai seorang teman, kakak atau bahkan ayah didalam lapangan. Hal ini berbeda sekali dengan pelatih sebelumnya yang belum bisa memposisikan diri sehingga atlet kurang begitu nyaman.

Hubungan pelatih-atlet merupakan komunikasi yang intensif antara pelatih dan atlet. Menurut Jowett dan Cockerill (2002:313), efektivitas seorang pelatih dalam melakukan persiapan teknis, taktis, dan strategis, serta mengorganisir, mengevaluasi dan mengarahkan atlet, akan bergantung pada hubungan yang dibangun

antara pelatih dengan atlet. Perilaku kepemimpinan dan komunikasi interpersonal seorang pelatih akan berpengaruh terhadap proses pembinaan ketangguhan mental atlet.

Untuk meningkatkan mental atlet, seorang pelatih harus memiliki keterampilan komunikasi interpersonal. Menurut Gardner (dalam Suhaimi, dkk, 2014) keterampilan komunikasi interpersonal mengacu pada kemampuan individu untuk berkomunikasi secara kooperatif dalam kelompok, baik verbal maupun non-verbal. Seseorang yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif akan peka terhadap perasaan dan emosi orang lain di sekelilingnya. Kemampuan ini merupakan ukuran dari kualitas seseorang dalam berkomunikasi interpersonal yang meliputi pengetahuan tentang aturan – aturan dalam komunikasi non verbal, seperti sentuhan dan kedekatan fisik, pengetahuan tentang berinteraksi sesuai konteks, memperhatikan orang yang diajak berkomunikasi, memperhatikan volume suara (Devito, 2013).

Keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif sangat penting untuk membangun dan memelihara hubungan dalam interaksi sosial. Menurut Un ange passé dalam Njogu, (2012 : 102) menjelaskan, keterampilan komunikasi yang buruk dapat menyebabkan rusaknya hubungan, mempengaruhi produktivitas, kepuasan, kinerja, moral, kepercayaan, rasa hormat, kepercayaan diri, dan bahkan kesehatan fisik.

Menurut Middleton, Marsh, Martin, Richards dan Perry (2004) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi ketangguhan mental adalah *self efficacy*. *Self efficacy* juga dapat diperoleh, diperkuat, atau di lemahkan melalui persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi. (dalam Alwisol, 2008 hal.305). Morris (2004 h.179) menyatakan bahwa persuasi verbal dari pelatih merupakan

teknik yang efektif untuk meningkatkan keyakinan atlet terhadap kemampuannya. Namun dalam prosesnya bisa saja terjadi hambatan dalam proses komunikasi apakah tujuan pesan dapat diterima dengan baik atau tidak. Menurut Bandura dalam Krisniawan ada beberapa factor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi interpersonal, yaitu : “*trust*, perilaku sportif, sikap terbuka dan *self efficacy*” (2014 : 4). Berdasarkan pendapat ini bisa di pahami bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan komunikasi interpersonal adalah efikasi diri.

Menurut Olson dan Zanna, Persuasi di definisikan sebagai perubahan sikap akibat paparan informasi dari orang lain (Werner J severin, James W tankard,Jr, : 2009 : Hal 177). Kemudian Herdiyan Maulana dan Gumgum Gumelar mendefinisikan Persuasi adalah kegiatan psikologis dalam usaha mempengaruhi sikap, sifat, pendapat dan perilaku seseorang atau orang banyak, mempengaruhi sikap,sifat, pendapat dan perilaku dapat di lakukan dengan beberapa cara mulai terror, boikot, pemerasan, penyuapan dan sebagainya dapat juga memaksa orang lain bersikap atau berperilaku seperti yang di harapkan. Namun persuasi tidak melakukan cara demikian untuk mencapai tujuan yang di harapkannya, melainkan menggunakan cara komunikasi (pernyataan antar manusia) yang berdasar pada argumentasi dan alasan-alasan Psikologis.

Atlet dengan mentalitas yang kuat memiliki beberapa karakteristik umum seperti memiliki *self-belief* yang tinggi, memiliki motivasi yang tinggi, mampu menjaga focus dan konsentrasi, menunjukkan determinasi yang tinggi, serta memiliki komitmen (Guciardi, Gordon, & Dimmock: 2008).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan anggota dan pelatih tim bola basket putra UKM Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, sebagian dari jumlah

anggota menyatakan berdasar pengalaman masih belum memiliki karakteristik atlet dengan mentalitas yang kuat pada saat pertandingan maupun latihan. Contohnya saja di menit-menit akhir pertandingan dengan skor yang ketat para atlet terlihat kehilangan konsentrasinya sehingga sering membuat *turn over* dan ini sangat berpengaruh terhadap tim.

Istilah ketangguhan mental merupakan istilah yang digunakan atlet, pelatih dan media untuk menggambarkan karakteristik psikologis atlet unggul yang secara konsisten di tampilkan pada saat latihan ataupun kompetisi. Ketangguhan mental seorang atlet kerap dikaitkan dengan *top level performance* dari seorang atlet tersebut. Ketangguhan mental menjadi komponen penting bagi perkembangan atlet. Talenta fisik dan teknik yang dimiliki seorang atlet tidak dapat berkembang dengan optimal apabila atlet tersebut tidak memiliki ketangguhan mental.

Ketangguhan mental sendiri merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami yang dihasilkan dari skor perilaku dan sikap untuk mampu menghadapi suatu tantangan yang berasal dari tekanan internal dan eksternal (*thrive through challeng*), perilaku, sikap, dan nilai yang relevan dengan performa individual atau tim (*sport awereness*), perilaku dan sikap yang mendasar untuk menghadapi tekanan dan tantangan yang bersifat positif maupun negative (*tough attitude*), dan perilaku, sikap, dan nilai yang dihubungkan dengan pencapaian atau keberhasilan (*desire success*) dengan menggunakan alat ukur *Australian Football Mental Toughness Inventory* (AfMTI).

Menurut Setiadarma (2002) mengatakan bahwa dalam dunia olahraga, pelatih tidak hanya berperan sebagai program, namun juga sebagai teman, guru, orang tua, konselor, dan bahkan psikolog bagi atletnya. Pelatih merupakan tokoh sentral bagi seorang atlet karena di tangan pelatihlah segenap potensi yang dimiliki oleh atlet akan bermunculan, dan dari pelatihlah mental seorang atlet terbentuk.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : “apakah keterampilan komunikasi interpersonal pelatih berpengaruh terhadap ketangguhan mental atlet di tim basket putra Universitas Muhammadiyah Yogyakarta”.

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang sudah ditentukan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah keterampilan komunikasi interpersonal pelatih

dengan atlet berpengaruh pada ketangguhan mental atlet di tim basket putra Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, dapat diungkapkan penelitian memiliki manfaat sebagai berikut :

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan ilmu pengetahuan terhadap perkembangan ilmu komunikasi terutama komunikasi interpersonal

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pelatih Basket

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pedoman kepada seluruh pelatih basket untuk berkomunikasi interpersonal secara efektif, sehingga menghasilkan motivasi menuju mental yang tangguh bagi atlet agar dapat mencapai keberhasilan Latihan yang maksimal dan prestasi bagi tim.

b. Bagi Atlet

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pedoman berkomunikasi antara pelatih dan pemain untuk menjadi atlet yang berada di *top level performance*.

1.5 Kajian Teori

1.5.1 Komunikasi Interpersonal

A. Definisi Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang – orang secara tatap muka, yang memungkinkan pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal (Mulyana, 2008: 81). De Vito (1997: 229) juga mengemukakan bahwa komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang mengambil tempat antara dua orang yang memiliki hubungan yang tidak bisa dipungkiri.

Interpersonal communication as a process which begins as impersonal and becomes more and more personal as the interactions increase in frequency and intimacy (Komunikasi interpersonal sebagai suatu proses yang dimulai sebagai impersonal dan menjadi lebih dan lebih personal sebagai interaksi peningkatan frekuensi dan keintiman) (De Vito, 2001:4)

Bentuk khusus dari komunikasi interpersonal ini adalah komunikasi diadik (*dyadic communication*) yang melibatkan hanya dua orang, seperti suami istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru dan murid, dan sebagainya. Ciri-ciri komunikasi diadik adalah pihak-pihak yang berkomunikasi berada dalam jarak yang dekat, pihak-pihak yang berkomunikasi mengirim dan menerima pesan secara simultan dan spontan, baik secara verbal maupun nonverbal (Tubbs dan Moss, 2008: 8).

Keberhasilan komunikasi menjadi tanggung jawab peserta komunikasi. Kedekatan hubungan pihak-pihak yang berkomunikasi akan tercermin pada jenis-jenis pesan atau respons nonverbal mereka, seperti sentuhan, tatapan mata yang ekspresif, dan jarak fisik yang sangat dekat. Meskipun setiap orang dalam komunikasi interpersonal bebas mengubah topik pembicaraan, namun kenyataannya komunikasi interpersonal bisa saja didominasi oleh suatu pihak (Mulyana, 2008: 81)

Para ahli komunikasi mendefinisikan komunikasi interpersonal secara berbedabeda. Devito (1997: 231) mengemukakan sudut pandang komunikasi interpersonal sebagai berikut :

1. Berdasarkan Komponen Komunikasi interpersonal didefinisikan dengan mengamati komponen-komponen utamanya, yaitu mulai dari penyampaian pesan oleh satu orang dan penerima pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang dengan berbagai dampak sehingga peluang untuk memberikan umpan balik.

2. Berdasarkan Hubungan Diadik Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang langsung di antara dua orang yang mempunyai hubungan, mantap dan jelas. Sebagai contoh dapat dilihat pada hubungan komunikasi interpersonal antara anak dengan orang tua, atlet dengan pelatih, dan lain-lain. Definisi ini disebut juga dengan definisi diadik, yang menjelaskan bahwa selalu ada hubungan yang terjadi antara dua orang tertentu.
3. Berdasarkan Pengembangan Komunikasi interpersonal dilihat sebagai akhir dari perkembangan komunikasi yang bersifat tak pribadi (impersonal) menjadi komunikasi pribadi yang intim.

Berdasarkan definisi di atas, komunikasi interpersonal dalam olahraga dapat berlangsung secara kontekstual dan dalam hal yang saling membangun atau dengan tujuan yang spesifik lainnya. Komunikasi interpersonal dalam olahraga juga dapat terjadi secara face to face, verbal, non-verbal, tertulis, melalui email, atau media komunikasi lainnya. Dasar dari komunikasi interpersonal dalam olahraga melibatkan dua orang dan memiliki dampak pada relasi dari kedua belah pihak tersebut dan aktivitas dalam olahraga (Pederson, Miloch, & Laucella, 2007: 87). Komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet terjadi secara dua arah dan dilakukan untuk mencapai sebuah tujuan yang spesifik, oleh sebab itu untuk mencapai tujuan yang spesifik maka dibutuhkan proses komunikasi yang baik antara keduanya, baik dalam artian yang saling membangun.

B. Tujuan Komunikasi Interpersonal

Ada 6 tujuan komunikasi interpersonal menurut Riswandi (2009: 87), berikut tujuan tersebut:

1. Mengetahui diri sendiri dan orang lain
2. Mengetahui dunia luar
3. Menciptakan dan memelihara hubungan menjadi lebih bermakna
4. Mengubah sikap dan perilaku
5. Bermain dan mencari hiburan
6. Membantu

Adapun tujuan komunikasi interpersonal menurut De Vito adalah:

1. To Learn

Komunikasi interpersonal memungkinkan orang untuk dapat memahami dunia luar, memahami orang lain dan dirinya sendiri. Dengan membicarakan diri sendiri dengan orang lain, seseorang dapat mempelajari dirinya sendiri melalui feedback yang diberikan tentang perasaannya, pemikiran, dan perilakunya. Seseorang juga dapat mengerti dari feedback yang diberikan, bagaimanakah penilaian orang terhadap dirinya

2. To Relate

Salah satu kebutuhan manusia adalah untuk dicintai dan disukai berinteraksi dan membangun relasi yang baik dengan yang lainnya, begitu pula sebaliknya, oleh sebab itu manusia harus membangun relasi yang baik dengan sesamanya,

dan saling berinteraksi, salah satu caranya adalah dengan melakukan komunikasi interpersonal.

3. *To Influence*

Pengaruh sikap dan perilaku dari seseorang kepada orang lainnya dapat melalui komunikasi interpersonal, misalnya orang tersebut ingin mempersuasi orang lain untuk melakukan voting terhadap dirinya, membeli buku baru atau mencoba diet baru. Banyak waktu yang digunakan oleh seseorang untuk melakukan komunikasi interpersonal yang bersifat persuasif. Berdasarkan penelitian yang ada, para peneliti menyimpulkan bahwa setiap komunikasi bersifat persuasif dan setiap tujuan dari berkomunikasi mencari hasil yang bersifat persuasi, contohnya:

- a) *Self presentation*, seseorang merepresentasikan dirinya kepada orang lain, mengenai bagaimana orang itu ingin memiliki imagediri di mata orang tersebut.
- b) *Relationship Goals*, seseorang berkomunikasi untuk membentuk suatu relasi yang sesuai kebutuhannya.
- c) *Instrumental Goals*, seseorang berkomunikasi kepada orang lainnya dengan tujuan orang tersebut melakukan suatu hal yang sesuai keinginannya.

4. *To Play*

Seseorang memerlukan waktu sejenak untuk break dari kejenuhan. Salah satunya dengan melakukan komunikasi interpersonal seperti berbicara

dengan teman mengenai aktivitas akhir minggu, berdiskusi mengenai olahraga atau kencan, bercerita tentang suatu kisah atau lelucon, dan berbicara secara umum untuk menghabiskan waktu.

5. To Help

Dalam kegiatan sehari-hari komunikasi interpersonal dapat digunakan seseorang untuk menolong orang lain, seperti memberikan saran, masukan, nasihat dan sebagainya. Dan hal ini juga dapat terjadi dengan menggunakan media tertentu, seperti email dan lainnya. Keberhasilan dari fungsi komunikasi interpersonal ini untuk menolong tergantung dari skill dan pengetahuan dari komunikasi interpersonal orang yang melakukannya (De Vito, 2007: 7).

Komunikasi yang dimaksud adalah komunikasi dua arah, khususnya antara atlet dengan pelatih. Masalah yang sering timbul dalam hal ini kurang terjalannya komunikasi yang baik antara pelatih dengan atletnya adalah timbulnya salah pengertian yang menyebabkan atlet merasa diperlakukan tidak adil, sehingga tidak mau bersikap terbuka terhadap pelatih. Akibat yang timbul lebih jauh adalah berkurangnya kepercayaan sesama atlet dan terhadap pelatih. Untuk menghindari terjadinya hambatan komunikasi, pelatih perlu menyesuaikan teknik-teknik komunikasi dengan para atlet seraya memperhatikan asas individual. Keterbukaan pelatih dalam hal program latihan akan membantu terjalannya komunikasi yang baik, asalkan dilakukan secara objektif dan konsekuen. Atlet perlu diberi pengertian tentang tujuan program latihan dan fungsinya bagi tiap-tiap individu. Sebelum program latihan dan fungsinya bagi

tiap individu- individu. Sebelum program latihan dijalankan, perlu dijelaskan dan dibuat peraturan mengenai tata tertib latihan dan aturan main lainnya termasuk sanksi yang dikenakan jika terjadi pelanggaran terhadap peraturan yang telah dibuat tersebut. Jadi, menghindari keberlakuan suatu sanksi yang belum pernah diberitahukan sebelumnya.

C. Unsur-Unsur Komunikasi Interpersonal

Menurut Hafied Cangara, (2005: 21) “Komunikasi Interpersonal dapat terjadi jika didukung oleh unsur-unsur komunikasi yaitu :

- (1) sumber,
- (2) pesan
- (3) media,
- (4) penerima,
- (5) efek.
- (6) umpan balik,
- (7) lingkungan.

Uraian diatas dapat dimaknai bahwa komunikasi interpersonal dapat terjadi jika ada sumber yang menjadi pesan/informasi yang akan disampaikan melalui perantara disampaikan kepada penerima. Penerima memahami pesan dan menerjemahkannya sehingga menimbulkan efek yang membuat penerima memberikan tanggapan. Jadi, unsur-unsur tersebut sangat penting keberadaannya, jika salah satu unsur tida ada maka komunikasi interpersonal tidak dapat terjadi.

D. Faktor-Faktor Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal dilakukan dua orang atau lebih yaitu salah satu sebagai komunikator yang berperan menyampaikan pesan sedangkan individu lain sebagai komunikan yang berperan menerima pesan. Komunikasi interpersonal dapat berlangsung dengan baik atau tidak dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor. Faktor-faktor tersebut dijelaskan oleh Jalaludin Rakhmat (2001: 129) yaitu sebagai berikut.

- 1) Percaya (*Trust*)
- 2) Sikap Supportif
- 3) Sikap Terbuka

Banyak penulis yang menulis tentang faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal. Suranto (2011) menulis tentang sumber, encoding, pesan, saluran, penerima, decoding, respon, gangguan dan konteks komunikasi (ruang, waktu, nilai). Ada pula penulis yang memasukkan unsur budaya. Lusa (2009) menulis tentang faktor – faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal adalah latar belakang budaya, ikatan kelompok, harapan, pendidikan, situasi (ekologi, penataan ruang, temporal, susunan perilaku, teknologi, faktor sosial, psikososial dan stimulus).

Pada penelitian ini, pijakan awal untuk melihat hal – hal yang mempengaruhi komunikasi interpersonal adalah Devito (2013). Devito menjelaskan unsur-unsur yang terdapat dalam model komunikasi interpersonal, yaitu:

1. Pengiriman dan Penerimaan Pesan

Dalam proses komunikasi, terdapat proses mengirim dan menerima pesan. Agar komunikasi berjalan lancar, maka individu harus mampu menerjemahkan kembali pesan-pesan yang dikirimkan menjadi ide-ide. Kegagalan komunikasi terjadi ketika pesan-pesan tidak dapat diterima atau diterjemahkan oleh penerima pesan.

2. Kompetensi

Kompetensi interpersonal diperlukan dalam proses komunikasi yang bersifat timbal balik. Kompetensi interpersonal adalah kemampuan penyesuaian diri dalam berkomunikasi berdasarkan pada konteks interaksi dan berdasarkan pada konteks orang yang menjadi teman berkomunikasi.

3. Pesan

Dalam komunikasi pesan harus dikirim dan diterima. Pesan dapat berbentuk suara, gambar, aroma atau gabungan dari semuanya. Selama proses komunikasi terjadi pertukaran umpan balik antar komunikator. Berdasarkan penilaian terhadap umpan balik tersebut, komunikator dapat menyesuaikan, menambah, menguatkan atau mengubah isi suatu pesan.

4. Saluran komunikasi

Saluran komunikasi adalah perantara yang menjadi jalan untuk penyampaian sebuah pesan. Umumnya dalam komunikasi seorang komunikator memberdayakan lebih dari satu saluran secara simultan. Contohnya dalam komunikasi tatap muka, saluran komunikasi terdiri dari saluran suara, visual dan penciuman.

5. *Noise*

Noise adalah segala sesuatu yang dapat mengganggu pengiriman pesan. Terdapat 3 jenis noise, yaitu bersifat fisik, psikologis, dan semantic. Cara untuk mengurangi noise adalah melalui pemilihan kalimat yang efektif, peningkatan kemampuan menerima maupun mengirim pesan, dan peningkatan kemampuan perseptual, pendengaran dan penerimaan umpan balik.

6. Konteks

Konteks memberi pengaruh pada bentuk dan isi komunikasi. Konteks komunikasi sekurangnya memiliki empat dimensi, yaitu dimensi fisik, temporal, sosial psikologis, dan budaya.

7. Dampak

Setiap proses komunikasi selalu memiliki dampak terhadap individu yang terlibat dalam proses komunikasi. Apabila komunikasi memberi dampak pada lingkungan atau konteks, maka dampak itu akan dirasakan pula oleh partisipan.

8. Etika

Etika komunikasi adalah kriteria penilaian baik-buruk berkenaan dengan suatu tindakan komunikasi. Dalam komunikasi interpersonal, yang merupakan perwujudan hubungan antar manusia, mensyaratkan dihormatinya prinsip-prinsip yang terkandung dalam etika komunikasi. Etika komunikasi bergantung pada filsafat hidup dan nilai-nilai yang dimiliki individu, selain itu unsur-unsur umum dapat dijadikan patokan etika dalam berkomunikasi.

1.5.2 Keterampilan Komunikasi Interpersonal

A. Definisi Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Devito (2007) mendefinisikan keterampilan komunikasi interpersonal sebagai kemampuan untuk melakukan komunikasi secara efektif dengan orang lain. Kemampuan ini merupakan ukuran dari kualitas seseorang dalam berkomunikasi interpersonal yang meliputi pengetahuan tentang aturan-aturan dalam komunikasi non-verbal, seperti sentuhan dan kedekatan fisik, juga pengetahuan tentang bagaimana berinteraksi sesuai dengan konteks, memperhatikan orang yang diajak berinteraksi, memperhatikan volume suara.

Penggunaan bahasa yang baik sangat menekankan aspek komunikatif bahasa. Hal itu berarti seseorang individu itu harus memperhatikan sasaran bahasanya yaitu kepada siapa ia mahu berbicara. Oleh sebab itu, aspek umur, agama, status sosial dan latar belakang pendidikan khalayak sasaran tidak boleh diabaikan sama sekali. Misalnya, cara seseorang individu itu berbicara dengan anak kecil sudah tentu berbeda dengan cara ia berbicara dengan orang dewasa.

Komunikasi interpersonal yang efektif dapat dicapai dengan keterampilan komunikasi interpersonal yang baik. Keterampilan komunikasi interpersonal adalah kemampuan untuk melakukan komunikasi secara efektif dengan orang lain (Devito, 2013). Aturan – aturan tersebut berisi etika. Etika tersebut merupakan unsur yang harus diperhatikan dalam keterampilan

komunikasi interpersonal (Devito, 2013). Keterampilan komunikasi interpersonal diperlukan dalam semua jenis komunikasi interpersonal, baik komunikasi langsung maupun tidak langsung.

Menurut Gardner (dalam Suhaimi, dkk, 2014) keterampilan komunikasi interpersonal mengacu pada kemampuan individu untuk berkomunikasi secara kooperatif dalam kelompok, baik verbal maupun non-verbal. Seseorang yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif akan peka terhadap perasaan dan emosi orang lain di sekelilingnya.

B. Jenis-Jenis Keterampilan Komunikasi

Ada beberapa jenis keterampilan komunikasi interpersonal yang perlu dipahami oleh setiap orang dalam menjalankan kehidupan sehari-hari yaitu meliputi keterampilan komunikasi verbal, dan komunikasi non-verbal.

1. Keterampilan komunikasi verbal yaitu kemampuan berbicara (*speaking*) sehingga mampu menjelaskan dan mempresentasikan gagasan dengan jelas kepada lawan bicara. Kemampuan ini meliputi keahlian menyesuaikan cara berbicara kepada komunikan yang berbeda, menggunakan pendekatan dan gaya yang pas, dan memahami pentingnya isyarat non-verbal. Komunikasi ini membutuhkan keterampilan latar belakang (*background skills*) presentasi, pemahaman tentang lawan bicara, mendengarkan secara kritis. Adapun Teknik keterampilan verbal yang harus dikuasai menurut (ngalimun : 2014) adalah sebagai berikut :

- Lafal

Aspek dalam lafal adalah berikut : 1)kejelasan vocal atau konsonan, 2)ketepatan pengucapan, 3)tidak bercampur lafal daerah.

- Intonasi

Penempatan intonasi yang tepat merupakan daya tarik tersendiri dalam kegiatan komunikasi, bahkan merupakan salah satu faktor penentu dalam keefektifan komunikasi. Suatu cerita akan menjadi kurang menarik apabila penyampaiannya kurang menarik pula. Aspek dalam intonasi adalah berikut : 1)tinggi rendah suara, 2)tekanan suku kata, 3)nada atau Panjang pendek tempo.

- Kosakata atau kalimat

Untuk mengawali sebuah komunikasi dibuka dengan kalimat pembuka kemudian harus ada isi dari komunikasi tersebut dan dibuat suatu kesimpulan serta diakhiri dengan penutup. Aspek dalam kosakata ini adalah berikut : 1)jumlah kosakata, 2)terdapat kalimat pembuka, isi, kesimpulan dan penutup, 3)saling koherensi

- Hafalan

Kelancaran seseorang dalam berbicara akan memudahkan pendengar menangkap isi pembicaraannya. Aspek dalam hafalan adalah berikut: 1)kelancaran, 2)teratur dan urutan, 3)kesesuaian hal yang dikomunikasikan.

2. Keterampilan komunikasi tulisan (*written communication*)

Keterampilan komunikasi tulisan yaitu kemampuan menulis secara efektif dalam konteks dan untuk beragam pembaca dan tujuan. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menulis dengan gaya dan pendekatan yang berbeda untuk pembaca atau media yang berbeda. Kemampuan komunikasi tulisan juga termasuk keterampilan komunikasi elektronik seperti menulis sms, menulis dan mengirimkan email, terlibat di “forum diskusi online” (*discussion boards*), ruang chatting, dan pesan instan. Komunikasi ini memerlukan background skills seperti penulisan akademis, keahlian revisi dan penyuntingan (*editing*), membaca kritis, dan presentasi data.

3. Komunikasi non-verbal

menurut para ahli komunikasi non-verbal adalah komunikasi yang tidak menggunakan kata-kata (Adityawarman : 2000). Sedangkan Resberry (2004) berpendapat bahwa komunikasi nonverbal merupakan suatu tindakan dan perilaku manusia serta memiliki makna.

Kemudian, menurut Atep Adya Barata menyampaikan bahwa: “Komunikasi non verbal adalah komunikasi yang diungkapkan lewat objek di setiap kategori lainnya (*the object language*), komunikasi menggunakan gerak (*gesture*) sebagai sinyal (*sign language*), serta komunikasi melalui tindakan atau gerakan tubuh (*action language*). keterampilan komunikasi non-verbal (*non-verbal communication*) yaitu kemampuan memperkuat ekspresi ide dan konsep melalui penggunaan

bahasa tubuh (*body language*), gerak isyarat (*gesture*), ekspresi wajah. Adapun Teknik keterampilan non-verbal yang harus dikuasai menurut (ngalimun : 2014) adalah sebagai berikut :

- Mimik atau ekspresi

Mimic muka dapat menunjang dalam keefektifan berkomunikasi karena dapat berfungsi membentuk, memperjelas atau menghidupkan komunikasi. Gerak-gerak dan mimic yang tepat dapat menunjang keefektifan berkomunikasi. Yang termasuk dalam aspek mimic adalah : 1)gestur atau gerak tubuh, 2)ekspresi wajah, 3)penjiwaan.

4. Etika

Hakikat dan peranan etika dalam komunikasi yaitu proses dalam menyampaikan pesan dari komunikator kepada komunikan dengan mempunyai maksud dan makna. Artinya, dalam menyampaikan pesan tersebut perlu adanya etika atau aturan. Hal ini agar pesan komunikasi yang ingin disampaikan memiliki kesamaan makna baik dari komunikator maupun komunikan. Oleh karena itu, peran etika dalam komunikasi sangat diperlukan mengingat manusia adalah makhluk beretika dan berkomunikasi. Etika adalah sebuah aturan yang mengatur manusia agar hidup sesuai dengan norma-norma dan adat kebiasaan. Contoh Teknik komunikasi yang baik :

- Menggunakan kata dan kalimat yang baik menyesuaikan dengan lingkungan
- Gunakan kata yang mudah dimengerti oleh lawan bicara

- Menatap mata lawan bicara dengan lembut
- Memberikan ekspresi wajah yang ramah dan murah senyum
- Gunakan Gerakan tubuh / gestur yang sopan dan wajar
- Bertingkah laku yang baik dan ramah terhadap lawan bicara
- Memakai pakaian yang rapi, menutup aurat dan sesuai sikon
- Tidak mudah terpancing emosi lawan bicara
- Menerima segala perbedaan pendapat atau perselisihan yang terjadi
- Mampu menempatkan diri dan menyesuaikan gaya komunikasi sesuai dengan karakteristik lawan bicara
- Menggunakan volume, nada, intonasi suara serta kecepatan bicara yang baik
- Menggunakan komunikasi non verbal yang baik sesuai budaya yang berlaku seperti berjabat tangan, merunduk, hormat dan lain sebagainya.

1.5.3 Ketangguhan Mental

A. Definisi Ketangguhan Mental

Ketangguhan mental merupakan istilah yang digunakan untuk menjelaskan karakteristik mental superior seorang atlet. (Gucciardi et. al: 2008) menjelaskan ketika kemampuan fisik, teknik, dan taktis yang dimiliki cenderung sama, ketangguhan mental merupakan pembeda antara atlet “baik” dengan atlet “hebat”. Gucciardi et.al. (2008) mendefinisikan ketanggungan mental dengan:

Mental toughness is a of values, attitude, behaviors, and emotions that enables you to preserve and overcome any obstacle, adversity, of pressure experienced, but also to maintain concentration and motivation

when things are going well to consistently achieve your goals. (gucciardi et.al. 2008,p.278)

Gucciardi et.al. (2008) melakukan penelitian ketangguhan mental dalam konteks olahraga beregu yaitu football (gucciardi menggunakan australian-rules football). Dalam penelitiannya, gucciardi et.al. (2008) melakukan wawancara dengan sebelas pelatih berpengalaman pada tingkat elit. Data verbatim yang diperoleh kemudian menganalisis dan menghasilkan tiga kategori utama dalam memahami ketangguhan mental. Kategori pertama adalah *characteristic*, kategori ini terdiri atas sebelas karakteristik yang dianggap sebagai kunci ketangguhan mental (*selfbelief*, etos kerja, nilai personal, *self-motivated*, *tough attitude*, konsentrasi, resiliensi, *handling pressure*, kecerdasan emosional, *sport intelligence*, dan ketangguhan fisik). Dua kategori lain yaitu situasi dan perilaku. Ketiga kategori tersebut mampu memberikan pemahaman hubungan antara karakteristik utama dengan proses (situasi dan perilaku)

Situasi merupakan situasi yang memberikan tuntutan tinggi akan ketangguhan mental seperti ketika dalam keadaan cedera, sedang menjalani masa rehabilitasi cedera, persiapan untuk latihan dan kompetisi, tantangan di dalam dan di luar lapangan, tekanan sosial, serta tekanan internal (misalnya kelelahan dan kurang percaya diri) dan tekanan eksternal (misalnya lingkungan dan situasi ketika bertanding, variabel pertandingan (suporter), dan resiko fisik. Situasi ini merupakan faktor yang mempengaruhi atau keadaan yang membutuhkan ketangguhan mental.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa ketangguhan mental merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang di alami. Atlet mampu untuk tetap mempertahankan konsentrasi dan motivasi saat situasi normal dan menguntungkan.

B. Dimensi Ketangguhan Mental

Gucciardi et.al. (2008) mengatakan bahwa penelitian tentang ketangguhan mental relatif baru dan sedang berkembang. Hal ini dapat dilihat pada variasi hasil penelitian yang dipublikasi (misalnya Clough & Earle, 2000; Bull et.al. , 2005; Middleton, Marsh, Martin, Richards, & Perry, 2004; Gucciardi et.al., 2008). Namun, dalam penelitian yang telah dilakukan diperoleh beberapa dimensi yang sama seperti *self-belief*, fokus dengan konsentrasi, motivasi, *thriving on competition*, resiliensi, *handling pressure*, sikap positif, persiapan yang berkualitas, *goalsetting, determination and perseverance*, dan komitmen (Gucciardi et.al., 2008).

Penelitian ini menggunakan dimensi ketangguhan mental yang dirumuskan oleh Gucciardi et.al. (2009). Keempat dimensi tersebut yaitu:

1. *Thrive through challenge*, yaitu perilaku dan sikap untuk mampu menghadapi suatu tantangan yang berasal dari tekanan internal dan eksternal. Dimensi ini terdiri atas tujuh atribut, yaitu :

(a) *belief in physical and mental ability*, atlet memiliki *self-belief* atas kemampuan fisik dan mental untuk mampu bangkit ketika di dalam tekanan.

(b) *skill execution under pressure*, atlet mampu menunjukkan skill dalam keadaan tertekan.

(c) *pressure as challenge*, atlet menerima setiap tekanan yang diterima sebagai tantangan terhadap kemampuan diri.

(d) *competitiveness*, atlet memiliki hasrat kompetitif untuk menjadi yang terbaik.

(e) *bounce back*, atlet memiliki kemampuan untuk bangkit dari kesulitan dengan etos kerja dan tekad.

(f) *concentration*, atlet mampu fokus dan konsentrasi pada tujuan yang ingin di capai.

(g) *persistence*, atlet tekun dan memiliki tekad yang kuat untuk sukses.

2. *Sport awareness*, yaitu perilaku, sikap dan nilai yang relevan dengan performa individual atau tim. Dimensi ini terdiri dari atas enam atribut, yaitu :

(a) *aware of individual roles*, atlet memiliki kesadaran dan menerima tanggung jawab individual dalam tim.

(b) *understand pressure*, atlet mampu memahami setiap tekanan yang diterima di dalam dan diluar pertandingan.

(c) *acceptance of team role*, atlet menerima dan memahami tanggung jawab sebagai bagian sebuah team dan mendahului kepentingan tim diatas kepentingan pribadi.

(d) *personal value*, atlet memiliki dan berpedoman pada nilai kehidupan yang dimiliki untuk menjadi atlet dan pribadi unggul;

(e) *make sacrifice*, atlet menyadari pengorbanan merupakan usaha untuk meraih kesuksesan tim dan personal.

(f) *accountability*, atlet bertanggung jawab atas semua perilaku dan tidak mencari alasan ketika gagal.

3. *Tough attitude*, yaitu perilaku dan sikap yang mendasar untuk menghadapi tekanan dan tantangan yang bersifat positif maupun negatif. Definisi ini terdiri atas lima atribut, yaitu

(a) *distractible*, atlet mudah teralihkan ditandai oleh perilaku yang tidak menentu, sporadis dan tidak terkendali.

(b) *disicpline*, atlet memiliki disiplin dalam perilaku.

(c) *give in to challenges*, atlet mudah menyerah dalam menghadapi beragam tantangan.

(d) *physical fatigue and performance*, atlet mampu menampilkan yang terbaik pada sesi latihan dan pertandingan meski mengalami kelelahan.

(e) *niggly injuries and performance*, atlet mampu menampilkan yang terbaik dalam latihan meski mengalami cedera.

4. *Desire succes*, yaitu perilaku, sikap, dan nilai yang dihubungkan dengan pencapaian atau keberhasilan. Dimensi ini terdiri lima atribut, yaitu :

(a) *understanding the game*, atlet mengetahui dan memahami aturan permainan secara utuh;

(b) *sacrifes as part of success*, atlet memahami pengorbanan adalah bagian dari kesuksesan;

(c) *desire team success*, atlet memiliki keinginan untuk menjadi bagian dari keuksesan.

(d) *vision of success*, atlet memiliki visi yang jelas untuk kesuksesan dan mampu menerapkannya dalam tindakan; dan

(e) *enjoy 50/50 situations*, atlet menikmati situasi yang memiliki peluang kuat.

Beberapa penelitian tentang ketangguhan mental belum mampu menghasilkan dimensi yang sama dengan penelitian lain (lihat bull et.al., 2005; middleton et.al., 2004; gucciardi et.al., 2008; jones, 2002; loehr dalam

newland, 2009) hal ini disebabkan karena ketangguhan mental merupakan variabel baru dalam kajian psikologi olahraga (gucciardi et.al., 2008) dalam usaha mencapai kesamaan persepsi maka dalam penelitian ini menggunakan keempat dimensi tersebut.

C. Faktor yang mempengaruhi Ketangguhan Mental

Penelitian tentang ketangguhan mental terlalu berfokus pada gagasan tentang *adversity* dan bagaimana setiap karakteristik dapat digunakan sebagai modal untuk menghadapi dan mengatasi *adversity* tersebut (gucciardi et.al., 2008). Nicholls et.al. (2009) menemukan bahwa *achievement level*, jenis kelamin, usia, pengalaman, dan jenis olahraga turut mempengaruhi ketangguhan mental. Gucciardi et.al. (2008) menemukan terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi atau situasi yang membutuhkan ketangguhan mental, yakni situasi umum dan situasi kompetitif. Situasi umum terdiri atas lima faktor, yakni :

1. Cedera dan rehabilitas

Faktor ini berkaitan dengan cedera yang dialami dan proses rehabilitasi. Cedera yang dialami menyebabkan perubahan rutinitas dan memaksa seorang atlet harus mengkaji ulang dan membuat penyesuaian yang dibutuhkan.

2. Persiapan

Faktor ini berkaitan dengan semua persiapan terhadap latihan dan kompetisi (mis, diet dan etos kerja) yang 24 bertujuan untuk

melakukan kegiatan lebih baik dan di atas rata-rata orang lain yang mampu bermain dengan kemampuan terbaik.

3. Bentuk tantangan

Faktor ini berkaitan dengan performa, baik secara individu maupun tim, saat keadaan baik (mis, ketinggal dan tampil di bawah performa).

4. Tekanan sosial

Faktor ini berkaitan dengan tekanan teman dan lingkungan sosial (misalnya, ajakan untuk menggunakan narkoba atau mabuk) yang memungkinkan atlet kehilangan kontrol atas diri dan olahraga yang ditekuni.

5. Komitmen yang seimbang

Faktor ini berkaitan dengan komitmen atlet yang seimbang antara olahraga yang ditekuni dengan kehidupan diluar olahraga (mis, berhubungan dengan lawan jenis,dan media) terutama berhubungan dengan manajemen waktu dan disiplin. Gucciardi et.al. & dimmock (2014) menyebutkan faktor lain adalah situasi kompetitif. Faktor ini terdiri atas tekanan eksternal dan internal. Tekanan internal adalah tekanan yang berasal dari atlet seperti kelelahan ketika *self-belief* atlet berkurang. Tekanan eksternal adalah tekanan yang berasal dari luar atlet, terdiri atas: (1) kondisi lingkungan ketika bermain, faktor ini berkaitan dengan keadaan lingkungan dan kondisi saat

suatu pertandingan berlangsung (mis, bermain sebagai tim tamu, penonton, cuaca, dan keputusan wasit); (2) variabel pertandingan, faktor ini merupakan beberapa variabel pertandingan seperti, (a) mendapat tantangan secara individual oleh lawan; (b) resiko fisik seperti cedera; dan (c) ketika sedang unggul dan bermain baik.

1.5.4 Teori Pengaruh Keterampilan Komunikasi Interpersonal Terhadap Ketangguhan Mental Atlet

Devito (2013) mendefinisikan keterampilan komunikasi interpersonal sebagai kemampuan untuk melakukan komunikasi secara efektif dengan orang lain. Kemampuan ini merupakan ukuran dari kualitas seseorang dalam berkomunikasi interpersonal yang meliputi pengetahuan tentang aturan-aturan dalam komunikasi non-verbal, seperti sentuhan dan kedekatan fisik, juga pengetahuan tentang bagaimana berinteraksi sesuai dengan konteks, memperhatikan orang yang diajak berinteraksi, memperhatikan volume suara.

Menurut Middleton, Marsh, Martin, Richards dan Perry (2004) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi ketangguhan mental adalah *self efficacy*. *Self efficacy* juga dapat diperoleh, diperkuat, atau di lemahkan melalui persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi (dalam Alwisol, 2008 hal.305). Morris (2004 h.179) menyatakan bahwa persuasi verbal dari pelatih

merupakan teknik yang efektif untuk meningkatkan keyakinan atlet terhadap kemampuannya. Namun dalam prosesnya bisa saja terjadi hambatan dalam proses komunikasi apakah tujuan pesan dapat diterima dengan baik atau tidak. Menurut Bandura dalam Krisniawan ada beberapa factor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi interpersonal, yaitu : “*trust*, perilaku sportif, sikap terbuka dan *self efficacy*” (2014 : 4). Berdasarkan pendapat ini bisa di pahami bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan komunikasi interpersonal adalah efikasi diri.

1.5.5 Definisi Konseptual

Pengertian denfinisi konseptual adalah batasan tentang pengertian yang diberikan peneliti tentang variabel-variabel (konsep) yang hendak diukur, diteliti dan digali datanya (Hamidi,2007: 141). Adapun penelitian ini yang termaksud dalam definisi konseptual adalah:

a. Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Seseorang yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif akan peka terhadap perasaan dan emosi orang lain di sekelilingnya. Kemampuan ini merupakan ukuran dari kualitas seseorang dalam berkomunikasi interpersonal yang meliputi pengetahuan tentang aturan – aturan dalam komunikasi non verbal, seperti sentuhan dan kedekatan fisik, pengetahuan tentang berinteraksi sesuai konteks, memperhatikan orang yang diajak berkomunikasi, memperhatikan volume suara (Devito, 2013).

b. Ketangguhan Mental

Ketangguhan mental merupakan kumpulan nilai, sikap, perilaku dan emosi yang membuat atlet mampu bertahan dan melalui beragam hambatan, kesusahan, atau tekanan yang dialami. Begitu juga atlet mampu untuk tetap mempertahankan konsentrasi dan motivasi saat situasi normal (Gucciardi et.al., 2008).

1.5.6 Definisi Operasional

A. Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Untuk mengetahui keterampilan komunikasi interpersonal pelatih. Maka digunakan empat kualitas umum sebagai berikut:

a. Keterampilan Komunikasi Verbal

Keterampilan komunikasi verbal yaitu kemampuan berbicara (*speaking*) sehingga mampu menjelaskan dan mempresentasikan gagasan dengan jelas kepada lawan bicara. Kemampuan ini meliputi keahlian menyesuaikan cara berbicara kepada komunikan yang berbeda, menggunakan pendekatan dan gaya yang pas, dan memahami pentingnya isyarat non-verbal. Komunikasi ini membutuhkan keterampilan latar belakang (*background skills*) presentasi, pemahaman tentang lawan bicara, mendengarkan secara kritis

b. Keterampilan komunikasi tulisan (*written communication*)

Keterampilan komunikasi tulisan yaitu kemampuan menulis secara efektif dalam konteks dan untuk beragam pembaca dan tujuan. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menulis dengan gaya dan pendekatan yang berbeda untuk pembaca atau media yang berbeda.

Kemampuan komunikasi tulisan juga termasuk keterampilan komunikasi elektronik seperti menulis sms, menulis dan mengirimkan email, terlibat di “forum diskusi online” (*discussion boards*), ruang chatting, dan pesan instan. Komunikasi ini memerlukan *background skills* seperti penulisan akademis, keahlian revisi dan penyuntingan (*editing*), membaca kritis, dan presentasi data.

c. Komunikasi non-verbal

menurut para ahli komunikasi non-verbal adalah komunikasi yang tidak menggunakan kata-kata (Adityawarman : 2000). Sedangkan Resberry (2004) berpendapat bahwa komunikasi nonverbal merupakan suatu tindakan dan perilaku manusia serta memiliki makna.

Kemudian, menurut Atep Adya Barata menyampaikan bahwa: “Komunikasi non verbal adalah komunikasi yang diungkapkan lewat objek di setiap kategori lainnya (*the object language*), komunikasi menggunakan gerak (*gesture*) sebagai sinyal (*sign language*), serta komunikasi melalui tindakan atau gerakan tubuh (*action language*). keterampilan komunikasi non-verbal (*non-verbal communication*) yaitu kemampuan memperkuat ekspresi ide dan konsep melalui penggunaan bahasa tubuh (*body language*), gerak isyarat (*gesture*), ekspresi wajah.

d. Etika

Hakikat dan peranan etika dalam komunikasi yaitu proses dalam menyampaikan pesan dari komunikator kepada komunikan dengan

mempunyai maksud dan makna. Artinya, dalam menyampaikan pesan tersebut perlu adanya etika atau aturan. Hal ini agar pesan komunikasi yang ingin disampaikan memiliki kesamaan makna baik dari komunikator maupun komunikan. Oleh karena itu, peran etika dalam komunikasi sangat diperlukan mengingat manusia adalah makhluk beretika dan berkomunikasi. Etika adalah sebuah aturan yang mengatur manusia agar hidup sesuai dengan norma-norma dan adat kebiasaan.

B. Ketangguhan Mental

Penelitian ini menggunakan dimensi ketangguhan mental yang dirumuskan oleh gucciardi at.al. (2009). Keempat dimensi tersebut yaitu:

1. *Thrive through challenge*, yaitu perilaku dan sikap untuk mampu menghadapi suatu tantangan yang berasal dari tekanan internal dan eksternal. Dimensi ini terdiri atas tujuh atribut, yaitu :
 - (a) *belief in physical and mental ability*, atlet memiliki *self-belief* atas kemampuan fisik dan mental untuk mampu bangkit ketika di dalam tekanan.
 - (b) *skill execution under pressure*, atlet mampu menunjukkan skill dalam keadaan tertekan.
 - (c) *pressure as challenge*, atlet menerima setiap tekanan yang diterima sebagai tantangan terhadap kemampuan diri.
 - (d) *competitiveness*, atlet memiliki hasrat kompetitif untuk menjadi yang terbaik.

(e) *bounce back*, atlet memiliki kemampuan untuk bangkit dari kesulitan dengan etos kerja dan tekad.

(f) *concentration*, atlet mampu fokus dan konsentrasi pada tujuan yang ingin di capai.

(g) *persistence*, atlet tekun dan memiliki tekad yang kuat untuk sukses.

2. *Sport awareness*, yaitu perilaku, sikap dan nilai yang relevan dengan performa individual atau tim. Dimensi ini terdiri dari atas enam atribut, yaitu :

(a) *aware of individual roles*, atlet memiliki kesadaran dan menerima tanggung jawab individual dalam tim.

(b) *understand pressure*, atlet mampu memahami setiap tekanan yang diterima di dalam dan diluar pertandingan.

(c) *acceptance of team role*, atlet menerima dan memahami tanggung jawab sebagai bagian sebuah team dan mendahului kepentingan tim diatas kepentingan pribadi.

(d) *personal value*, atlet memiliki dan berpedoman pada nilai kehidupan yang dimiliki untuk menjadi atlet dan pribadi unggul;

(e) *make sacrifice*, atlet menyadari pengorbanan merupakan usaha untuk meraih kesuksesan tim dan personal.

(f) *accountability*, atlet bertanggung jawab atas semua perilaku dan tidak mencari alasan ketika gagal.

3. *Tough attitude*, yaitu perilaku dan sikap yang mendasar untuk menghadapi tekanan dan tantangan yang bersifat positif maupun negatif. Definisi ini terdiri atas lima atribut, yaitu
- (a) *distractible*, atlet mudah teralihkan ditandai oleh perilaku yang tidak menentu, sporadis dan tidak terkendali.
 - (b) *discipline*, atlet memiliki disiplin dalam perilaku.
 - (c) *give in to challenges*, atlet mudah menyerah dalam menghadapi beragam tantangan.
 - (d) *physical fatigue and performance*, atlet mampu menampilkan yang terbaik pada sesi latihan dan pertandingan meski mengalami kelelahan.
 - (e) *niggly injuries and performance*, atlet mampu menampilkan yang terbaik dalam latihan meski mengalami cedera.
4. *Desire succes*, yaitu perilaku, sikap, dan nilai yang dihubungkan dengan pencapaian atau keberhasilan. Dimensi ini terdiri lima atribut, yaitu :
- (a) *understanding the game*, atlet mengetahui dan memahami aturan permainan secara utuh;
 - (b) *sacrifies as part of success*, atlet memahami pengorbanan adalah bagian dari kesuksesan;
 - (c) *desire team success*, atlet memiliki keinginan untuk menjadi bagian dari kesuksesan.
 - (d) *vision of success*, atlet memiliki visi yang jelas untuk kesuksesan dan mampu menerapkannya dalam tindakan; dan

(e) *enjoy 50/50 situations*, atlet menikmati situasi yang memiliki peluang kuat.

1.5.7 Hipotesis

Ha : $b_i \neq 0$, artinya keterampilan komunikasi interpersonal pelatih mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap ketangguhan mental atlet.

Ho : $b_i = 0$, artinya keterampilan komunikasi interpersonal pelatih tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap ketangguhan mental atlet.

Yang berarti dimana adanya pengaruh yang signifikan antara keterampilan komunikasi pelatih terhadap ketangguhan mental atlet. Semakin tinggi pengetahuan keterampilan komunikasi interpersonal seorang pelatih, maka semakin tinggi juga pengaruh yang diberikan terhadap ketangguhan mental yang dimiliki seorang atlet. Dan begitupun sebaliknya, apabila pengetahuan keterampilan komunikasi interpersonal seorang pelatih sangat rendah, maka pengaruh yang diberikan terhadap ketangguhan mental yang dimiliki seorang atlet akan rendah rendah pula.

1.5.8 Model Penelitian

A. Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,2009: 60). Jadi yang dimaksud dengan variabel penelitian dalam penelitian ini adalah segala sesuatu sebagai objek penelitian yang ditetapkan dan dipelajari sehingga memperoleh informasi untuk menarik kesimpulan.

Sugiyono (2009: 61) menyampaikan bahwa variabel penelitian dalam penelitian kuantitatif dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

1. Variabel bebas (*independen variable*)

Variabel bebas, merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat). Variabel bebas (X) pada penelitian ini adalah keterampilan komunikasi interpersonal.

2. Variabel terikat (*dependent variable*)

Variabel terikat, merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah ketangguhan mental atlet.

B. Instrumen Penelitian

Pada sebuah penelitian diperlukan sebuah alat ukur. Alat ukur dalam sebuah penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian. Jadi pengertian instrumen menurut Sugiyono (2012: 148) adalah “Suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati.”

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk angket atau kuisioner. Angket merupakan suatu cara pengumpulan data atau suatu

penelitian mengenai suatu masalah yang umumnya banyak menyangkut kepentingan umum. Menurut Sugiyono (2012: 199) “Kuisisioner merupakan merupakan Teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk menjawabnya”.

1.5.9 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuisisioner. Angket atau kuisisioner menurut Suharsimi Arikunto (1998: 140) yaitu merupakan sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadi atau hal-hal yang diketahui.

Angket atau kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini tertutup karena sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih, dengan kuisisioner langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam kuisisioner ini menggunakan modifikasi skala *likert* dengan 4 pilihan jawaban yaitu, selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah. Dalam angket ini disediakan empat alternatif jawaban yaitu: Sangat setuju (SS) dengan skor 4, setuju (S) dengan skor 3, tidak setuju (TS) dengan skor 2, sangattidak setuju (STS) dengan skor 1. Dalam skala likert yang asli tingkat kesetujuan responden terhadap statement dalam angket diklasifikasikan sebagai berikut:

SA : Strong Agree	= Sangat Setuju
A : Agree	= Setuju
DA : Disagree	= Tidak Setuju
SDA : Strongly Disagree	= Sangat tidak setuju

Menurut Sutrisno Hadi (1991: 19-20) modifikasi terhadap skala *likert* dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang terkandung oleh skala lima tingkat, dengan alasan-alasan seperti yang dikemukakan di bawah ini:

Modifikasi skala *likert* meniadakan kategori jawaban yang ditengah berdasarkan tiga alasan: pertama kategori undecided itu mempunyai arti ganda, bisa diartikan belum dapat memutuskan atau memberi jawaban (menurut konsep aslinya), bisa juga diartikan netral, setuju tidak, tidak setuju pun tidak, atau bahkan ragu-ragu. Kategori jawaban yang ganda arti (*multi interpretable*) ini tentu saja tidak diharapkan dalam suatu instrumen. Kedua, tersedianya jawaban ke tengah (*central tendency effect*), terutama bagi mereka yang ragu-ragu atas arah kecenderungan pendapat responden, kearah setuju atau kearah tidak setuju. jika disediakan kategori jawaban itu akan menghilangkan banyak data penelitian sehingga mengurangi banyaknya informasi yang dapat dijangkau para responden.

Untuk menghindari kelemahan dan kekurangan penggunaan metode angket ini, perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Penggunaan metode angket dilengkapi dengan metode pengumpul data yang lain dan perlu dijelaskan pada responden tentang maksud dan tujuan angket yang diberikan agar informasi yang diberikan benar-benar objektif dan data yang digunakan tidak memberatkan responden atau tidak bersifat memaksa.
- b. Adapun pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam pertanyaan ini digunakan untuk memperoleh tentang keterampilan komunikasi interpersonal pelatih dan pemain terhadap ketangguhan mental atlet.

Langkah awal yang dilakukan peneliti untuk dapat mengumpulkan data dari subjek penelitian yang telah ditentukan yaitu dengan membuat panduan yang dijadikan alat penelitian sebagai berikut:

a. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen keterampilan komunikasi interpersonal

Tabel 1.1

variabel	Dimensi	indikator	butir	juml ah
Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pelatih	Komunikas i Verbal	1. Pelatih menggunaka n kata-kata dan kalimat yang mudah di pahami saat memberikan	1,2	2

		instruksi di dalam latihan		
		2. Pelatih terkadang menggunakan bahasa candaan ketika berbicara (ok, sip, bro, dll)	4,6,8	3
		3. Pelatih memberikan masukan dengan kata-kata dan kalimat yang mudah di pahami setiap kali atlet menghadapi kesulitan saat latihan	7,8	2
	Komunikasi Tulisan	1. Pelatih menggunakan tulisan untuk menegur kesalahan atlet	9,10	2

		2. Pelatih menggunakan tulisan pada saat menjelaskan materi latihan	11,12, dan 13	3
	Komunikasi Non-Verbal	1. Pelatih menggunakan isyarat tangan ketika memberi instruksi latihan dilapangan (seperti naik turun tangan (<i>slow</i>))	14,15	2
		2. Pelatih menggunakan intonasi suara yang rendah dan tinggi pada situasi tertentu	3, 4, 5, 6	4

		3. Pelatih mampu menyesuaikan ekspresi wajahnya dengan tepat pada saat menyampaikan instruksi kepada atlet	16, 17	2
	Etika	1. menunjukkan minat terhadap hal yang disukai atlet	18, 19	2
		2. Menghormati dan menghargai atlet	20, 21, 22, 23,	4

Kisi – kisi ketangguhan mental :

Tabel 1.2

variabel	Dimensi	indikator	butir	jumlah
Ketangguhan Mental	Perilaku dan sikap untuk menghadapi tantangan yang berasal dari tekanan internal dan eksternal	a. Atlet memiliki <i>self belief</i> atas kemampuan fisik dan mental untuk mampu bangkit ketika di dalam tekanan	1, 29	2
		b. Atlet mampu menunjukkan skill dalam keadaan tertekan	5, 9, 31, 33	4

		c. Atlet menerima setiap tekanan yang diterima sebagai tantangan terhadap kemampuan diri	13, 35	2
		d. Atlet memiliki hasrat kompetitif untuk menjadi yang terbaik	17, 39	2
		e. Atlet memiliki kemampuan untuk bangkit dari kesulitan dengan etos kerja dan tekad	21, 43	2
		f. Atlet mampu fokus dan konsentrasi pada tujuan yang ingin di capai	25, 45	2

		g. Atlet tekun dan memiliki tekad yang kuat untuk sukses	27, 47	2
	Perilaku, sikap, dan nilai yang relevan dengan performa individual atau tim	a. atlet memiliki kesadaran dan menerima tanggung jawab individual dalam tim	2, 26	2
		b. atlet mampu memahami setiap tekanan yang diterima di dalam dan diluar pertandingan	6,32	2
		c. atlet menerima dan memahami tanggung jawab sebagai bagian sebuah team dan mendahului kepentingan tim	10, 34	2

		diatas kepentingan pribadi		
		d. atlet memiliki dan berpedoman pada nilai kehidupan yang dimiliki untuk menjadi atlet dan pribadi unggul	14, 36	2
		e. atlet menyadari pengorbanan merupakan usaha untuk meraih kesuksesan tim dan personal	18, 40	2

		f. atlet bertanggung jawab atas semua perilaku dan tidak mencari alasan ketika gagal	22, 44	2
	Perilaku dan sikap yang mendasar untuk menghadapi tekanan dan tantangan yang bersifat positif	a. atlet mudah teralihkan ditandai oleh perilaku yang tidak menentu, sporadis dan tidak terkendali	3, 23	2
		b. atlet memiliki sikap disiplin dalam berperilaku	7, 28	2
		c. atlet mudah menyerah dalam menghadapi beragam tantangan	11, 37	2

		d. atlet mampu menampilkan yang terbaik pada sesi latihan dan pertandingan meski mengalami kelelahan	15,41	2
		e. atlet mampu menampilkan yang terbaik dalam latihan meski mengalami cedera	19,46	2
	Perilaku, sikap, dan	a. atlet mengetahui dan memahami aturan permainan secara utuh	4,24	2

	nilai yang dihubungkan dengan pencapaian dan keberhasilan	b. atlet memahami pengorbanan adalah bagian dari kesuksesan	8,30	2
		c. atlet memiliki keinginan untuk menjadi bagian dari kesuksesan	12,38	2
		d. atlet memiliki visi yang jelas untuk kesuksesan dan mampu menerapkannya dalam tindakan	16,42	2
		e. atlet menikmati situasi yang memiliki peluang kuat	20,48	2

1.6 Metode Penelitian

1.6.1 Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini akan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2008), metode kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklasifikasikan, konkrit, teramati dan terukur, hubungan variabelnya bersifat sebab akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik.

1.6.2 Tipe Penelitian

Dalam penelitian ini akan menggunakan penelitian eksplanatif. Penelitian eksplanatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk menerangkan, menguji hipotesis dari variabel-variabel penelitian. Fokus penelitian ini adalah analisis hubungan-hubungan antara variabel (singarimbun,1981).

Penelitian eksplanatif memerlukan perencanaan. Perencanaan sangat diperlukan agar uraian tersebut benar-benar sudah mencakup seluruh persoalan dalam setiap fasenya. Perumusan persoalan yang tepat akan menunjukkan informasi macam apa yang sebenarnya diperlukan.

1.6.3 Populasi dan Sampel

Dalam penelitian ini, sampel yang dipergunakan untuk memperoleh tentang keterampilan komunikasi interpersonal pelatih dan anggota tim basket terhadap performa saat bertanding adalah:

a. Populasi

Menurut Sugiyono (2009: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan. Pada penelitian ini populasinya adalah atlet putra di tim basket UMY yang berjumlah 60 orang.

b. Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 17) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling*. *Total Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil *total sampling* karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah semua atlet putra yang tergabung di tim basket Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk menjawabnya.”

1.6.4 Uji validitas dan Reliabilitas

Setelah penetapan dan penyusunan angket selesai dilakukan maka selanjutnya adalah uji coba angket. Kegiatan ini penting dilakukan oleh peneliti untuk menilai angket yang telah disusunnya. Alat ukur (angket) diuji cobakan kepada tim UKM sepak bola Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang memiliki karakteristik sama dengan responden yang sebenarnya. Uji coba alat ini dilakukan dengan maksud mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat pengumpul data.

Setelah uji coba dilaksanakan, selanjutnya dilakukan analisis statistik dengan tujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumennya, sehingga hasil penelitian yang dimaksudkan betul-betul dapat dipertanggung jawabkan.

a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan dan kesahihan suatu instrumen. Instrumen dinyatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur. Rumus yang digunakan untuk menguji validitas menggunakan Confirmatory Factor Analysis dengan formula sebagai berikut:

Indikator = Variabel Laten + Kesalahan Pengukuran

$$X_i \text{ atau } Y_i = \lambda_i \text{ Variabel laten} + e_i$$

di mana:

X_i = Indikator variabel laten eksogen

Y_i = Indikator variabel laten endogen

λ_i = (lambda) koefisien muatan faktor atau koefisien bobot

faktor (factor loadings)

e_i = kesalahan pengukuran (measurement error)

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada pengertian bahwa instrumen yang digunakan dapat mengukur sesuatu yang diukur secara konsisten dari waktu ke waktu. Syarat kualifikasi suatu instrumen pengukur adalah konsisten, keajegan, atau tidak berubah-ubah (Saifuddin Azwar, 2012: 110). Instrumen yang diuji reliabilitasnya adalah instrumen yang dibuat oleh peneliti. Dalam hal ini instrumen tersebut adalah instrumen konteks, masukan, proses dan hasil.

Reliabilitas ditentukan atas dasar proporsi varian total yang merupakan varian total sebenarnya. Makin besar proporsi tersebut berarti makin tinggi reliabilitasnya. Untuk menguji reliabilitas instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini digunakan rumus koefisien Alpha karena skor pada butir-butir instrumen merupakan skor bertingkat yaitu antara 1 sampai 4 atau 1 sampai 5. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 164), instrumen yang berbentuk *multiple choice* (pilihan ganda) maupun skala bertingkat maka reliabilitasnya dihitung dengan menggunakan rumus Alpha. Rumus tersebut adalah:

$$r_{ii} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{ii} : Reliabilitas instrumen

k : Banyaknya butir pertanyaan

$\Sigma\sigma^2$: Jumlah varian butir

σ^2 : Varian total

1.6.5 Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Berdasarkan kerangka konseptual dalam hipotesis, maka dapat dilakukan pemilihan model analisis. Untuk mengetahui pengaruh antara variable independent terhadap variable dependent dan untuk menguji hipotesis penelitian secara matematis, maka penelitian ini metode yang digunakan adalah regresi linier sederhana. Secara matematis model pengaruh digambarkan sebagai X ke Y dengan rumus:

$$Y' = a + bX$$

Y' = Skor-skor yang memprediksikan variable terikat

X = Skor-skor variable bebas

b = Koefisien regresi

a = Konstanta Intersepsi

Dalam Penelitian ini untuk mengetahui apakah pengaruh variable yang diteliti itu signifikan atau tidak terhadap responden (variable terikat), maka perlu dilakukan uji t. Uji t digunakan untuk menguji apakah variable

bebas mempunyai pengaruh signifikan terhadap nilai variable tidak bebas dengan rumusan hipotesis sebagai berikut:

$H_0 : b_i=0$, artinya variable bebas tidak mempunyai pengaruh signifikan terhadap variable tidak bebas.

$H_a : b_i \neq 0$, artinya variable bebas mempunyai pengaruh signifikan terhadap variable tidak bebas.

Nilai Koefisien regresi (b) digunakan untuk mengetahui besarnya perubahan nilai variable tidak bebas (Y) yang disebabkan perubahan variable bebas (X) dengan asumsi nilai variabel bebas lainnya bersifat konstan.

Pengujian hipotesis ini selain melihat nilai koefisien regresi juga membandingkan nilai t-hitung (t_h) dengan masing-masing variabel bebas dengan t-table (t_t)

Tahapan terakhir adalah melakukan perhitungan uji statistic dalam penelitian keseluruhan pengolahan data menggunakan program SPSS 16 (*Statistical Program for Social Science*). Setelah diketahui uji statistic, maka dibuat keputusan secara statistic yang ditandai dengan penerimaan dan penolakan terhadap hipotesis. Selain itu analisis secara statistic juga menjelaskan analisis deskriptif untuk memberi penjelasan terhadap keputusan yang dibuat.