

# Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Atlet Nomor Lari

Ucok Hasian Refiater<sup>1</sup>, Arief Ibnu Haryanto<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo 96128, Indonesia  
\* [arief\\_haryanto@ung.ac.id](mailto:arief_haryanto@ung.ac.id)

## ARTICLE INFO

### Article history

Received 2023-06-02

Revised 2023-08-06

Accepted 2023-08-20

### Keywords

Interpersonal  
Communication  
Running Number

### Kata kunci

Komunikasi  
Interpersonal  
Atlet Nomor Lari

## ABSTRACT

Interpersonal communication of a coach is carried out to familiarize themselves with athletes, the hope is that the coach can know what the athlete is thinking as well as the coach can include positive motivations for athletes including achievement motivation. This study aims to determine the relationship between the interpersonal communication of coaches with the achievement motivation of track number athletes in Gorontalo City. This research is a correlational study with the entire study population as a sample of 18 athletes. The research instrument used closed questionnaires on interpersonal communication variables with verbal and nonverbal factors, while achievement motivation variables with risk factors for task selection, feedback, responsibility, creative-innovative, task completion time, and having realistic goals. As a result, this study revealed that there was no significant relationship between the interpersonal communication of trainers and the achievement motivation of track and field athletes in Gorontalo City. Further research needs to be conducted to investigate so that the achievement motivation of track number athletes in Gorontalo City becomes even higher. The researcher recommends that coaches can take other approaches in an effort to increase the motivation of their athletes.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



## Abstrak

Komunikasi interpersonal seorang pelatih dilakukan untuk mengakrabkan diri dengan atlet, harapannya agar pelatih dapat mengetahui apa yang dipikirkan oleh atletnya sekaligus pelatih dapat memasukkan motivasi-motivasi positif terhadap atlet termasuk motivasi berprestasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan seluruh populasi penelitian dijadikan sampel yang berjumlah 18 atlet. Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup pada variabel komunikasi interpersonal dengan faktor verbal dan nonverbal, sedangkan variabel motivasi berprestasi dengan faktor risiko pemilihan tugas, umpan balik, tanggung jawab, kreatif-inovatif, waktu penyelesaian tugas, dan memiliki tujuan yang realistis. Hasilnya, penelitian ini mengungkapkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo. Penelitian selanjutnya perlu dilakukan untuk menyelidiki agar motivasi berprestasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo menjadi lebih tinggi lagi. Peneliti merekomendasikan agar pelatih dapat melakukan pendekatan lain dalam upaya meningkatkan motivasi atletnya.

Artikel ini open akses sesuai dengan lisensi [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



## PENDAHULUAN

Komunikasi digunakan dalam rangka mempermudah hubungan seseorang dengan orang lain, komunikasi aktif antar individu dapat mendekatkan hubungan antar individu (Sofia et al., 2020; Zis et al., 2021). Komunikasi antara seorang pelatih dan juga atletnya merupakan suatu hal yang wajib

dilakukan agar dapat membantu atlet berkembang secara optimal. Pelatih juga dapat membantu seorang atlet dalam menjalani proses latihan bahkan hal ini juga dapat membantu seorang atlet dalam menjalani suatu perlombaan ataupun pertandingan penting. Pelatih yang baik, tentunya mempermudah seorang pelatih dalam mengungkapkan maksud dan tujuan dari arahan yang diberikan kepada setiap atlet secara individual maupun kelompok.

Komunikasi interpersonal merupakan merupakan suatu bentuk komunikasi langsung maupun tidak langsung yang ditujukan oleh seseorang dengan orang lain dalam rangka mengakrabkan diri (Lado, 2022; Ronquillo et al., 2020; Sulistyaniningsih et al., 2022). Komunikasi interpersonal pelatih kepada atletnya merupakan suatu upaya untuk mengakrabkan diri. Hal ini juga dapat memperlancar suasana agar tidak tegang ataupun agar pelatih dapat memasukan doktrin-doktrin positif kepada atletnya. Bahkan pelatih dapat memberikan suatu motivasi positif agar atlet termotivasi untuk menjadi lebih baik lagi.

Secara umum, motivasi seseorang yang dianggap lebih baik bagi orang lain akan menimbulkan efek yang mempengaruhi hasil (Awally et al., 2023; Erida & Arisman, 2023). Hasil yang dimaksud yaitu hasil positif yang memberikan manfaat-manfaat baik. Contoh yang baik dilakukan oleh seorang pelatih juga akan memotivasi atletnya. Hal ini bisa termasuk motivasi ekstrinsik dengan harapan atletnya juga akan mengikuti hal-hal yang baik dalam rangka mengubah perilaku agar lebih baik lagi. Perubahan perilaku yang baik, diharapkan akan dapat memacu atlet dalam berusaha meraih posisi juara pada waktu kompetisi maupun atlet dapat lebih serius lagi dalam berlatih.

Seorang atlet membutuhkan motivasi dalam meraih sebuah prestasi, baik motivasi dari dalam maupun dari luar yang tidak kalah penting dan harus dilakukan secara berkesinambungan agar dapat memperoleh semangat berlomba ataupun bertanding (Duhe & Haryanto, 2021; Indraharsani & Budisetyani, 2018). Pelatih yang baik tentu tidak akan mengendurkan semangat atletnya dalam berprestasi. Bahkan pelatih yang baik akan selalu senantiasa memberikan dukungan kepada atletnya baik didalam maupun diluar lapangan. Dukungan moral maupun material di dalam maupun di luar lapangan tentu akan merangsang atlet untuk semakin meningkat dalam usaha-usaha untuk dapat memperoleh hasil yang diinginkan.

Seorang atlet lari pada nomor jarak pendek, menengah, jauh, bahkan lari marathon pun memerlukan motivasi dalam perlombaannya untuk senantiasa maju berjuang dari garis start sampai finish. Observasi dan juga wawancara peneliti kepada pelatih dan juga atlet atletik Kota Gorontalo nomor lari memberikan gambaran bahwa pelatih senantiasa memberikan komunikasi-komunikasi yang bertujuan memotivasi atletnya disaat latihan, maupun saat di luar lapangan. Tentu hal ini merupakan suatu usaha yang baik dalam menjalin keakraban pelatih dan juga atletnya. Namun apakah hal ini dapat benar-benar mendorong motivasi atlet atletik Kota Gorontalo dalam berprestasi? Pertanyaan ini tentunya akan membuat dampak yang mengharuskan peneliti untuk mengkaji lebih dalam lagi agar tidak hanya menjadi sebuah dugaan saja.

Pentingnya penelitian ini dilakukan yaitu untuk melakukan sebuah penyelidikan mendasar tentang bagaimana pentingnya komunikasi interpersonal antara pelatih dan atlet lari. Apabila sudah diketahui, maka harapannya hal ini dapat terus diimplementasikan pelatih dalam meningkatkan motivasi atletnya apabila benar-benar memiliki hubungan yang signifikan terhadap motivasi atlet. Hal lain yang mendasari bahwa penelitian ini begitu penting, tentunya agar pelatih beserta atlet senantiasa dapat bertanggungjawab atas hasil dari latihan yang selama ini diterapkan.

Penelitian yang hampir serupa sudah dilakukan antara hubungan komunikasi interpersonal pelatih dan juga atlet memang sudah dilakukan. Penelitian yang berjudul "Korelasi Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Ketangguhan Mental Atlet: Studi Kasus Atlet PBSI Kota Semarang" menemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif oleh pelatih dengan tingkat ketangguhan mental atlet PBSI di Kota Semarang (Giandra & Setyawan, 2014). Penelitian lain yang meneliti keterkaitan komunikasi interpersonal pelatih dan motivasi berprestasi atlet Bulu tangkis di Perkumpulan Bulu Tangkis (PB) Jaya Raya Satria, mengungkapkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh pelatih dengan tingkat motivasi berprestasi atlet bulu tangkis di Bulu Tangkis (PB) Jaya Raya Satria (Arum, 2023). Kedua jenis cabang olahraga ini sudah pernah diteliti dalam hal pemberian komunikasi interpersonal pelatih dan juga atlet, namun bagaimana dengan jenis cabang olahraga lain. Tentu ini dapat menjadi alasan yang menarik untuk dikaji.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yang lain, yaitu subyek penelitian ini yaitu atlet nomor lari yang berada di Kota Gorontalo. Apabila dilihat dari segi kecabangan olahraga tentunya sangat berbeda dengan Bulu tangkis. Olahraga atletik nomor lari merupakan olahraga perlombaan yang antara atlet dengan pelatih memiliki jarak terlampau jauh apabila sedang dalam perlombaan. Berbeda halnya dengan cabang olahraga Bulu tangkis yang jarak antara atlet dengan pelatih tidaklah terlalu jauh, sehingga pelatih dapat memberikan motivasi langsung pada atlet pada saat bertanding.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Penelitian ini menggunakan seluruh populasi yang berjumlah 18 atlet lari Kota Gorontalo yang masih aktif berlatih sekaligus menjadi sampelnya sehingga dapat disebut penelitian populasi. Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup skala linkert yang mempunyai 4 pilihan yang telah diketahui validitasnya dan juga reabilitasnya. Adapun alternatif jawaban angket sebagai berikut:

**Tabel 1.** Alternatif Jawaban

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Instrumen komunikasi interpersonal pelatih diketahui memiliki validitas 0,727 dan reliabilitas sebesar 0,813 (Arum, 2023). Adapun kisi-kisi instrumen komunikasi interpersonal pelatih sebagai berikut:

**Tabel 2.** Kisi-Kisi Instrumen Komunikasi Interpersonal Pelatih

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir		
			Positif	Negatif	
Komunikasi interpersonal	Verbal	Bahasa	2,3	1	
		Tulisan	4	5	
		Kata	7	6	
		Pujian	9	8	
		Respon	10,11,14	12,13	
	Nonverbal	Tanda/isyarat	15,16,17,18,19		
		Gerakan tubuh	20	21	
		Suara	23	22	
		Gaya	24,25		
		Ekspresi wajah	26	27	
		Kontak wajah	28,29		
		Sentuhan	30,31		
		Gambar	32,33,34		
Jumlah			34		

Instrumen motivasi berprestasi diketahui memiliki validitas 0,760 dan reliabilitas sebesar 0,960 (Arum, 2023). Adapun kisi-kisi instrumen motivasi berprestasi sebagai berikut:

**Tabel 3.** Kisi-Kisi Instrumen Motivasi Berprestasi

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	
			Positif	Negatif
Motivasi berprestasi	Risiko pemilihan tugas	Rasa senang dalam mengambil bagian dalam kompetisi dan berusaha untuk menjadi yang terbaik.	1,2	3,4
		Ukuran keberhasilan individu dengan menggunakan prestasi dalam tolak ukur	5,6	
	Umpan Balik	Umpan balik atas keberhasilan dalam kerja keras diperoleh oleh setiap individu	7,8	9
		Umpan balik dapat digunakan untuk memperbaiki hasil prestasi	10	11,12
	Tanggung Jawab	Tanggung jawab secara pribadi merupakan hal yang menjadi kesukaan oleh masing-masing individu	13,14,15	16
		Tugas yang diberikan kepada individu dapat diselesaikan dengan baik		17,18
	Kreatif-Inovatif	Rutinitas individu sering dihindari dengan menggunakan cara lain	19,20	21
		Keefisienan dan keefektifan tugas dapat diselesaikan dengan baik	22	23
	Ketepatan Penyelesaian	Kecepatan dalam menyelesaikan tugas oleh individu merupakan suatu prioritas	24	25,26

Tugas dalam Hal Waktu	Tugas yang diberika merupakan suatu tantangan yang harus diselesaikan dengan baik	27	28
Memiliki Tujuan yang Realistis	Tujuan realistis dimiliki oleh individu	29,30,31	32
	Hasil yang maksimal dimiliki oleh individu	33	34
Jumlah		34	

Penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif untuk mencari mean, median, modus, standar deviasi, skor maksimal, dan skor minimal menggunakan SPSS versi 25. Adapun kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Pengujian normalitas dilakukan dengan uji Shapiro-Wilk dikarenakan hanya ada 18 sampel. Pengujian linearitas menggunakan uji Anova (uji F). Pengujian hipotesis menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mempunyai dua variabel yaitu satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Data analisis deskriptif pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.** Analisis Deskriptif

Statistik	Interpersonal	Motivasi
N	18	18
Minimum	89	87
Maximum	125	120
Mean	110,11	105,33
Std. Deviation	8,710	9,474

Data analisis deskriptif menggunakan SPSS versi 25 kemudian diolah untuk mendapatkan data-data pendukung yang penting dalam pengujian linieritas menggunakan Uji Anova maupun dalam memperoleh Std. Deviation yang akan juga digunakan dalam penyusunan Penilaian Acuan Norma (PAN). Adapun norma penilaian dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 5.** Norma Penilaian

Interpersonal			
Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	> 118,82	3	17
Tinggi	110,11 - 118,82	7	39
Rendah	101,4 - 110,11	5	28
Sangat Rendah	< 101,4	3	17
Jumlah		18	100
Motivasi			
Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	> 114,804	2	11
Tinggi	105,33 - 114,804	7	39
Rendah	95,856 - 105,33	7	39
Sangat Rendah	< 95,856	2	11
Jumlah		18	100

Data norma penilaian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pelatih memiliki kategori yang tinggi untuk atletnya. Namun motivasi atlet cenderungimbang antara tinggi dan juga rendah. Selanjutnya dilakukan uji normalitas sebagai syarat untuk sampai pada tahapan pengujian hipotesis. Adapun hasil dari uji normalitas dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 6.** Uji Normalitas

Variabel	<i>p</i>	Sig	Keterangan
Interpersonal	0,772	0,05	Normal
Motivasi	0,330	0,05	Normal

Data hasil pengujian normalitas Shapiro-Wilk mengungkapkan bahwa kedua variabel tersebut normal. hal ini didasari oleh nilai  $p > 0,05$ . Hasil ini tentunya dapat dilanjutkan pada tahapan pengujian linieritas menggunakan Uji Anova. Adapun hasil dari uji linieritas dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 7.** Uji Linieritas

Hubungan Fungsional	<i>p</i>	Sig	Keterangan
Interpersonal*Motivasi	0,435	0,05	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas menggunakan Uji Anova, menyatakan bahwa kedua variabel tersebut linier secara fungsional. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*. Adapun hasil dari uji hipotesis dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 8.** Analisis Uji Hipotesis

Korelasi	<i>r</i> hitung	<i>r</i> tabel	Sig	Keterangan
Interpersonal dengan motivasi	0,456	0,468	0,57	Tidak signifikan

Berdasarkan hasil analisis Uji Hipotesis menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*, mengungkapkan bahwa korelasi komunikasi interpersonal pelatih terhadap motivasi atlet lari di Kota Gorontalo tidak signifikan. Hal ini didasari oleh  $r_{hitung} < r_{tabel}$ .

Komunikasi interpersonal secara pribadi pelatih dengan atlet memberikan dampak yang positif terhadap atlet. Bahkan dalam beberapa penelitian tentang komunikasi interpersonal, hal ini berhubungan dengan prestasi atlet dalam cabang Bulu tangkis (Faisal et al., 2019; Suseno, 2009). Penelitian ini memang memiliki subyek yang berbeda dengan cabang olahraga Bulu tangkis. Namun ada beberapa persamaan dengan subyek penelitian ini yaitu cabang olahraga Atletik nomor lari, diantaranya sama-sama harus memiliki kedekatan emosional antara pelatih dan atlet kemudian dapat dilakukan dalam *event* tunggal.

Motivasi atlet dalam berprestasi memiliki manfaat penting dalam meningkatkan daya juang atlet dalam memperoleh predikat juara (Rosalina & Nugroho, 2020; Sumarsono & Riyanto, 2021). Bahkan, penelitian pada atlet Bulu tangkis menyatakan bahwa peran motivasi internal atlet Bulu tangkis yaitu untuk memperoleh predikat juara (Putra, 2020). Hal ini membuktikan bahwa motivasi ini sangatlah berpengaruh pada hal-hal yang bersifat proses sehingga dapat mencapai tujuan.

Hasil hipotesis penelitian ini menyatakan bahwa komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo memiliki korelasi yang tidak signifikan. Berbeda dengan penelitian sebelumnya pada cabang olahraga Futsal, Sepak bola, Bulu tangkis, Karate, maupun olahraga lainnya (Irawan, 2022; Karisman et al., 2018; Prakoso, 2022; Pratama, 2020). Penelitian ini menggunakan subyek atlet atletik nomor lari yang tentunya karakteristiknya berbeda dengan penelitian sebelumnya. Penelitian sebelumnya merupakan cabang olahraga pertandingan yang saling berhadapan dengan lawan dalam penerapannya. Berbeda dengan atletik nomor lari yang tidak berhadapan dengan lawan, sehingga atlet berkonsentrasi penuh kedepan dalam tempo sesingkat singkatnya sehingga hanya terfokus pada lari saja kedepan.

Penelitian yang lain memberikan hasil yang kesimpulannya menyatakan bahwa terjadi hubungan interpersonal antara atlet dan pelatih akan meningkatkan strategi pembinaan positif dalam olahraga remaja serta terjadi perubahan strategi perilaku, emosi, kognitif, dan sosial bagi atlet remaja (Lisinskiene, 2018). Hal ini juga berbeda pada penelitian ini yang ternyata memiliki hubungan yang tidak signifikan. Inilah yang bisa menjadi keterbatasan penelitian, bahwa perlunya subyek yang lebih bervariasi lagi secara karakteristik. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa motivasi atlet cenderung seimbang, maka pelatih perlu membuat strategi agar atlet lebih termotivasi lagi. Penelitian lanjutan perlu diadakan dalam rangka untuk meningkatkan motivasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini yaitu tidak signifikan korelasi antara komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo. Hal ini telah menjawab pertanyaan bahwa komunikasi interpersonal pelatih tidak benar-benar mempengaruhi motivasi berprestasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo. Pelatih dapat menggunakan hal yang lain agar dapat memotivasi atletnya untuk berprestasi khususnya agar dapat membangkitkan motivasi internal atlet. Peneliti juga merekomendasikan agar penelitian selanjutnya, berfokus pada apa yang dapat memotivasi atlet nomor lari di Kota Gorontalo dalam meraih prestasi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arum, R. S. (2023). *Hubungan komunikasi interpersonal pelatih dengan motivasi berprestasi atlet Bulu tangkis di perkumpulan Bulu tangkis (PB) Jaya Raya Satria*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Awally, A. F., Surheman, A., & Subarjah, H. (2023). The Influence of Teaching Style and Motivation

- Level on Increasing Learning Outcomes Table Tennis Skills. *Halaman Olahraga Nusantara*, 6(1), 265–275. <https://doi.org/https://doi.org/10.31851/hon.v6i1.8866>
- Duhe, E. D. P., & Haryanto, A. I. (2021). Persepsi Kinestetik, Koordinasi Mata Tangan dan Motivasi terhadap Jump Smash. *Sporta Saintika*, 6(1), 1–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/sporta.v6i1.156>
- Erida, M., & Arisman, A. (2023). Motivation of People with HIV/AIDS in Terms of Sports Activities. *Halaman Olahraga Nusantara*, 6(1), 109–120. <https://doi.org/https://doi.org/10.31851/hon.v6i1.9280>
- Faisal, F., Zulham, Z., Syukur, A., & Safitri, D. (2019). Hubungan Komunikasi dengan Prestasi Atlet. *Communicatus: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(1). <https://doi.org/10.15575/cjik.v2i1.1625>
- Giandra, S. N., & Setyawan, I. (2014). Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Ketangguhan Mental Atlet. *Jurnal EMPATI*, 3(4). <https://doi.org/10.14710/empati.2014.7617>
- Indraharsani, I. A. S., & Budisetyani, I. W. (2018). Efektivitas Self-Talk Positif untuk Meningkatkan Performa Atlet Basket. *Jurnal Psikologi Udayana*. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i02.p12>
- Irawan, S. J. M. (2022). *Pengaruh Komunikasi Interpersonal Pelatih Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Remaja (Studi korelasi pada murid Sekolah Sepak Bola UNI Bandung pada jenjang usia 10-18 tahun)* [Universitas Pendidikan Indonesia]. <http://repository.upi.edu/71863/>
- Karisman, V. A., Meirizal, Y., & Affandi, A. F. M. (2018). Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 5–9. <https://ejournal.stkipnu.ac.id/index.php/JKJO/article/view/54>
- Lado, V. H. (2022). Persepsi Penggemar Seventeen Tentang Komunikasi Interpersonal yang Terjadi di Media Sosial Whatsapp (Grup Chat Whatsapp Carat). *Jurnal Komunikasi Dan Media*, 2(2). <https://doi.org/10.24167/jkm.v2i2.4552>
- Lisinskiene, A. (2018). The effect of a 6-month coach educational program on strengthening coach-athlete interpersonal relationships in individual youth sport. *Sports*, 6(3). <https://doi.org/10.3390/sports6030074>
- Prakoso, H. N. (2022). *Hubungan Komunikasi Interpersonal Pelatih Terhadap Perkembangan Prestasi Atlet Karate di Kabupaten Bondowoso* [Universitas Muhammadiyah Jember]. <http://repository.unmuhjember.ac.id/13835/>
- Pratama, M. A. (2020). *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Pelatih dengan Motivasi Berprestasi pada Atlet Futsal di MAN 2 Kota Kediri* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/24854/3/15410004.pdf>
- PUTRA, G. I. (2020). Peran Motivasi Internal Atlet Bulutangkis untuk Berprestasi di Kabupaten Bungo. *Jurnal Muara Olahraga*, 2(1). <https://doi.org/10.52060/jmo.v2i1.230>

- Ronquillo, M. J., Martínez, R. A., & López, G. B. (2020). Characterization of interpersonal communication in the teaching-learning process. *Revista Electronica de Investigacion Educativa*, 22(1). <https://doi.org/10.24320/REDIE.2020.22.E09.2284>
- Rosalina, M., & Nugroho, W. A. (2020). Analisis Tingkat Percaya Diri dan Motivasi Pencak Silat Pada Popda Kota Cirebon Tahun 2018. *Jendela Olahraga*, 5(2). <https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.6075>
- Sofia, L., Indah, M. S., Sabila, A., & Mulyanto, S. A. D. (2020). Pelatihan Komunikasi Interpersonal untuk Komunikasi Efektif. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 2(1). <https://doi.org/10.30872/plakat.v2i1.3826>
- Sulistyaniningsih, E., Astuti, N. T., & Hidayat, N. (2022). Peningkatan Kinerja Guru Melalui Penguatan Budaya Organisasi dan Komunikasi Interpersonal. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 7(1). <https://doi.org/10.30998/sap.v7i1.12706>
- Sumarsono, A., & Riyanto, P. (2021). Motivasi Orang Tua dan Anak Berlatih Karate. *Jendela Olahraga*, 6(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6759>
- Suseno, M. N. (2009). Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri Sebagai Pelatih pada Mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 1(1). <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol1.iss1.art6>
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021). Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial dan Generasi Z di Era Digital. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1). <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i1.15550>