

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti dapat menyimpulkan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Komunikasi verbal interpersonal pelatih dalam membentuk prestasi atlet, penyampaian pesan yang diberikan oleh pelatih kepada atlet dalam latihan, pada saat pelatih memberikan instruksi yang baik dengan menggunakan komunikasi yang baik dan di lengkapi oleh contoh-contoh teknik yang ditujukan untuk para atlet, adanya cara tersebut atlet merasa mudah untuk di praktekannya. Para atlet dibimbing dan di suport untuk mendalami sebuah gerakan yang bertujuan agar bisa menghasilkan teknik yang lebih baik. Dengan adanya informasi mengenai akan manfaat gerakan latihan tersebut maka para atlet akan menambah kapasitas kemampuan baik dalam segi fisik atlet dan teknik atlet, tidak hanya sekedar teknik dan bantingan yang diperlukan oleh seorang atlet tetapi salah satu peran motivasi seorang pelatih sangatlah berpengaruh besar terhadap keberlangsungan mental juara seorang atlet, motivasi yang diberikan oleh seorang pelatih mampu menciptakan karakter atlet untuk percaya diri dan optimis agar dapat menjadi sang juara. Ketika pertandingan berlangsung pemahaman peraturan sangatlah membantu atlet dalam menciptakan strategi

perlawanan dan menimalisir kesalahan yang terjadi ketika pertandingan atau latihan yang dapat merugikan atlet, setelah pertandingan atau latihan maka peran pelatih yaitu mengadakan evaluasi mengenai kekurangan atau kesalahan di setiap atlet, pada saat evaluasi pelatih lebih merikan saran kepada atlet agar kesalahan atau kekurangan atlet bisa terhindar dan menjadi atlet yang berprestasi. Adapun kegiatan konseling yang diadakan oleh pelatih untuk atlet, pada saat konseling pelatih lebih menjadi tempat sharing sang atlet terhadap permasalahan yang sedang terjadi, hal ini dilakukan agar atlet bisa fokus terhadap waktu latihan dan pertandingan tanpa adanya beban permasalahan yang atlet rasakan.

2. Komunikasi nonverbal interpersonal pelatih dalam membentuk prestasi atlet, merupakan pesan yang diberikan melalui gerakan atau mimik wajah yang diberikan pelatih kepada atlet dalam latihan maupun pertandingan. Pengambilan teknik yang dilakukan pelatih dalam mencontoh gerakan bantingan, patahan, kunci kepada atlet dapat memperbaiki kualitas teknik dan dapat mengembangkan diri atlet untuk lebih baik. Ketika pelatih memberikan contoh tentang kuzushi kepada atlet hal itu dapat merubah gaya atlet dalam bertanding dan ditambah dengan taishabaki yang baik membuat teknik bantingan sempurna yang dimiliki atlet. Mimik muka pelatih dalam latihan sangatlah berpengaruh dikarenakan jika mimik ceria para atlet dalam menjalani latihan ikut semangat dan merasa sangat menyenangkan dan apabila mimik muka seram maka latihan berjalan tidak karuan seakan tidak nyaman atlet dalam latihan tersebut. Peran penting

pelatih ketika mendampingi atlet ketika bertanding memberikan instruksi dari ujung matras dalam keadaan terdesak atlet diberikan kode isyarat yang diberikan pelatih. Hal tersebut membantu atlet dalam menentukan keputusan yang harus diambil dalam pertandingan.

5.2 Saran

5.2.1 Filosofis

Hasil penelitian ini diharapkan pelatih dapat berkomunikasi dengan baik dengan atlet dalam latihan guna meningkat kemampuan, kualitas, dan kapasitas atlet Judo Tim Porda Kabupaten Bekasi. Sehingga tercapai target juara sesuai diharapkan team dan pengurus dalam Porda selanjutnya dan muncul regenerasi atlet-atlet judo tim Porda Kabupaten Bekasi.

5.2.2 Akademis

1. Sebaiknya diadakan kajian mengenai komunikasi interaksi simbolik agar dapat mengetahui bagaimana makna dalam berkomunikasi sehingga dapat menjalin komunikasi yang efektif baik dengan diri sendiri, ataupun dengan lingkungan
2. Sebaiknya diadakan kajian mengenai komunikasi verbal dan nonverbal secara baik dalam kegiatan latihan agar pelatih dapat berkomunikasi secara efektif dengan mempertimbangkan khlayak dan efektif menyampaikan bukti-bukti dalam memberikan informasi dalam gerakan teknik maupun latihan.

5.2.3 Praktis

1. Bagi pelatih, sebaiknya penelitian ini dapat meningkatkan dalam cara komunikasi pelatih dalam latihan baik verbal dan nonverbal, agar penyampain efektif dan dimengerti atlet sehingga program latihan yang dituju dapat tercapai dan mampu meningkat prestasi atlet judo tim kabupaten bekasi.
2. Bagi Atlet, sebaiknya peneliti ini dapat menumbuhkan motivasi atlet dalam latihan dan menerima arahan dari pelatih sehingga terciptanya hubungan kebersamaan untuk meningkatkan prestasi.