

ABSTRAK

Penelitian ini berangkat dari pentingnya peran komunikasi pelatih dalam membentuk kesiapan fisik dan mental atlet menjelang kompetisi. Pada cabang olahraga atletik, keberhasilan prestasi tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan fisik, tetapi juga oleh motivasi internal yang dibangun melalui strategi komunikasi yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi komunikasi pelatih dalam mendorong otonomi, meningkatkan kompetensi, dan membangun keterikatan emosional (*relatedness*) atlet atletik Banyumas dalam menghadapi Kejuaraan Porprov Jawa Tengah 2023/2024. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Informan penelitian terdiri dari pelatih sebagai informan utama, serta atlet, perwakilan KONI Banyumas, dan orang tua atlet sebagai informan pendukung. Teori yang digunakan adalah *Self-Determination Theory* yang menekankan tiga kebutuhan psikologis dasar, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterikatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi komunikasi pelatih dalam mendorong otonomi dilakukan dengan melibatkan atlet dalam pengambilan keputusan terkait program latihan dan nomor pertandingan. Dalam meningkatkan kompetensi, pelatih menggunakan pendekatan berupa pemberian umpan balik konstruktif, demonstrasi teknik, evaluasi berkala, serta penyesuaian metode latihan sesuai kemampuan atlet. Sementara itu, keterikatan emosional dibangun melalui komunikasi personal di luar latihan, dukungan emosional, dan suasana kekeluargaan yang hangat. Strategi komunikasi yang efektif dan partisipatif ini berkontribusi pada peningkatan motivasi intrinsik atlet, ditandai dengan meningkatnya kemandirian, disiplin, dan rasa percaya diri. Dampak nyata dari strategi tersebut terlihat pada raihan prestasi atletik Banyumas di ajang Porprov, yang mampu meraih medali emas dan perak di beberapa nomor pertandingan.

Kata kunci: Atletik, atlet, pelatih, *Self-Determination Theory*, strategi komunikasi.

ABSTRACT

This research focuses on the importance of the coach's communication role in shaping athletes' physical and mental readiness prior to competition. In athletics, performance achievement is influenced not only by physical ability but also by internal motivation, which is developed through effective communication strategies. This study aims to explore how coaches' communication strategies encourage autonomy, enhance competence, and build emotional relatedness among athletics athletes in Banyumas in preparation for the 2023/2024 Central Java Provincial Sports Week (Porprov). This study employed a qualitative descriptive method, utilizing data collection techniques that included in-depth interviews, observation, and documentation. The research informants included the coach as the primary informant, as well as athletes, representatives of KONI Banyumas, and athletes' parents as supporting informants. The theoretical framework used in this study is the Self-Determination Theory which emphasizes three basic psychological needs: autonomy, competence, and relatedness. The findings reveal that coaches encourage athletes' autonomy by involving them in decision-making regarding training programs and competition events. Competence is enhanced through constructive feedback, technical demonstrations, regular evaluations, and training adjustments tailored to each athlete's abilities. Emotional relatedness is fostered through personal communication outside training, emotional support, and the creation of a warm, family-like atmosphere. These practical and participatory communication strategies contribute to athletes' intrinsic motivation, reflected in greater independence, discipline, and self-confidence. The impact of these strategies is evident in Banyumas athletics' achievements at Porprov, where athletes successfully won gold and silver medals in several events.

Keywords: Athletics, athlete, coach, Self-Determination Theory, communication strategy.