

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Olahraga merupakan segala kegiatan fisik yang sistematis dan terstruktur untuk mengembangkan potensi jasmani, rohani, serta sosial<sup>1</sup>. Olahraga menjadi salah satu kebutuhan seseorang dalam menjaga tubuh dan pikiran tetap sehat. Olahraga terdiri atas olahraga individu dan olahraga beregu<sup>2</sup>. Olahraga individu merupakan olahraga yang terdiri atas satu pemain saja dalam tiap permainan, seperti olahraga atletik, berenang, bela diri, dan lain sebagainya. Olahraga beregu merupakan olahraga yang terdiri atas dua pemain atau lebih dalam satu regu atau tim, seperti misalnya sepak bola, basket, atau voli<sup>3</sup>.

Bola voli merupakan olahraga beregu yang memerlukan koordinasi dan kekompakan antarpemain<sup>4</sup>. Olahraga voli sangat bergantung kepada kekompakan dan kerja sama antarpemain dalam tim untuk dapat mencapai hasil yang maksimal. Keberhasilan permainan sangat bergantung pada koordinasi antarpemain untuk menjalankan strategi permainan. Tanpa adanya koordinasi dan kekompakan tim yang baik dalam tim akan sulit bagi tim untuk dapat mengatur serangan dan pertahanan secara efektif.

---

<sup>1</sup> Kamal Firdaus, *Psikologi Olahraga: Teori dan Aplikasi* (Padang: Universitas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang Press, 2012), 2.

<sup>2</sup> Tirto Apriyanto et al., *Psikologi Olahraga: Student Handbook* (Gowa: PT. Edukasi Pratama Madani, 2017), 1.

<sup>3</sup> Kamal Firdaus, *Psikoologi Olahraga: Teori dan Aplikasi* (Padang: Universitas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang Press, 2012), 151.

<sup>4</sup> Amaraditha O. K., et. al, "Kecemasan Pada Atlet Bola Voli Di Surabaya: Bagaimana Peranan Mental Toughness Dan Kohesivitas?", *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), (2023). 2

Salah satu klub bola voli di Kota Kediri yaitu Tegal Arum, merupakan klub bola voli yang masih tergolong baru. Klub Tegal Arum berdiri pada awal 2020 dan hingga kini memiliki anggota remaja sebanyak 51 orang. Rentang usia pada kategori kelompok remaja di Klub Tegal Arum adalah antara 13 hingga 21 tahun. Berdasarkan keterangan dari pelatih, para atlet dilatih untuk mampu bersaing secara sehat, baik dengan lawan maupun dengan anggota tim. Bagi pelatih hal tersebut bertujuan untuk menumbuhkan semangat berlatih dan pengembangan diri di luar tim untuk memaksimalkan kualitas keterampilan atlet<sup>5</sup>.

Menurut keterangan (VIF) atlet remaja terdapat adanya kesenjangan antara atlet yang telah bergabung lama dengan klub dengan atlet yang baru bergabung dengan klub<sup>6</sup>. Anggota klub yang baru bergabung kurang dari lima hingga enam bulan akan tergabung dalam kelompok pemula. Namun jika anggota tersebut memiliki keterampilan yang lebih, maka anggota tersebut dapat bergabung dengan kelompok di atasnya. VIF juga menjelaskan bahwa beberapa kesenjangan yang dialami para atlet remaja adalah para atlet lama dan baru jarang berkumpul bersama baik ketika latihan atau di luar waktu latihan. Atlet remaja baru merasa canggung ketika harus berinteraksi dengan atlet remaja lama, begitupun sebaliknya.

Penjelasan tersebut dikuatkan oleh pendapat (AYG) bahwa terjadi kesenjangan antara atlet yang sering menjadi pemain inti dengan atlet yang

---

<sup>5</sup> Wawancara dengan Gusti pada tanggal 15 Maret 2025 di lapangan bola voli dan basket Perumnas Ngronggo.

<sup>6</sup> Wawancara dengan VIF pada tanggal 21 Maret 2025 di lapangan bola voli dan basket Perumnas Ngronggo.

jarang menjadi pemain inti. Hal tersebut terjadi karena beberapa pemain belum memiliki keterampilan yang mumpuni untuk dapat menjadi pemain inti saat pertandingan. Sedangkan pemain dengan keterampilan yang mumpuni telah banyak bermain dalam pertandingan-pertandingan<sup>7</sup>. Kesenjangan tersebut membuat atlet yang baru bergabung atau atlet yang jarang menjadi pemain inti kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Pelatih juga menambahkan bahwa klub tersebut dibagi ke dalam beberapa bagian yaitu pembagian berdasarkan jenis kelamin, usia, dan berdasarkan kemampuan atau keterampilan (pemula, sedang, dan senior). Berdasarkan hasil prapenelitian, Bapak Gusti membagi mejadi kelompok anak dan kelompok remaja. Kelompok anak berada di rentang usia 7 sampai 12 tahun, sedangkan kelompok remaja berada di rentang usia 13 hingga 21 tahun<sup>8</sup>.

Berdasarkan keterangan dari pelatih durasi dan waktu latihan dikelompokkan menjadi beberapa bagian berdasarkan pembagian kelompok. Hal tersebut menyebabkan kurangnya interaksi di antara para atlet. Pembagian menjadi beberapa kelompok tersebut juga menjadi faktor yang menyebabkan adanya kesenjangan di dalam klub. Para atlet remaja cenderung berkumpul dan hanya bisa akrab berkumpul dengan masing-masing pembagian kelompoknya<sup>9</sup>. Berdasarkan hasil wawancara dengan

---

<sup>7</sup> Wawancara dengan AYG pada tanggal 21 Maret 2025 di lapangan bola voli dan basket Perumnas Ngronggo.

<sup>8</sup> Wawancara dengan Gusti pada tanggal 15 Maret 2025 di lapangan bola voli dan basket Perumnas Ngronggo.

<sup>9</sup> Wawancara dengan Gusti pada tanggal 22 Maret 2025 di lapangan bola voli dan basket Perumnas Ngronggo.

atlet dan pelatih, dapat disimpulkan bahwa adanya kesenjangan antara atlet baru dan lama serta waktu latihan yang terbagi juga menjadi penyebab kurangnya kehangatan atau kohesivitas antar atlet dalam klub.

Definisi kohesivitas menurut Carron adalah suatu proses dinamis yang tercermin dalam kecenderungan suatu kelompok untuk tetap bersatu dan terikat, sehingga mampu untuk menggapai tujuan dan/atau memenuhi kebutuhan afektif anggotanya<sup>10</sup>. Menurut Forsyth, definisi dari kohesivitas adalah kekuatan total yang mengikat anggota kelompok untuk senantiasa terus bersama<sup>11</sup>. Kohesivitas sering disebut sebagai kekompakan dan rasa persatuan antaranggota dalam kelompok. Carron membagi dimensi kohesivitas tim menjadi empat aspek antara lain *Group Integration Task (GI-T)*, *Group Integration Social (GI-S)*, *Individual Attractions of the Group Task (ATG-T)*, & *Individual Attractions of the Group Social (ATG-S)*<sup>12</sup>. Dimensi kohesivitas menurut Carron mencakup persepsi individu terhadap kelompoknya tentang kesatuan dan persatuan pada tugas dalam kelompok dan interaksi antaranggota kelompok (*Group Integration*), serta ketertarikan individu terhadap kelompoknya tentang tugas dalam kelompok dan interaksi sosial dalam kelompok (*Individual Attractions of the Group*)<sup>13</sup>.

Berdasarkan hasil wawancara atlet, terdapat beberapa kesenjangan yang membuat para atlet di klub tersebut kurang memiliki rasa

---

<sup>10</sup> Albert V. Carron et al., "Group Dynamics in Sports: An Overview and Recommendations on Diagnostic and Intervention," *The Sport Psychologist* 26 (2012): 420.

<sup>11</sup> Donelson R. Forsyth, *Group Dynamics*, 5th ed. (Wadsworth: Cengage Learning, 2010), 117

<sup>12</sup> Albert V. Carron et al., "The Development of an Instrument to Assess Cohesion in Sport Teams: The Group Environment Questionnaire," *Journal of Sport Psychology* 7 (1985): 251.

<sup>13</sup> *Ibid.*

kebersamaan dan kesatuan dalam kelompok. Hal tersebut dapat dianalisis berdasarkan aspek kohesivitas menurut Carron; 1) *Group Integration Task* (GI-T) yaitu persepsi tentang kesatuan tim dalam mencapai tujuan tim menjadi terhambat karena adanya ketidakmerataan pembagian tugas antaranggota tim, 2) *Group Integration Social* (GI-S) yaitu adanya rasa kedekatan dan ikatan sosial secara keseluruhan dalam tim melemah karena adanya stratifikasi status dan interaksi sosial yang tidak merata antaranggota, 3) *Individual Attractions of the Group Task* (ATG-T) yaitu adanya ketertarikan individu terhadap kelompok yang berkaitan dengan aspek tugas kelompok yang mana kurang terlihat karena terdapat perbedaan tugas pada atlet remaja senior dan junior, 4) *Individual Attractions of the Group Social* (ATG-S) yaitu ketertarikan individu terhadap interaksi sosial dalam kelompok yang kurang terbentuk karena adanya kesenjangan dan jarak antara atlet remaja senior dan junior. Berdasarkan aspek kohesivitas Carron tersebut, Klub Tegal Arum merupakan klub yang kurang kohesif.

Kekompakan atau kohesivitas dalam tim akan meningkatkan sinergi dan memperkuat tim dalam mencapai prestasi<sup>14</sup>. Berkaitan dengan hal tersebut, Kleinert, et al juga menjelaskan bahwa kohesivitas atau kekompakan tim memiliki hubungan yang positif dengan performa tim. Kohesivitas atau kekompakan sangat penting di dalam sebuah tim guna meningkatkan solidaritas dan kerja sama dalam mencapai kemenangan<sup>15</sup>.

---

<sup>14</sup> Bagus Ramadhani and Tri Widodo, "Analisis Kekompakan (Kohesi) Tim Olahraga dalam Permainan Bola Basket," *EdukasiMu* 1, no. 2 (2021): 2

<sup>15</sup> Kleinert et al., "Group Dynamics in Sports: An Overview and Recommendations on Diagnostic and Intervention," *The Sport Psychologist* 26 (2012): 420.

Kohesivitas dalam kelompok akan meningkatkan produktivitas yang maksimal pada kelompok tersebut<sup>16</sup>.

Adapun dampak positif pada kohesivitas kelompok menurut Forsyth antara lain yaitu: 1) Kohesivitas mampu meningkatkan emosi positif sehingga ketika dihadapkan dengan berbagai problem seperti stres, cemas, kekhawatiran, atau pergantian pemain dapat berkurang, 2) Komunikasi antaranggota menjadi efektif dan optimal karena terdapat perasaan saling percaya, 3) Kohesivitas juga dapat mengembangkan potensi tiap anggota kelompok serta memberikan peluang lebih besar untuk meraih kemenangan<sup>17</sup>. Ketika kohesivitas dalam tim tinggi, anggota tim akan saling memberikan kekuatan satu sama lain serta dapat berkembang secara optimal. Namun ketika kohesivitas tim rendah akan memungkinkan suatu tim akan tidak stabil, tidak berkembang, kekurangan motivasi, serta banyak problem lain sehingga akan berdampak buruk pada kinerja tim.

Pengaruh kohesivitas dalam tim olahraga seperti yang terjadi pada klub sepak bola terkenal *Paris Saint-Germain* (PSG) yang bermula karena adanya konflik internal antara Neymar dan Cavani yang menciptakan ketegangan di dalam tim dan membuat kohesivitas tim menurun. Hal tersebut memengaruhi performa tim klub PSG secara

---

<sup>16</sup> Risna Febriani, "Peran Kohesivitas dalam Tim Olahraga untuk Memprediksi Keberhasilan Kelompok," *Jurnal Terapung: Ilmu-ilmu Sosial* 4, no. 1 (2022): 60.

<sup>17</sup> Syaffa Aulia Khoirunnisa et al., "Hubungan Kohesivitas Kelompok dengan Kecemasan Kompetitif pada Mahasiswa yang Bergabung dalam Organisasi Olahraga di Jakarta," *Akademik: Jurnal Mahasiswa Humanis* 5, no. 1 (2025): 247.

keseluruhan<sup>18</sup>. Pada kancah nasional, terdapat tim Nusa Tenggara Timur (NTT) pada ajang nasional Pekan Olahraga Nasional (PON) di cabang olahraga beregu yang kurang menjaga keharmonisan dan kohesivitas tim, sehingga berpengaruh pada minimnya prestasi yang didapat di ajang PON tersebut<sup>19</sup>. Sama halnya dengan klub bola voli Mutiara Serasi di Kabupaten Semarang yang mengalami penurunan motivasi dikarenakan kurang adanya kohesivitas dalam klub<sup>20</sup>. Selain itu, tim UKM Sepak Bola UNESA yang kurang kohesif dikarenakan terdapat beberapa pemain yang dominan dan individual. Terjadinya kesenjangan pemain antara pemain yang merasa memiliki keterampilan dan pemain yang kurang memiliki keterampilan membuat kekompakan atau kohesivitas dalam tim kurang<sup>21</sup>. Oleh karena itu, kohesivitas tim sangat berdampak pada prestasi tim, terutama pada olahraga bola voli. Kohesivitas yang rendah akan menjadi penghambat dalam sebuah tim untuk meraih prestasi, terutama di olahraga beregu.

Forsyth menjelaskan salah satu faktor yang memengaruhi kohesivitas kelompok adalah komunikasi. Menurut Forsyth, komunikasi merupakan proses kunci dalam suatu kelompok yang saling berinteraksi, semakin intens komunikasi antaranggota maka semakin besar

---

<sup>18</sup> CNN Indonesia, "Dua Musim Berlalu, Kronologi Rebutan Cavani-Neymar Terungkap," diakses 14 April 2025, 10.58, <https://www.cnnindonesia.com/olahraga/20190527155933-142-398795/dua-musim-berlalu-kronologi-rebutan-cavani-neymar-terungkap?hl=id-ID>.

<sup>19</sup> Andreas J. F. Lumba and C. P. M. Rajagukguk, "Esensi Kohesivitas untuk Mendukung Performa Olahraga Beregu," *Jurnal Muara Olahraga* 4, no. 1 (2021): 17.

<sup>20</sup> R. A. Putra, S. Sayekti, and T. L. Prihandoko, "Hubungan antara Kohesivitas Kelompok dengan Motivasi Berprestasi Klub Bola Voli Mutiara Serasi Kabupaten Semarang," *Emphaty Cons: Journal of Guidance and Counseling* 4, no. 2 (2022): 19.

<sup>21</sup> B. I. M. Gumilar and Pudjijuniarto, "Hubungan antara Kohesivitas Kelompok dengan Motivasi Berprestasi," *Jurnal Kesehatan Olahraga* 8, no. 3 (2020): 18–22.

kemungkinan anggota memiliki rasa kebersamaan dan persatuan<sup>22</sup>. Hal tersebut juga dijelaskan oleh Zulfiani, et. al bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi tingkat kohesivitas dalam kelompok antara lain seperti rasa saling percaya antaranggota kelompok, kerja sama dan hubungan yang kooperatif antarindividu, interaksi yang terbuka dan hangat, loyalitas dan tanggung jawab anggota dalam kelompok, serta komunikasi yang efektif<sup>23</sup>.

Komunikasi menjadi aspek penting bagi anggota dalam menjalankan tugas serta peran mereka untuk mencapai tujuan bersama. Dalam bukunya, Julia T. Wood juga menjabarkan bahwa komunikasi interpersonal yang baik bukan hanya sebatas pertukaran pesan semata, namun juga proses untuk menciptakan makna kebersamaan dan memperkokoh hubungan sosial<sup>24</sup>. Oleh karena itu, salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat kohesivitas dalam tim adalah komunikasi interpersonal yang efektif antar individu dalam tim tersebut.

Forsyth menjelaskan di dalam bukunya yang berjudul “*Group Dynamics*” (2010) bahwa anggota kelompok yang aktif berkomunikasi cenderung menjadi lebih kohesif karena komunikasi mendorong perkembangan norma, nilai, serta tujuan bersama<sup>25</sup>. Kohesivitas dalam suatu kelompok terbentuk dari interaksi sosial yang baik antaranggota kelompok, hal tersebut dipengaruhi oleh kemampuan berkomunikasi yang

---

<sup>22</sup> Donelson R. Forsyth, *Group Dynamics*, 5th ed. (Wadsworth: Cengage Learning, 2010), 6.

<sup>23</sup> H. Zulfiani, M. Risqi, and J. M. Ramadhan, “Kohesivitas Kelompok Ditinjau dari Komunikasi Interpersonal dan Komitmen Organisasi pada Organisasi Mahasiswa,” *Psyche 165 Journal* 14, no. 1 (2021): 53.

<sup>24</sup> Julia. T. Wood, *Interpersonal Communication: Everyday Encounters* (Boston: Cengage Learning, 2016).

<sup>25</sup> Donelson R. Forsyth *op. cit.* 127.

baik pula<sup>26</sup>. Komunikasi antaranggota kelompok menjadi salah satu faktor yang penting dalam membentuk kohesivitas. Kohesivitas dalam kelompok dapat meningkatkan kualitas tim dengan komunikasi yang efektif dan pengambilan keputusan bersama<sup>27</sup>. Komunikasi interpersonal menjadi landasan utama dalam suatu kelompok guna membangun solidaritas serta kerja sama yang baik untuk mencapai tujuan kelompok tersebut<sup>28</sup>. Konflik dalam kelompok akan jarang terjadi apabila komunikasi terjaga dengan baik dalam kelompok<sup>29</sup>. Selain dapat membangun kebersamaan dan solidaritas dalam sebuah kelompok, komunikasi yang efektif juga dapat mencegah adanya konflik antaranggota.

Komunikasi terjadi karena adanya interaksi antara individu dengan individu ataupun dengan kelompok. Menurut DeVito, komunikasi interpersonal merupakan interaksi baik secara verbal maupun non verbal antara dua orang atau lebih yang saling bergantung<sup>30</sup>. Komunikasi interpersonal merupakan bentuk interaksi manusia yang paling sering dilakukan dan paling efektif<sup>31</sup>. Pengertian komunikasi interpersonal dapat dimaknai secara luas karena hanya melibatkan minimal dua orang sebagai

---

<sup>26</sup> P. R. A. Putri et al., "Let's Become a Humanist Communicator! The Importance of Interpersonal Communication Skills to Improve Group Cohesion," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 12, no. 2 (2024): 287.

<sup>27</sup> S. A. Khoirunnisa et al., "Hubungan Kohesivitas Kelompok dengan Kecemasan Kompetitif pada Mahasiswa yang Bergabung dalam Organisasi Olahraga di Jakarta," *Akademik: Jurnal Mahasiswa Humanis* 5, no. 1 (2025): 246.

<sup>28</sup> M. D. Zulkarnain and M. Tanjung, "Dinamika Komunikasi Interpersonal dan Pengaruhnya terhadap Pengembangan Pemain Muda dalam Tim Basket SMAN 1 Medan," *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 5, no. 2 (2024): 833.

<sup>29</sup> P. R. A. Putri, *op. cit.*

<sup>30</sup> Joseph A. DeVito, *The Interpersonal Communication Book*, 13th ed. (New York: Pearson Education, 2013).

<sup>31</sup> C. Anggraini et al., "Komunikasi Interpersonal," *Jurnal Multidisiplin Dehasen* 1, no. 3 (2022): 338.

pemberi pesan dan penerima pesan, seperti halnya para anggota klub Tegal Arum.

Komunikasi interpersonal menjadi landasan utama dalam suatu kelompok guna membangun solidaritas serta kerja sama<sup>32</sup>. Tanpa komunikasi interpersonal yang baik di dalam kelompok, sulit bagi sebuah tim untuk mencapai kekompakan dan keberhasilan bersama. Komunikasi interpersonal juga merekatkan hubungan kepercayaan antaranggota tim sehingga akan berdampak pada kemajuan atlet<sup>33</sup>. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Saifudin & Purwaningtyastuti menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal memiliki hubungan yang kuat dengan kohesivitas kelompok, semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonal yang terjalin dalam sebuah kelompok atau tim maka tinggi pula tingkat kohesivitasnya<sup>34</sup>.

Komunikasi interpersonal di suatu tim bola voli memungkinkan anggota tim saling berbagi informasi, mengelola instruksi pelatih, memberikan dukungan dan semangat kepada rekan, membentuk kepercayaan antaranggota, serta menciptakan kerja sama dan kolaborasi kemampuan yang dibutuhkan ketika bermain bola voli. Berdasarkan banyaknya penelitian yang mengkaji tentang topik komunikasi interpersonal dengan kohesivitas pada suatu kelompok, serta memperhatikan kondisi lapangan mengenai komunikasi yang terjadi di

---

<sup>32</sup> Saifudin and Purwaningtyastuti, "Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kohesivitas Kelompok Pemuda Peduli Lingkungan Asri dan Bersih Jawa Tengah," *Reswara Journal of Psychology* 3, no. 2 (2024): 87.

<sup>33</sup> M. D. Zulkarnain and M. Tanjung, "Dinamika Komunikasi Interpersonal dan Pengaruhnya terhadap Pengembangan Pemain Muda dalam Tim Basket SMAN 1 Medan," *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 5, no. 2 (2024): 834.

<sup>34</sup> Saifudin, & Purwaningtyastuti, *op. cit.* 101.

klub bola voli Tegal Arum. Peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat pengaruh komunikasi interpersonal para atlet klub Tegal Arum terhadap kohesivitas tim.

Penelitian mengenai pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas tim memang telah dilakukan sebelumnya. Namun pada penelitian sebelumnya, masih belum ada yang mengkaji mengenai komunikasi dan kohesivitas di dalam klub olahraga. Penelitian sebelumnya banyak menggunakan subjek pada bidang perusahaan, komunitas sosial, atau organisasi, sehingga ruang lingkup penelitian pada topik serupa pada bidang olahraga masih terbilang baru untuk diteliti. Ditambah lagi, penelitian tentang bidang olahraga dan psikologi masih jarang dilakukan di Indonesia. Kajian tentang kondisi mental pada atlet merupakan hal yang penting untuk mengetahui bagaimana kondisi mental atlet tersebut mampu berpengaruh pada performanya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas tim di klub bola voli Tegal Arum. Keterbaruan pada penelitian ini diharapkan dapat menambah kontribusi ilmiah di bidang psikologi olahraga, serta dapat menjadi masukan atau wawasan bagi pelatih maupun atlet bahwa komunikasi interpersonal yang efektif merupakan hal yang penting dalam menumbuhkan kohesivitas tim demi menggapai prestasi atlet yang lebih baik.

## **B. Rumusan Masalah**

Bedasarkan latar belakang di atas, peneliti menentukan rumusan masalah yang ada pada penelitian ini antara lain:

1. Seberapa besar tingkat komunikasi interpersonal para atlet remaja di klub bola voli Tegal Arum Kota Kediri?
2. Seberapa besar tingkat kohesivitas para atlet remaja di klub bola voli Tegal Arum Kota Kediri?
3. Adakah pengaruh dari komunikasi interpersonal dengan kohesivitas tim kelompok remaja di klub bola voli Tegal Arum Kota Kediri?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan paparan rumusan masalah penelitian di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengukur tingkat komunikasi interpersonal para atlet remaja di klub bola voli Tegal Arum Kota Kediri.
2. Mengukur tingkat kohesivitas tim para atlet remaja di klub bola voli Tegal Arum Kota Kediri.
3. Mengukur ada tidaknya pengaruh dari komunikasi interpersonal anggota remaja klub voli Tegal Arum Kota Kediri terhadap kohesivitas tim.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan dunia akademik dengan menjadi referensi atau literatur bagi penelitian di bidang psikologi olahraga. Penelitian ini juga diharapkan dapat

memberikan manfaat secara teoritik bagi pelatih dan atlet bola voli dalam konteks komunikasi interpersonal dan kohesivitas tim.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Manfaat praktis untuk anggota klub bola voli Tegal Arum

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi pengetahuan serta memberikan manfaat dalam pengembangan kualitas klub bola voli Tegal Arum. Terutama untuk memberikan manfaat tentang pentingnya komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas tim. Sehingga diharapkan anggota tim dapat memperkuat persatuan tim, membangun hubungan yang positif antaranggota tim, dan membentuk kerja sama tim yang lebih kuat.

### b. Manfaat praktis untuk pelatih klub bola voli Tegal Arum

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada pelatih berupa pengetahuan mengenai pentingnya menjaga komunikasi interpersonal antaranggota klub untuk menghasilkan tim yang kohesif sehingga mampu meningkatkan prestasi klub. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi tolak ukur bagi pelatih klub bola voli Tegal Arum dalam mengembangkan klubnya.

### c. Manfaat praktis untuk penelitian selanjutnya

Penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi atau sumber literatur bagi peneliti selanjutnya yang memiliki penelitian serupa, dan hasilnya diharapkan dapat memperkaya pengetahuan serta membuka wawasan baru.

## E. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian dengan judul “Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Kohesivitas Kelompok Pada Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”. Penelitian yang merupakan skripsi ini, disusun oleh Moura Nadelyn pada tahun 2024 di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian yang dilakukan oleh Moura merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas kelompok pada UKM di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil dari penelitian ini adalah adanya pengaruh positif komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas, dengan 89,6% kohesivitas kelompok dipengaruhi oleh komunikasi interpersonal<sup>35</sup>.

Topik dalam penelitian oleh Moura Nadelyn ini memiliki kesamaan dengan topik penelitian yang akan diteliti, yaitu pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas dalam suatu kelompok. Kesamaan lain antara penelitian Moura dengan penelitian ini adalah metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif. Namun hal yang membedakan penelitian yang dilakukan oleh Moura dan penelitian ini adalah subjek dan lokasi yang digunakan. Penelitian sebelumnya menggunakan subjek dari latar organisasi pendidikan dalam Universitas yaitu UKM, sedangkan pada penelitian kali ini memilih subjek dari latar organisasi olahraga yaitu klub bola voli.

---

<sup>35</sup> M. Nadelyn, *Pengaruh Komunikasi Interpersonal terhadap Kohesivitas Kelompok pada Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*, Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2024, 51.

2. Penelitian yang dilakukan oleh M. Amirulhaq dengan judul “Hubungan Efektivitas Komunikasi Interpersonal dengan Kohesivitas Kelompok Pada Pengurus Organisasi Mahasiswa UIN Ar-Raniry”. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2021 tersebut merupakan Skripsi UIN Ar-Raniry, Banda Aceh. Penelitian tersebut memiliki tujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal dengan kohesivitas kelompok pada pengurus organisasi mahasiswa di UIN Ar-Raniry. Penelitian yang dilakukan oleh Amirulhaq ini menunjukkan hasil bahwa secara signifikan terdapat hubungan positif antara efektivitas komunikasi interpersonal dengan kohesivitas, dengan sebanyak 63,9% pengaruh efektivitas komunikasi interpersonal<sup>36</sup>.

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Amirulhaq dengan penelitian ini terletak pada topik penelitian yaitu komunikasi interpersonal dan kohesivitas dalam kelompok. Selain itu, penggunaan jenis penelitian yang digunakan oleh Amirulhaq sama dengan penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Meskipun begitu adapun perbedaannya antara lain; 1) Variabel X pada penelitian Amirulhaq menekankan pada efektivitas komunikasi interpersonal, sedangkan pada penelitian ini fokus pada komunikasi interpersonal sana, 2) Pemilihan subjek penelitian yang berbeda, penelitian Amirulhaq mengambil subjek di bidang akademis sedangkan pada penelitian ini

---

<sup>36</sup> M. Amirulhaq, *Hubungan Efektivitas Komunikasi Interpersonal dengan Kohesivitas Kelompok pada Pengurus Organisasi Mahasiswa UIN Ar-Raniry*, Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, 2021, 61.

mengambil subjek di bidang olahraga, 3) serta perbedaan lokasi penelitian.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Syf. Miftahul Rahmah dengan judul “Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dengan Kohesivitas Kelompok Pada Pengurus Remaja Mujahidin Kalimantan Barat (Periode Jabatan 2021-2023)”. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2024 tersebut merupakan Skripsi di Institut Agama Islam Negeri Pontianak, Kalimantan. Penelitian tersebut memiliki tujuan untuk mengetahui adanya pengaruh komunikasi interpersonal dengan kohesivitas kelompok pada pengurus Remaja Mujahidin di Kalimantan Barat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Rahmah ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas kelompok<sup>37</sup>.

Adanya kesamaan pada penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Rahmah dan penelitian ini adalah pembahasan tentang komunikasi interpersonal dan kohesivitas dalam kelompok, serta jenis penelitian yang menggunakan penelitian kuantitatif. Namun adapun perbedaan pada penelitian oleh Miftahul Rahmah dengan penelitian ini adalah subjek penelitian serta lokasi penelitian yang digunakan. Pada penelitian yang dilakukan sebelumnya, subjek yang digunakan merupakan kelompok masyarakat dengan bidang keagamaan. Sedangkan pada penelitian ini mengambil subjek kelompok klub

---

<sup>37</sup> S. M. Rahmah, *Pengaruh Komunikasi Interpersonal dengan Kohesivitas Kelompok pada Pengurus Remaja Mujahidin Kalimantan Barat (Periode Jabatan 2021–2023)*, Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Pontianak, Kalimantan, 2024.

olahraga, sehingga bidang penelitian ini pun juga berbeda dengan penelitian sebelumnya.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Saifudin dan Purwaningtyastuti dengan judul “Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kohesivitas Kelompok Pemuda Peduli Lingkungan Asri Dan Bersih Jawa Tengah”. Penelitian yang dilakukan pada Tahun 2024 tersebut merupakan jurnal ilmiah *Reswara Journal of Psychology*, Volume 3 No. 2. Tujuan pada penelitian tersebut adalah untuk menguji hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kohesivitas kelompok pada kelompok. Penelitian yang dilakukan oleh Saifudin dan Purwaningtyastuti ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara komunikasi interpersonal dengan kohesivitas<sup>38</sup>.

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Saifudin dan Purwaningtyastuti adalah topik penelitian, yaitu tentang komunikasi interpersonal dan kohesivitas dalam kelompok, serta pada jenis penelitiannya merupakan penelitian kuantitatif. Adapun perbedaan pada penelitian oleh Saifudin dan Purwaningtyastuti dengan penelitian ini yaitu pemilihan subjek dan lokasi penelitian, pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek pada organisasi sosial, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek organisasi olahraga.

5. Penelitian selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Putu Riana Artyanti Putri, Ratna Devy Winayanti, I Nyoman Artayasa, Ida Bagus Gde Yoga Pramana, Ayu Rahmadita Apsari, Ni Wayan Yuli

---

<sup>38</sup> Saifudin and Purwaningtyastuti, “Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kohesivitas Kelompok Pemuda Peduli Lingkungan Asri dan Bersih Jawa Tengah,” *Reswara Journal of Psychology* 3, no. 2 (2024): 87.

Anggreni pada tahun 2024. Penelitian dengan judul “*Let’s Become A Humanis Communicator! Pentingnya Kemampuan Komunikasi Interpersonal untuk Meningkatkan Kohesivitas Kelompok*” menggunakan metode penelitian eksperimen. Tujuan pada penelitian tersebut adalah untuk mengetahui apakah dengan pelatihan komunikasi interpersonal dapat meningkatkan kohesivitas kelompok. Hasil pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor pada kohesivitas kelompok setelah dilakukan pelatihan komunikasi interpersonal secara menyeluruh pada siswa kelas X di salah satu SMA di Yogyakarta<sup>39</sup>.

Persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Putu Riana Artyanti Putri, et. al dengan penelitian ini adalah topik penelitian atau variabel yang digunakan, yaitu variabel komunikasi interpersonal dan kohesivitas kelompok. Adapun perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini antara lain; 1) Jenis penelitian, penelitian sebelumnya menggunakan metode eksperimen sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. 2) Subjek dan lokasi penelitian, pada penelitian sebelumnya mengambil subjek dari siswa SMA, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek atlet di klub bola voli.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Jimi Mardiansyah, Iredho Fani Reza, Tomi Marta Logis, Rama Yoki yang berjudul “Menguatkan Kohesivitas Kelompok melalui Komunikasi Interpersonal: Studi Pada

---

<sup>39</sup> P. R. A. Putri et al., “Let's Become a Humanist Communicator! The Importance of Interpersonal Communication Skills to Improve Group Cohesion,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 12, no. 2 (2024): 289.

Anggota IPNU OKU Selatan” pada Tahun 2025, menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kohesivitas kelompok. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas kelompok pada Anggota IPNU OKU Selatan<sup>40</sup>.

Persamaan penelitian yang dilakukan Jimi, et. al dengan penelitian ini terletak pada variabel digunakan, yaitu variabel komunikasi interpersonal sebagai variabel X sedangkan kohesivitas sebagai variabel Y. Selain itu menggunakan metode penelitian yaitu sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Hal yang membedakan antara penelitian yang dilakukan Jimi, et. al dengan penelitian ini adalah subjek dan lokasi penelitian. Penelitian Jimi, et. al mengambil subjek dari organisasi pelajar, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek atlet.

## **F. Definisi Operasional**

### **1. Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi interpersonal merupakan suatu interaksi baik secara verbal dan nonverbal antara dua individu atau lebih yang memiliki hubungan. DeVito menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal terjadi pada individu-individu yang memiliki hubungan atau

---

<sup>40</sup> J. Mardiansyah et al., “Menguatkan Kohesivitas Kelompok melalui Komunikasi Interpersonal: Studi pada Anggota IPNU OKU Selatan,” *Journal of Communication and Social Sciences* 3, no. 2 (2025): 72.

bergantung melalui berbagai cara<sup>41</sup>. Adapun aspek-aspek komunikasi interpersonal menurut DeVito adalah keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan<sup>42</sup>.

## 2. Kohesivitas Tim

Kohesivitas kelompok atau tim merupakan suatu kondisi ketika anggota kelompok memiliki ikatan untuk terus bersatu dan mencapai tujuan bersama. Kohesivitas menurut Carron merupakan proses dinamis yang tercermin dalam kecenderungan suatu kelompok untuk tetap bersatu dan solid dalam mencapai tujuan kelompok. Carron membagi kohesivitas kelompok menjadi empat dimensi yaitu *Group Integration Task*, *Group Integration Social*, *Individual Attractions of the Group-Task*, dan *Individual Attractions of the Group-Social*<sup>43</sup>.

---

<sup>41</sup> Joseph A. DeVito, *The Interpersonal Communication Book*, 13th ed. (New York: Pearson Education, 2013).

<sup>42</sup> *Ibid.*

<sup>43</sup> Albert V. Carron, W. N. Widmeyer, and L. R. Brawley, "The Development of an Instrument to Assess Cohesion in Sport Teams: The Group Environment Questionnaire," *Journal of Sport Psychology* 7 (1985): 249.