

Vol 3, No 2	December 2019	Halaman 153 - 167
-------------	---------------	-------------------

Penggunaan komunikasi non-verbal bahasa tubuh dalam desain instruksional pelatih dan atlet kategori tanding pencak silat

Andika Darmawansah¹, Raden Hartopo Eko Putro²
Universitas dr. Soetomo
Semolowaru 84 Surabaya, Indonesia
andikadarma058@gmail.com

English Title: The use of non-verbal body language communication in the instructional design of trainers and athletes in the martial arts competition category

Abstrak

Instruksi merupakan bentuk pertukaran informasi dengan tujuan untuk memberikan pemahaman serta pengaruh terhadap tingkah laku atlet tanding pencak silat oleh pelatih. Instruksi yang jelas, akan mempermudah atlet dalam memahami pesan yang disampaikan, secara otomatis akan berpengaruh juga terhadap prestasi atlet dalam bertanding. Maka dari itu, untuk mempermudah serta memperjelas dalam penyampaian instruksi, perlu adanya non-verbal bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal tersebut. Bahasa tubuh merupakan proses pertukaran informasi yang dilakukan dengan menggunakan anggota tubuh sebagai media informasi. Walaupun setiap gerakan tubuh memiliki makna yang beragam bagi setiap orang. Namun pada pencak silat perisai diri unit Unitomo Surabaya membuat gerakan-gerakan tertentu yang dianggap dapat mendukung instruksi verbal, kemudian dari gerakan tersebut diberikan makna yang sesuai dengan kaidah pemakaian serta atas dasar kesepakatan bersama oleh pelatih dan atlet, dan proses komunikasi ini dijadikan sebagai tradisi oleh kelompok tersebut.

Kata Kunci: desain instruksional; komunikasi non-verbal; atlet

Abstract

Instruction is a form of information exchange with the aim to provide understanding and influence on the behavior of martial arts athletes by the trainers. Clear instructions, will facilitate the athlete in understanding the message delivered, will automatically also affect the performance of athletes in the game. Therefore, to facilitate and clarify in the delivery of instructions, the need for non-verbal body language as a supporter of such verbal instructions. Body language is a process of exchanging information that is done by using limbs as a medium of information. Although every body movement has a variety of meanings for everyone. However, in martial arts the units of Unitomo

Surabaya made certain movements which were considered to be able to support verbal instruction, then the movement was given a meaning which was in accordance with the rules of usage and on the basis of mutual agreement by trainers and athletes, and the communication process was made as tradition by the group.

Keywords: instructional design; non-verbal communication; athlete

PENDAHULUAN

Komunikasi menurut Sobur yaitu melukiskan evolusi makna, makna adalah sesuatu yang diciptakan, ditentukan, diberikan, dan bukan sesuatu yang diterima, jadi komunikasi bukanlah sesuatu reaksi terhadap sesuatu, juga bukan interaksi dengan sesuatu, melainkan sesuatu transaksi yang di dalamnya orang menciptakan makna untuk menyadari tujuan-tujuan orang-orang tertentu (Sobur 2004:96).

Proses komunikasi merupakan langkah-langkah pertukaran informasi yang diberikan oleh komunikator kepada komunikan melalui media untuk mencapai sebuah kesepahaman (Mingkid, 2015). Komunikator memiliki ide yang ditujukan untuk komunikan, lalu komunikan menafsirkan pesan yang disampaikan oleh komunikator kemudian memberikan tanggapan atas pesan yang diterimanya. Sehingga komunikator dapat menilai pesan yang disampaikan dapat diartikan dengan baik oleh komunikan. Maka tujuan dari proses komunikasi yang berlangsung diantara keduanya dapat diketahui hasilnya dengan melihat apakah tercapainya kesepahaman antara kedua belah pihak tersebut. Kesepahaman tersebut adalah pengalaman komunikasi antar individu yang oleh Tuela dan Susilo (2017) disebut Pengalaman yang muncul sejalan dengan pengalaman orang lain kepada seseorang.

Komunikasi tidaklah hanya sebatas pada kata-kata verbal saja, melainkan juga dapat berupa non-verbal seperti bahasa tubuh, tanda, tindakan dan objek. Komunikasi non-verbal sangat membantu komunikator dalam upaya penyampaian pesannya baik dalam hal kemudahan serta dampak mendalam yang ditimbulkan dari komunikasi non verbal tersebut bagi komunikan. Seperti halnya komunikasi bahasa tubuh yang diterapkan oleh pelatih pencak silat perisai diri unit unitomo Surabaya untuk memberikan instruksi kepada atlet dalam bertanding. Ini merupakan salah satu budaya yang diciptakan oleh kelompok tersebut.

Menurut Larry dan Richard dalam Mulyana (2004), komunikasi non-verbal mencakup semua rangsangan (kecuali rangsangan verbal) dalam suatu *setting* komunikasi yang dihasilkan oleh individu dan penggunaan lingkungan oleh individu, yang mempunyai nilai pesan potensial bagi pengirim atau penerima. Simbol-simbol non-verbal lebih sulit ditafsirkan dari pada simbol-simbol verbal (Mulyana, 2004:308).

Simbol – simbol dalam budaya komunikasi menjadi hal penting dalam kesuksesan komunikasi manusia. Dalam perspektif Susilo, Et all (2018) hambatan dalam komunikasi antar manusia, acapkali disebabkan kegagalan memaknai simbol yang dikomunikasikan oleh komunikator. Sementara itu persepsi atas simbol mempengaruhi kognisi dan keputusan manusia (Putranto, 2018).

Komunikasi bahasa tubuh yang diterapkan sebagai pendukung

instruksi verbal tersebut, dibuat atas kesepakatan para pelatih yang berada di pencak silat perisai diri unit unitomo Surabaya melalui beberapa pertimbangan dari hasil survey lapangan dan melihat dari pengalaman-pengalaman sebelumnya. Proses komunikasi ini sangatlah mendukung mengingat hampir semua atlet yang berada di pencak silat perisai diri unit Unitomo Surabaya tidak memiliki bakat bertanding sebelumnya, bahkan hampir semua atlet-atletnya mengenal pencak silat setelah mereka menginjak bangku perkuliahan. Maka secara otomatis untuk teknik dan pengalaman sangatlah kurang. Maka dari itu, salah satu cara untuk membantu atlet dalam memahami kondisi lawan dalam bertanding yaitu melalui instruksi yang diberikan oleh pelatih.

Ada beberapa kelemahan dalam instruksi verbal diantaranya kurang jelas karena kondisi yang ramai juga pihak lawan akan memahami instruksi yang diberikan. Maka dari itu, dengan adanya non-verbal bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal tersebut, selain mempermudah dalam proses interaksi antara pelatih dan atlet, juga tidak menimbulkan salah makna terkait instruksi yang diberikan. Karena non verbal yang dibuat tersebut diberikan makna yang nantinya akan mewakili setiap teknik-teknik pencak silat perisai diri yang digunakan dalam bertanding.

Saling berhubungan dengan apa yang dikemukakan oleh Pierce dalam Sobur (2004). Simbol diartikan sebagai tanda yang mengacu pada objek tertentu selain tanda itu sendiri, simbol merupakan kata atau sesuatu yang bisa dianalogikan sebagai kata yang terkait dengan: Penafsiran pemakai, Kaidah pemakai sesuai dengan jenis wacana serta kreatif pemberian makna sesuai dengan kaidah pemakainya.

Bahasa dan persepsinya menjadi diskursus yang menarik dalam kajian komunikasi. Dalam penelitian Winarti (2018) dijelaskan bagaimana Bahasa juga membentuk identitas kultural dan rasa pengikat diantara kelompok. Sedangkan menurut Huda, Et All (2019) Bahasa berperan sangat signifikan dalam proses menyampaikan pesan komunikasi. Kesuksesan komunikasi juga dipengaruhi Bahasa tubuh yang oleh Huda, et all (2019) anggap sebagai faktor penting kesepahaman antar subjek komunikasi. Hal serupa juga disampaikan Putri dan Farida (2018) mengenai kesepahaman diantara penerima pesan dan pengirim pesan.

Simbol komunikasi bahasa tubuh yang diterapkan dalam pencak silat perisai diri unit Unitomo Surabaya merupakan salah satu bentuk kreatif pelatih dalam menyusun program latihan, hal ini dilakukan karena melihat dari beberapa pengalaman yang terjadi di lapangan terutama pada proses pertandingan atlet kategori pertandingan. Penggunaan non-verbal bahasa tubuh oleh pelatih merupakan sarana untuk mempermudah dalam komunikasi khususnya dalam mendukung instruksi verbal yang disampaikan kepada atlet pada saat pertandingan.

Dengan adanya komunikasi bahasa tubuh dalam mendukung instruksi dinilai sangat membantu, terutama dalam memberikan pemahaman kepada atlet dalam proses pertandingan dengan harapan untuk memberikan pemahaman terhadap atlet mengenai lawannya serta untuk merubah pola permainan atlet. Selain itu proses komunikasi tersebut merupakan salah satu peranan pelatih untuk melibatkan diri secara langsung untuk membantu atlet dalam meraih prestasinya dalam pertandingan.

Dari penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa Setiap orang akan berkomunikasi, baik secara verbal maupun nonverbal untuk bersosialisasi dan dapat diterima di lingkungan tertentu. Dalam pencak silat Perisai diri unit unitomo Surabaya, upaya menciptakan nonverbal bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet dalam pertandingan merupakan komunikasi nonverbal idiosinkratik. Gerakan idiosinkratik merupakan gerakan gerakan yang artinya berhubungan langsung dengan suatu budaya tertentu. Gerakan ini merupakan fiktur dan sifat dari suatu budaya tertentu. Isyarat tanda yang kita buat juga berdasarkan budaya.

Komunikasi non-verbal selalu mengambil peranan penting dalam kehidupan manusia. Kemampuan manusia dalam menciptakan simbol serta memberikan makna dari simbol tersebut membuktikan bahwa manusia sudah memiliki kebudayaan yang tinggi dalam berkomunikasi. Mulai dari simbol sederhana seperti bunyi dan isyarat. Simbol merupakan sesuatu yang tidak bisa lepas dalam kehidupan manusia, terlebih lagi dalam kehidupan bersosial Manusia menggunakan simbol untuk memenuhi kehidupannya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahannya Bagaimana penggunaan non-verbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding pencak silat perisai diri unit unitomo Surabaya dalam bertanding.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan non-verbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding pencak silat perisai diri unit unitomo Surabaya dalam bertanding. Sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan dijadikan sebagai informasi bagi para pelatih khususnya dalam memberikan instruksi kepada atlet yang sedang bertanding agar pesan yang disampaikan dapat tersampaikan dengan baik.

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, yang berdasarkan pada fakta (*file reseach*) yaitu menggambarkan keadaan atau fenomena yang terjadi di lapangan. Dalam hal ini, Peneliti menitikberatkan pada observasi, dimana peneliti bertindak sebagai pengamat yang hanya mengamati gejala dan mencatat dalam buku. Bukan bertujuan untuk mengkaji hipotesis, namun mencari teori sehingga bebas mengamati objek untuk memperoleh wawasan dan informasi baru terkait Penggunaan non-verbal Bahasa Tubuh Untuk Mendukung Instruksi verbal Antara Pelatih Dan Atlet Kategori Tanding Pencak Silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya.

Untuk memperoleh kejelasan informasi dan data dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data melalui observasi dengan teknik wawancara. Dalam hal ini Peneliti mendapatkan 7 informan antara lain 1 pelatih (Moch. Andik Lesmana) dan 6 atlet kategori tanding diantaranya: Abdurrahman Saleh, Reki Susanto, Syah Laksmi Adabi, Ferdi Sugianto Gellu, Mordekhai William Leha, Wiwik Endayati yang dijadikan sebagai *key informan* yang dianggap menguasai obyek penelitian serta dapat memberikan informasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Kemudian dari informasi tersebut peneliti dapat memperoleh data yang yang kuat untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan penelitian ini.

Penelitian ini melakukan pengamatan langsung terhadap objek penelitian yaitu bagaimana Penggunaan non-verbal Bahasa Tubuh Untuk Mendukung Instruksi verbal Antara Pelatih Dan Atlet Kategori Tanding

Pencak Silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya pada saat pertandingan. Penelitian ini menggunakan wawancara dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada informan guna untuk memperoleh informasi lebih jelas tentang Penggunaan non-verbal Bahasa Tubuh Untuk Mendukung Instruksi verbal Antara Pelatih Dan Atlet Kategori Tanding Pencak Silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya. Selain itu dengan menggunakan dokumentasi dengan mengumpulkan gambar atau foto mulai dari teknik-teknik yang digunakan dalam pertandingan, khususnya kategori tanding. Serta bentuk-bentuk simbol intruksinya (Alamsyah dan Prasetyo, 2018). Hal ini dilakukan untuk melengkapi data yang telah dikumpulkan.

Data sekunder diperoleh dari studi pustaka dengan mempelajari buku dan jurnal yang berhubungan dengan materi obyek penelitian Dalam penelitian ini, fokusnya pada bentuk non-verbal bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding yang terdapat dalam pencak silat perisai diri unit unitomo surabaya digunakan sebagai objek penelitian. Lokasi objek penelitian adalah Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat Perisai Diri Universitas Dr. Soetomo Surabaya.

Pada tahap unit analisis, peneliti akan menganalisa tentang bentuk non-verbal Bahasa Tubuh untuk mendukung Instruksi verbal antara Pelatih dan Atlet Kategori Tanding Pencak Silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya.

Adapun non-verbal yang digunakan adalah kinesik. Kinesik Merupakan gerakan yang menggunakan anggota tubuh, yang terdiri dari gestural (gerakan sebagian anggota badan), fasial (ekspresi wajah), postural (gerakan dari Keseluruhan Anggota Badan).

Data yang terkumpul bersifat kualitatif sehingga disini digambarkan dengan kata-kata atau kalimat, lalu dipisahkan menurut kategori untuk memperoleh gambaran secara spesifik, yang disesuaikan dengan penelitian dan obyeknya. yaitu Pencak Silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya melalui Penggunaan non-verbal Bahasa Tubuh Untuk Mendukung Instruksi Verbal Antara Pelatih Dan Atlet Kategori tanding.

Dalam pengolahan Data, yang pertama kali dilakukan peneliti antara lain: *Editing, Coding*, Interpretasi Data.

Teknik Analisis Data Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik kualitatif deskriptif. Penelitian ini lebih menekankan pada penemuan data, baik secara primer maupun sekunder. Selanjutnya, data yang telah diperoleh melalui catatan tertulis, melalui rekaman audio dan pengambilan foto akan diuraikan serta dikembangkan secara sistematis dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan dimengerti sehingga akan diperoleh gambaran yang jelas tentang penggunaan non-verbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding.

Dalam analisis data penelitian peneliti menggunakan teknik analisis data dilakukan berdasarkan model analisis interaktif Milles dan Hubberman sebagai berikut:

Penyeleksian Data

Pemeriksaan kelengkapan dan kesempurnaan data, serta kejelasan data. Memilah data yang diperoleh untuk dijadikan bahan laporan penelitian. Tujuannya agar data yang didapatkan sesuai dengan masalah penelitian.

Penyajian Data

Penyajian data dengan cara mengelompokkan atau mengklasifikasikan data dan dipilih sesuai dengan jenisnya. Klasifikasi data ini dilakukan untuk memberikan batasan pembahasan dan berusaha untuk menyusun laporannya secara sistematis.

Interpretasi Data

Menginterpretasikan apa yang telah diberikan oleh informan dan diinterpretasikan terhadap masalah yang diteliti.

Penarikan Kesimpulan

Pengambilan kesimpulan berdasarkan susunan narasi yang telah disusun sebelumnya sehingga dapat memberikan jawaban atas masalah penelitian.

Verifikasi Hasil Analisis Data

Melakukan verifikasi hasil analisis data dengan informan didasarkan pada kesimpulan yang dihasilkan. Tahap ini menginterpretasikan dari hasil wawancara dengan informan penelitian.

DISKUSI

Berikut ini akan dipaparkan hasil penelitian dari rumusan masalah bentuk nonverbal bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding pencak silat perisai diri unit unitomo surabaya, hasil penelitian ini didapat dari mengumpulkan data yang diperoleh ketika wawancara dan observasi dari narasumber.

Pencak Silat Perisai Diri didirikan di Surabaya 22 Juli 1955 oleh RM. Soebandiman Dirjo Atmojo. Di tingkat nasional, Perisai Diri selain menjadi bagian dari identitas bangsa Indonesia, juga sebagai alat pemersatu Nusantara. Pencak silat ini secara meluas sudah dikenal di belahan dunia seperti, Malaysia, Brunei, Singapura, Filipina, Thailand, Belanda, Australia, Jerman dan Amerika. Dan pada tahun 1987 pencak silat mulai di pertandingkan di kancah internasional SEA Games. Itu terbukti bahwa Pencak Silat Perisai Diri sudah banyak penggemarnya di seluruh belahan dunia.

Lahirnya Pencak Silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya tidak terlepas dari Jasa Bapak Ir. Suparyono yang pada saat itu menjabat sebagai Kepala Dinas Pendapatan Daerah (DISPENDA) Jawa Timur. Beliau adalah salah satu murid yang dilatih langsung oleh Bapak RM. Soebandiman Dirdjo Atmojo selaku pendiri pencak silat KELATNAS Indonesia Perisai Diri. Beliau membuka latihan di kantornya dan mewajibkan semua pegawainya mengikuti latihan. Dan beberapa pegawainya adalah Mahasiswa Universitas Dr. Soetomo. Diawali dengan Kejuaraan Nasional Antar Perti se-Indonesia para pegawai yang juga mahasiswa Universitas Dr. Soetomo menggunakan nama Universitas Dr. Soetomo untuk mengikuti kejuaraan tersebut. Hasil yang didapat oleh para atlet-atlet pertandingan itu cukup memuaskan sehingga pihak kampus menghargai kerja keras para atlet ini dengan memberika

beasiswa bebas biaya kuliah sampai selesai bukan saja itu, pihak rektorat juga mengisahkan pencak silat perisa diri menjadi Unit kegiatan Mahasiswa (UKM) pada tahun 1989 yang sekarang dikenal dengan Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya.

Mulai saat itu, para atlet-atlet ini mulai latihan di Kampus Universitas Dr. Soetomo, Dalam proses latihan mereka memperlihatkan teknik-teknik gerakan yang didalamnya terdapat unsur pembelaan diri serta unsur olah raga, selain itu pencak silat juga salah satu beladiri asli Indonesia. Hal ini cukup menarik perhatian mahasiswa-mahasiswa lainnya dan kemudian ingin bergabung dan mengikuti latihan. Proses seperti itu terus menerus terjadi hingga saat ini.

Dengan pengalaman yang mereka miliki dari beberapa pertandingan, Sehingga timbullah pemikiran untuk menciptakan non-verbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi dalam pertandingan. hal ini dilihat dari beberapa faktor antara lain faktor kebutuhan serta tingkat pengalaman yang dimiliki oleh beberapa atlet, sehingga dengan adanya proses komunikasi seperti ini akan memberikan pengaruh terhadap pola permainan atlet pada saat pertandingan.

Penerapan komunikasi non-verbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding sudah menjadi ciri khas atau tradisi bagi pencak silat perisai diri unit unitomo Surabaya. Bahkan sampai saat ini proses interaksinya masih diterapkan. Karena proses interaksi seperti ini sangat membantu atlet khususnya kategori pertandingan, mengingat ada beberapa faktor antara lain, faktor mental juga faktor pengalaman.

Penggunaan non verbal untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori pertandingan merupakan salah satu proses komunikasi yang sangat efisien, dimana untuk mencapai suatu tujuan dalam berkomunikasi, harus dilakukan dengan komunikasi yang baik. Dalam pencapaian sebuah prestasi, tentu tidak terlepas dari peranan serta keterlibatan pelatih dalam memberikan motivasi, membentuk karakter, serta mengasah mental atlet, terutama untuk memahami non-verbal bahasa tubuh yang digunakan sebagai pendukung instruksi dalam pertandingan. Selain itu peranan bahasa tubuh sebagai sarana untuk mempermudah proses komunikasi di dalam pertandingan juga sangat membantu atlet dalam meraih prestasi. Keterlibatan pelatih dalam memberikan instruksi kepada atlet yang bertanding merupakan salah satu bentuk kerjasama untuk mempermudah atlet dalam memahami keseluruhan dalam pertandingan.

Kita ketahui bahwa terdapat banyak teknik-teknik dalam pencak silat perisai diri, terutama yang di gunakan untuk menyerang lawan, akan tetapi dalam kategori tanding tidak semua teknik-teknik itu bisa digunakan, karena ada beberapa teknik yang apabila digunakan akan berakibat fatal. Maka dari itu, pencak silat perisai diri unit unitomo surabaya hanya memantapkan beberapa teknik yang dianggap dapat menunjang prestasi dalam proses bertanding serta dari teknik-teknik tersebut dibuatkan non-verbal bahasa tubuh karena melihat dari situasi dan kondisi apabila memberikan instruksi dengan bahasa verbal saja ditakutkan instruksi tersebut tidak didengarkan oleh atlet, maka dibutkannya non-verbal bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal tersebut. Dengan adanya komunikasi pendukung ini, secara

otomatis akan mempermudah atlet dalam memahami instruksi yang diberikan oleh pelatih dalam proses bertanding.

Berikut adalah Teknik-teknik yang dipergunakan dalam bertanding pencak silat perisai diri serta non-verbal bahasa tubuh antara lain:

1. Teknik pukul pendeta

Pukul Pendeta adalah salah satu teknik yang menggunakan tangan sebagai alat untuk menyerang lawan. Serangannya hanya berpola lurus, dengan jarak yang dekat dan sepenuhnya menggunakan putaran badan. Kepalan tangan, sisi samping badan, kepala dan tumit merupakan perlengkapan yang digunakan saat menyerang. Bentuk tangan dari teknik ini selalu mengepal dengan sasaran serangan umumnya adalah ulu hati. Bentuk Instruksi pukul pendeta yaitu menggunakan tangan yang dikepalkan dengan fokus utama adalah adalah kepalan tangan yang digerakkan ke arah luar dengan lintasan lurus kedepan menyerupai pukul pendeta.



Gambar 1
Teknik pukul pendeta dan instruksinya

2. Teknik Tendang Sabit

Tendang sabit adalah salah satu teknik tendangan dalam pencak silat perisai diri yang menggunakan punggung kaki sebagai alat menyerang lawan. Tendangan ini dengan lintasan kaki melengkung atau membentuk lintasan seperti sabit dengan menggunakan kekuatan kaki dan pinggang dengan sasaran yang dituju adalah arah perut. Bentuk Instruksi tendang sabit yaitu menggunakan tangan, dengan fokus utama adalah adalah punggung tangan yang digerakkan ke arah dalam dengan lintasan dari bawah ke atas menyamping.



Gambar 2
Teknik tendang sabit dan instruksinya

3. Teknik Tendang T

Tendang T adalah teknik tendangan dalam pencak silat perisai diri yang diperagakan dengan posisi tubuh menyamping dan lintasan tendangan lurus ke samping. Sehingga tubuh akan terbentuk seperti huruf T, bagian kaki yang digunakan adalah bagian tajam telapak kaki dan tumit dengan menggunakan kekuatan dorongan dengan sasarannya adalah tubuh yang berada di bagian depan (yaitu di bagian dada atau ulu hati). Bentuk Instruksi tendang T yaitu menggunakan tangan dengan fokus utama adalah sisi samping tangan (pisau tangan) yang digerakkan ke arah luar dengan lintasan lurus ke depan.



Gambar 3
Tendang T dan instruksinya

4. Teknik Tendang Gejlig

Tendangan gejlak adalah teknik tendangan dalam perisai diri dengan menggunakan sebelah kaki dan tungkai atau tumit dijadikan sebagai alat menerang, dengan mengangkat lutut setinggi mungkin dengan posisi badan menghadap ke depan, kemudian tungkai atau tumit didorong kedepan sasaran, lintasannya ke arah depan dengan kenaannya pangkal jari-jari bagian dalam atau tumit, dengan sasaran ulu hati. Bentuk instruksi tendang gijlig yaitu menggunakan tangan dengan fokus utama adalah ujung jari-jari tangan atau telapak tangan yang digerakkan ke arah luar dengan lintasan lurus ke depan.



Gambar 4
Tendang gijlig dan instruksinya

5. Teknik Guntingan

Teknik guntingan adalah teknik perisai diri yang menggunakan dua

kaki untuk menjatuhkan lawan, Teknik ini dilakukan dengan cara tendangan dan jepitan seperti menggunting bagian tubuh lawan yang bertujuan untuk menjatuhkan sekaligus menguncinya. Ada tiga jenis teknik guntingan, yaitu guntingan bawah dengan sasaran kaki, guntingan tengah dengan sasaran dada dan guntingan atas dengan sasaran leher. Bentuk instruksi tendang gijlig yaitu menggunakan tangan dengan fokus utama adalah jari telunjuk dan jari tengah yang diasumsikan sebagai dua kaki, yang digerakkan dengan menjepit tangan yang lain.



Gambar 5
Teknik guntingan dan instruksinya

6. Teknik Sirkel

Teknik serkel adalah salah satu teknik perisai diri yang dilakukan dengan cara memutar. Badan yang posisinya dari bawah dengan tujuan untuk menjatuhkan kaki lawan. Teknik sapuan adalah teknik perisai diri yang menggunakan seragan menyapu kaki dengan lintasan dari luar ke dalam dan bertujuan menjatuhkan lawan. Bentuk instruksi teknik sirkel yaitu menggunakan tangan dengan fokus utama seluruh bagian tangan yang diasumsikan sebagai kaki yang ditempelkan di alas (Matras) kemudian digerakkan dari dalam ke luar dengan lintasan menyamping.



Gambar 6
Teknik sirkel dan instruksinya

7. Teknik Sapuan

Teknik sapuan adalah teknik perisai diri yang menggunakan seragan menyapu kaki dengan lintasan dari luar ke dalam dan bertujuan menjatuhkan lawan. Ada dua jenis sapuan tegak yaitu sapuan yang mengarah ke mata kaki, dan sapuan rebah yaitu sapuan yang mengarah ke betis bawah. Bentuk instruksi teknik sapuan yaitu menggunakan tangan dengan fokus utama seluruh bagian tangan yang diasumsikan sebagai kaki yang ditempelkan di alas (matras) kemudian digerakkan dari luar ke dalam dengan lintasan menyamping.



Gambar 7
Teknik sapuan dan instruksinya

8. Teknik Tangkapan

Tangkapan adalah teknik dan taktik serangan pada jarak jangkauan dekat dan yang dilaksanakan dengan menangkap salah satu komponen tubuh lawan (kaki) untuk dilanjutkan dengan teknik sawer atau dengan teknik bantingan sesuai dengan posisi lawan. Bentuk Instruksi tangkapan yaitu menggunakan kedua tangan dengan fokus utamanya adalah telapak tangan yang dilakukan dengan cara saling memegang.



Gambar 8
Teknik tangkapan dan instruksinya

9. Teknik Sawer

Teknik sawer adalah teknik perisai diri yang menggunakan tangan untuk menangkap atau mengambil kaki lawan dan berfungsi untuk menarik dan menjatuhkan bisa juga untuk membanting lawan. Teknik ini

adalah teknik lanjutan dari teknik tangkapan dengan teknik hentakan ke bawah kaki lawan.



Gambar 9
Proses teknik sawer

10. Teknik bantingan

Teknik bantingan adalah teknik dan taktik serangan pada jarak jangkau dekat yang dilakukan dengan terlebih dahulu menangkap salah satu komponen tubuh lawan untuk selanjutnya melalui proses mendorong atau menarik, lalu dihempaskan.



Gambar 10
Proses teknik bantingan

Penggunaan nonverbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding merupakan salah satu cara untuk mempermudah proses komunikasi di dalam pertandingan. Selain itu, hal ini juga merupakan cara pelatih untuk melibatkan dirinya dalam pertandingan. Proses komunikasi ini dinilai sangat membantu dalam merubah pola permainan atlet, terutama untuk memberikan arahan kepada atlet tentang kondisi lawan, mengingat atlet cenderung bingung dalam memahami lawannya ketika dalam pertandingan dengan tujuan supaya atlet memperoleh hasil yang diinginkan. Selain itu proses ini juga dianggap efisien karena selain proses komunikasi yang cepat juga tidak akan menimbulkan salah persepsi terhadap instruksi yang disampaikan.

Simbol komunikasi bahasa tubuh yang diterapkan dalam pencak silat perisai diri unit Unitomo Surabaya merupakan salah satu bentuk kreatifitas

pelatih dalam menyusun program latihan, hal ini dilakukan karena melihat dari beberapa pengalaman yang terjadi dilapangan terutama pada proses pertandingan atlet kategori pertandingan. Penggunaan non-verbal bahasa tubuh oleh pelatih merupakan sarana untuk mempermudah dalam berkomunikasi khususnya dalam mendukung instruksi verbal yang disampaikan kepada atlet pada saat pertandingan.

Dengan adanya komunikasi bahasa tubuh sebagai pendukung instruksi verbal tersebut dinilai sangat membantu, terutama untuk merubah pola permainan atlet dalam proses bertanding. Selain itu proses komunikasi ini merupakan salah satu peranan pelatih untuk melibatkan diri secara langsung untuk membantu atlet dalam meraih prestasinya dalam pertandingan.

Dari hasil interpretasi tersebut maka dapat diketahui bahwa Dengan adanya proses pertukaran informasi maupun berbagi pengalaman tentang teknik dan taktik serta strategi yang akan digunakan dalam pertandingan dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan atlet dalam memahami teknik dan taktik dalam pertandingan. Selain kemampuan juga harus memiliki percaya diri yang tinggi sehingga dalam proses pertandingan untuk mencapai keberhasilan dalam meraih prestasi, fenomena ini dapat diperkuat dengan toeri *behaviorism*.

Simbol komunikasi bahasa tubuh yang diterapkan dalam pencak silat Perisai Diri Unit Unitomo Surabaya dibuat atas dasar kesepakatan bersama oleh orang-orang yang berada dalam kelompok tersebut baik pelatih maupun atlet. Hal tersebut dianggap dapat mendukung pesan verbal yang ingin diinstruksikan sesuai dengan teknic dan bentuk gerakan yang terdapat dalam pencak silat perisai diri. Sehingga dengan adanya komunikasi seperti ini secara tidak langsung dapat meningkatkan kapasitas atlet dalam pertandingan, juga dapat memberikan pemahaman kepada atlet tentang simbol-simbol komunikasi. fenomena ini dapat diperkuat dengan toeri *Interaksionis Simbolik*.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan data di lapangan yang telah disajikan dan dianalisis serta diinterpretasikan pada bab sebelumnya, maka pada bab ini peneliti akan menyimpulkan hasil penelitian untuk menjawab apa yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini. Selain itu peneliti juga merekomendasikan beberapa saran.

Adapun kesimpulan yang terdapat pada penelitian ini, yang sesuai dengan data yang didapat oleh peneliti dilapangan antara lain:

1. Terkait penggunaan non-verbal bahasa tubuh yang diterapkan oleh pelatih untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori tanding di dalam pertandingan dapat disimpulkan bahwa, peranan komunikasi bahasa tubuh sangat membantu dalam pertandingan, selain mempermudah atlet dalam memahami instruksi yang disampaikan, juga tidak akan menimbulkan salah persepsi terkait makna dari simbol yang diinstruksikan oleh pelatih. Kerena instruksi non-verbal tersebut dibuat

atas kesepakatannya bersama oleh kelompok tersebut dan memberikan makna sesuai dengan teknik dan gerakan yang digunakan.

2. Instruksi merupakan salah satu cara pelatih untuk melibatkan dirinya dalam pertandingan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman kepada atlet tentang kondisi lawannya, sehingga Dengan memahami karakter serta kemampuan atlet, pelatih dapat dengan leluasa memberikan arahan kepada atletnya untuk merubah pola permainan atlet agar tujuan dapat tercapai.

Saran dari peneliti yang nantinya dapat dijadikan masukan untuk pelatih atau atlet khususnya kategori pertandingan terkait penggunaan non-verbal bahasa tubuh untuk mendukung instruksi verbal antara pelatih dan atlet kategori pertandingan pencak silat perisai diri yang nantinya bisa menjadi bahan evaluasi, antara lain:

1. Bahasa tubuh memiliki peranan penting, terutama dalam mendukung komunikasi verbal dalam berkomunikasi. Untuk mencapai hal tersebut diperlukan keahlian dalam menggunakan dan memahami/menafsirkan bahasa tubuh tersebut. Akan tetapi, komunikasi bahasa tubuh juga di batasi oleh jarak dan waktu. Untuk dapat menggunakan komunikasi bahasa tubuh yang baik, terutama dalam memberikan instruksi kepada atlet yang bertanding, perlu menjaga jarak yang wajar dan waktu yang tepat sehingga dengan proses seperti ini akan terjalin komunikasi yang baik serta instruksi yang diberikan akan mendapatkan respon yang positif.
2. Penggunaan non-verbal bahasa tubuh dalam aktifitas pencak silat khususnya kategori tanding dalam berinteraksi dengan pelatih perlu disosialisasikan kepada anggota melalui proses uji tanding disesuaikan dengan kondisi riil pertandingan. Sehingga non-verbal bahasa tubuh yang dipertukarkan maknanya antara pelatih dengan atlet dapat berfungsi optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, M. I., & Prasetyo, I. J. (2018). Persebaya dan Bonek: Simbol-Simbol Komunikasi Supporter Sepakbola Komunitas "Syndicate Bonek Keputih (SBK)". *Communicatus: Jurnal Ilmu komunikasi*, 2(2), 223-238.
- Huda, J. M., Prasetyo, I. J., & Fitriyah, I. (2019). Komunikasi Interpersonal Antar ODHA untuk Menumbuhkan Motivasi Kembali Hidup Normal di Yayasan Mahameru Surabaya. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 3(1).
- Mingkid, E. (2015). Penggunaan media komunikasi promosi pariwisata oleh pemerintah Kota Manado. *Sosiohumaniora*, 17(3), 188-192.
- Mulyana, D. (2004). *Komunikasi Efektif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. MUNAS (Musyawarah Nasional) 2007:ii XII IPSI
- Putranto, T. D. (2018). Kelas Sosial Dan Perempuan Generasi Z di Surabaya Dalam Membuat Keputusan Setelah Lulus Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 2(1).
- Putri, N. S. R., & Farida, F. (2018). Pembentukan Citra Diri Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas dr. Soetomo Surabaya dalam Instagram. *Jurnal Kajian Media*, 2(2).

- Sobur, A. (2004). *Semiotika Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Susilo, D., Baihaqi, A., Maela, N. F. S., & Fitriyah, I. (2018). Komunikasi Keluarga Buruh Migran Indonesia: Hambatan dan Penyelesaian. *JIKE: Jurnal Ilmu Komunikasi Efek*, 1(2), 166-188.
- Tuela, M., & Susilo, D. (2017). Hyperreality: Pemaknaan dalam Penggunaan Game Pokemon Go. *Jurnal Kajian Media*, 1(1).
- Winarti, O. (2018). Language Shift of Krama to Bahasa Indonesia among Javanese Youths and it's Relation to Parents' Social Class. *Jurnal Studi Komunikasi*, 2(3), 290-300.